

## ЖАСӨСПІМДЕРДІҢ БУЛЛИНГ ЖАҒДАЙЫНДАҒЫ ЭМОЦИЯЛЫҚ КӨҢІЛ-КҮЙІН РЕТТЕУДІҢ ПЕДАГОГИКАЛЫҚ ШАРТТАРЫ

УТЕУОВА А.А. , РЫСТЫГУЛОВА А.Т. 

\*Утеуова Алия Амангельдиевна - аға оқытушы, магистр, Қ.Жұбанов атындағы Ақтөбе өңірлік университеті, Ақтөбе қ., Қазақстан

E-mail: [uteuova\\_1975@mail.ru](mailto:uteuova_1975@mail.ru), <https://orcid.org/0009-0002-7794-3536>

Рыстыгулова Айгуль Таубаевна - аға оқытушы, магистр, Қ.Жұбанов атындағы Ақтөбе өңірлік университеті, Ақтөбе қ., Қазақстан

E-mail: [arystygulova@zhubanov.edu.kz](mailto:arystygulova@zhubanov.edu.kz), <https://orcid.org/0009-0003-4610-9036>

**Андатпа.** Мақалада жасөспірімдер арасындағы буллинг мәселесі, буллинг түлері және онымен күресу жолдары қарастырылады. Қазіргі жағдайда жасөспірімдер арасындағы буллинг мәселесі өзекті мәселелердің бірі. Буллинг - бұл шынымен де көп назар аударуды қажет ететін құбылыс, өйткені оның салдары жойқын. Қазіргі күндері бұл туралы ашық айтылып жүр. Бірақ, әлі де жеткілікті деңгейде емес. Буллинг басқаларға зиян келтіру үшін әдейі жасалады және жиі қайталанатын, бұл жәбірленушінің санасында қорлаудың ұзақ мерзімді әсерін тудырады.

Буллинг басқаларға зиян келтіру үшін әдейі жасалады және жиі қайталанатын, бұл жәбірленушінің санасында қорлаудың ұзақ мерзімді әсерін тудырады.

Зерттеудің өзектілігі. Жасөспірімдердің буллинг жағдайындағы эмоциялық көңіл-күйін реттеудің педагогикалық шарттарын зерттеу.

Мақалада қолданылатын әдістер ресми және заңнамалық деректерді талдау, сондай-ақ Ақтөбе қаласының №23 мектеп-лицейінде жүргізілген экспериментті қамтиды. Зерттеу жұмысының мақсаты жасөспірімдердің мазасыздануы мен оның буллинг жағдайындағы эмоционалды күйінің арасындағы байланысты анықтау болып табылады.

Зерттеу нәтижелері Ақтөбе өңірінде жасөспірімдердің буллинг жағдайындағы эмоциялық көңіл-күйін реттеу үшін пайдаланылуы мүмкін. Ұсыныстар тиімді білім беру ортасын құруға ықпал етеді, бұл өз кезегінде буллинг жағдайындағы жасөспірімдердің эмоциялық көңіл-күйін реттеуге ықпал етеді.

**Түйін сөздер:** Жасөспірімдер тәрбиесі, буллинг, мазасыздық, зорлық-зомбылық, күйзеліс, эмоционалды қажу.

**Кіріспе.** Бүгінгі күні жасөспірімдер арасындағы буллинг мәселесі өзекті мәселе болып табылады. Жасөспірімдердің физикалық - психологиялық денсаулық жағдайына қауіп төндіруіне және де бұл мәселенің кең тарауына байланысты психологиялық зерттеулер аясында зерделеуді қажет етеді. Әрбір адам өмірінде басқа адамдармен қарым қатынас жасау кезінде, ең кемінде бір рет мазақтау, кемсіту, қоқан-лоқы көрсету және де тағы да басқа жағымсыз іс әрекеттерді басынан өткізеді. Алайда буллинг жәбірленушілері жоғарыда аталған іс әрекеттер туралы көбінде ешкімге тіс жармайды. Ал оқу оқып жатырған орта немесе жоғары оқу орны әкімшілігі, өздерінің беделін сақтау мақсатында, көбінде бұл туралы бұқараға таратпайды. В.Р.Петросян буллингтің келесі анықтамасын көрсетеді. Буллинг - нақты ситуацияда өз өзін қорғай алмайтын адамға бағытталған, бір немесе бірнеше адам саналы түрде физикалық немесе психологиялық жәбір көрсету. Жоғарыда аталған жалғыз немесе бірнеше адамға бағытталған жәбір көрсету іс-әрекеті тек бір рет немесе ұзақ уақыт бойына қайталануы мүмкін. Буллингті қақтығыстан айыру өте маңызды. Себебі, бірінші жағдайда аталған іс әрекет қатысушыларының, тура және жанама мағынада, күштері тең емес және жәбірленуші тойтарыс бере алмайды.

Жеткіншектер арасындағы буллинг аспектілерін (С.Алексеева, И.А.Баева, Е.В.Бурмистрова, Е.Ф.Быковская, Е.Н.Волкова, Е.В.Гребенкин, Н.О.Зиновьев, Н.Ф.Михайлов) [1, 78], балалар жас ерекшелік психологиясында (Г.М.Андреева, Т.Г.Румянцева) [2, 41] еңбектерінде терең зерттелген. Жасөспірімдердің өміріндегі девиантты салдар контекстіндегі буллинг мәселесін зерттеген және зерделеген қазақстандық ғалымдар арасында (А.Ақжанова,

Г.Дусманбетова, С.Шалғымбаев) [3, 114] еңбектерін атауға болады.

Сонымен қатар, Қазақстан Республикасында БҰҰ-ның адам құқықтары жөніндегі сарапшысы Халида Әжіғұлова қазақстандық мектептерде буллингке қарсы құралдарды қолдануды ұсынып, осы мәселені терең зерделеуде [4].

Буллинг ағылшын тіліндегі bullying (“қорқыту”, “қорлау”) сөзінен шыққан [5]. Буллинг әлеуметтік ортада көп кездесетін мәселе және ол кез келген адамның басынан өтуі мүмкін. Ол бір немесе бірнеше жәбірленушіге бағытталған ауызша, физикалық немесе психологиялық агрессияның актілері. Буллинг жұмыс ұжымында, мектепте, әскерде, тіпті әлеуметтік желіде де кездеседі.

Күн сайын дүние жүзіндегі балалар мектептегі қорлаудың зиянды және үнемі дамып келе жатқан түрлеріне ұшырайды. Мектептегі буллинг баланың дамуына қауіпті кедергі болып табылады, балалардың психикалық және физикалық денсаулығына, сондай-ақ олардың білім беру қиындықтарын жеңу қабілетіне теріс әсер етеді.

Бұрын буллинг деп таныған нәрсе «балалық төбелес», ақымақтық салдары, тіпті әріптесінің атын атау сияқты қарапайым ойындар ретінде көрінген. Яғни, буллинг әрқашан болған, бірақ жүйеленіп, зерттелгені аз. Сонымен қатар, бұл мәселені шешу үшін отбасылардың ақпараты аз болды, тек ең маңыздыларын ғана отбасы байыппен қабылдады, сол кезде ғана олар мектептегі жағдайға қандай да бір түрде араласуға тырысты.

Буллинг - бұл шынымен де көп назар аударуды қажет ететін құбылыс, өйткені оның салдары жойқын. Қазіргі күндері бұл туралы ашық айтылып келеді. Бірақ, әлі де жеткілікті деңгейде емес. Буллинг басқаларға зиян келтіру үшін әдейі жасалады және жиі қайталанатын, бұл жәбірленушінің санасында қорлаудың ұзақ мерзімді әсерін тудырады.

Буллинг жағдайында қоршаған орта «өзі кінәлі» деп жиі айтады, бұл баланың өзін жақсы ұстамағанын, сондықтан оған осындай әсер ету әдістерін қолданғанын меңзейді. Мысалы, баланың сабаққа араласуы немесе ол жаңадан келген және мұғаліммен немесе сыныппен байланыс таппауы. Бұл жерде біз барлығын жақсы көріп, барлығымен дос болуға, барлығын қабылдауға міндетті емеспіз, бірақ басқаның шекарасын құрметтеуіміз керек екенін есте ұстауымыз керек. Бірінің еркіндігі екіншісінің бостандығы басталған жерде аяқталады. Егер балаға сұрақтар туындаса, олар қолданыстағы құқықтық әдістер аясында шешілуі керек. Жасы нешеде болсамын, басқа адамның бір нәрсесі ұнамаса да, оны «әділ» деп есептесе де, басқа адамды қорлауға және жәбірлеуге тыйым салынады.

БҰҰ статистикасы бойынша 2020 жылы Қазақстанда жасөспірімнің 63% буллингтің және дискриминацияның куәгері болған, 44%-і буллингтің құрбаны, ал 24%-і басқаларға қатысты қорлау әрекеттерін жасаған.

Буллинг әрқашан болған, ол бізге жануарлар әлемінен келді. Отар бар жерде, топ бар жерде иерархия болады, топ мүшелері өздерінің көшбасшылығын дәлелдеуге және жоғары мәртебе алуға ұмтылады. Бірақ біздің жануарлардан айырмашылығымыз - біз бұл процесті басқара аламыз және оған зерделі көзқарас бере аламыз, оны қолда ұстап және оны бағыттай аламыз [6].

Буллинг 11-13 жас аралығындағы жасөспірімдер арасында жиі кездеседі. Бұл жаста балалардың топтарға бірігуі маңызды - олар өздерінің маңыздылығын, қажеттілігін осылай сезінеді, қоғамға қабылданғанын, қауіпсіз екенін сезінеді. Топ әрқашан ортақ нәрсенің айналасында қалыптасады [7]. Мысалы, мақсаттар, қызығушылықтар, әрекеттер арқылы қалыптасады.

Баланың буллингке ұшырауын анықтау әрдайым оңай емес және олар буллингке ұшырап жатқанын білмеуі де мүмкін.

Зерттеуге сәйкес, Қазақстандық интернет қолданушылардың 58% әлеуметтік желідегі агрессияны бастан кешірген. Әрбір төртінші адам мұндай мінез-құлықтың нысанасы болды және сауалнамаға қатысқандардың тек 4% -ы қорлаудың бастамашысы, яғни агрессор екенін

мойындайды. Жоғарыда айтылып кеткендей, қазіргі таңда буллинг – жасөспірімдердің әлеуметтік өмірінің дерті.

Еліміздің мектептеріндегі жалпы қолайсыздыққа және жасөспірімдердегі агрессия деңгейінің жоғарылауына байланысты біз 2024 жылдың қаңтар-сәуір айларының аралығында жасөспірімдер арасында буллинг жағдайларын анықтау мақсатында зерттеу жүргіздік.

**Зерттеу материалдары мен әдістері.** Біздің алдымызға қойған міндет – білім беру мекемелеріндегі баланы қорқыту және қолайсыздық жағдайларын анықтау ғана емес, сонымен бірге бұл құбылыстың оған қатысқан барлық балалардың эмоциялық күйіне теріс әсерін дәлелдеу.

Зерттеу жұмысының мақсаты жасөспірімнің мазасыздануы мен оның буллинг жағдайындағы эмоционалды күйінің арасындағы байланысты анықтау болып табылады.

Зерттеу үшін біз ұжымдағы тұлғааралық қатынастарды, балалардың қолайсыздық дәрежесін, балалардың агрессияның көрінісіне реакциясын, сондай-ақ осы жағдайлардың алдын алу бойынша балалардың ұсыныстарын көрсете алатын бірнеше әдістерді таңдадық.

Эксперименталды зерттеу жұмысы Ақтөбе қаласының № 23 мектеп-лицейінде 2023 жылдың қаңтар-сәуір араларында жүргізілді. Зерттеу жұмысында 10 сыныптың 40 оқушысы қатысты.

### **Зерттеу жұмысы үш этаптан тұрды:**

1. Теориялық – бұл этапта зерттеудің ғылыми аппаратын қалыптастыру жұмыстары жүргізілді.

2. Эмпирикалық – мұнда зерттеу жұмыстарының келесі психодиагностикалық әдістері таңдалды және жүргізілді:

- «Тұлғалық агрессивтілік және конфликтілік» әдістемесі (автолары Е.П.Ильин и П.А.Ковалев) [8];

• Сакс пен Левидің «Аяқталмаған сөйлемдер» әдістемесі;

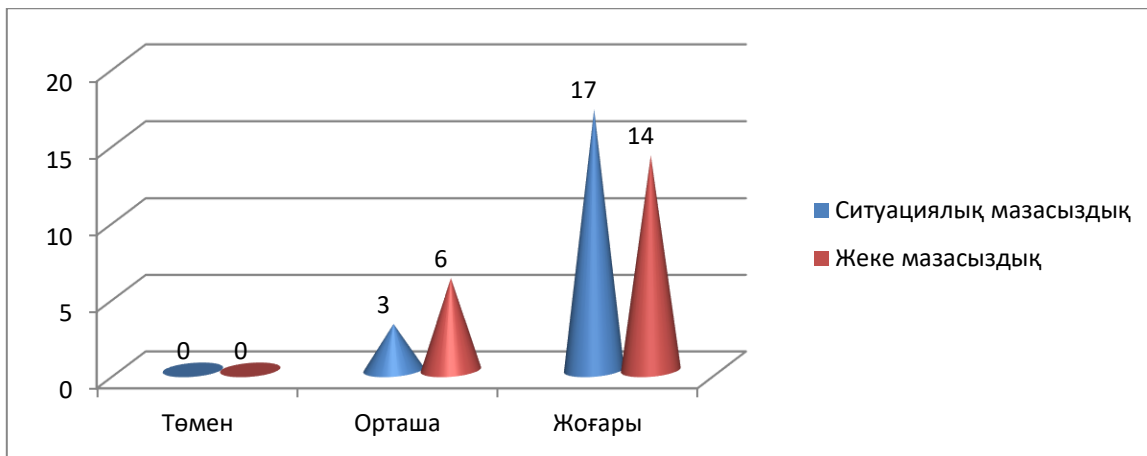
• Спилбергер-Ханиннің «Ситуациялық және жеке мазасыздану диагностикасы»;

• «Буллингке тәуекел сауалнамасы» (авторлары А.А. Бочавер, В.Б. Кузнецова, Е.М.Бианки, П.В. Дмитриевский, М.А. Завалишина, Н.А. Капорская, К.Д. Хломов [6];[9];

• Дж.Моренонның «Социометрия» әдістемесі.

**Нәтижелер және оларды талқылау.** Зерттеу нәтижелері бойынша жасөспірімдердің мазасыздық деңгейі анықталды. Қабылдауды жеңілдету мақсатында буллингке қатысушыларды екі негізгі рөлге бөлдік – жәбірленуші мен шабуыл жасаушы және екі серіктес-бақылаушы мен қорғаушы.

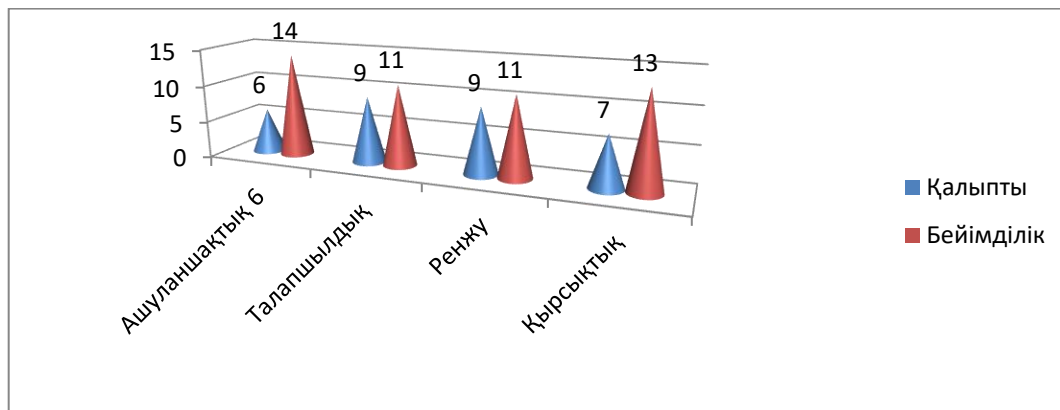
Мазасыздық деңгейін зерттеу нәтижелері 1 суретте көрсетілген:



Сурет 1. Мазасыздану деңгейін анықтау нәтижелері

Ситуациялық мазасыздықты бағалау кезінде мазасыздықтың төмен дәрежесі анықталмады, оқушылардың 68% - (27 адам) орташа мазасыздықты көрсетті, 32% - да (13 адам) жоғары мазасыздық байқалады. Ол дәл қазіргі уақыттағы адамның жағдайын сипаттайды, шиеленіс, мазасыздық байқалады, сонымен қатар зейіннің бұзылуына, жұмысқа қабілеттілігінің төмендеуіне, шаршаудың жоғарылауына және тез сарқылуға әкелуі мүмкін.

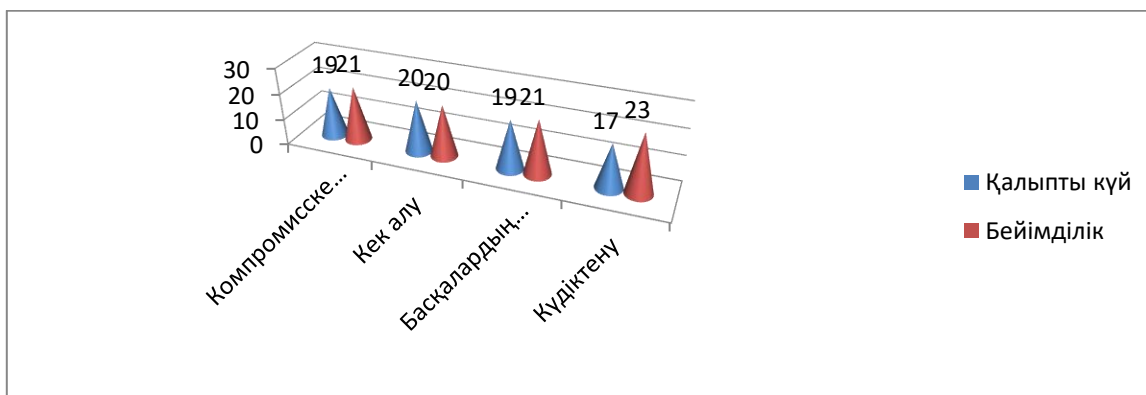
Мазасыздықты зерттеу барысында алынған нәтижелер 2 суретте көрсетілген.



Сурет 2. Жасөспірімдердің ашуланшақтыққа, талапшылдыққа, ренжуге және қырсықтыққа бейімділігі

60% (40 адамның 24-і) тез ашулануға бейім. Мұндай жасөспірімдер тітіркенуге оңай келіп, ашуын ашық көрсете алады. Ыстық мінезді жасөспірімдер ұстамды емес және кез келген ынталандыруға күрт жауап береді. Зерттелінушілердің жартысынан көбі-53% (21 адам) талапшылдыққа бейім болып келеді. Бұл жасөспірімдер қыңыр және өз ұстанымдарына берік тұруға, өз көзқарастарын дәлелдеуге бейім, олар басқалармен тез келісімге келе қоймайды және басқалардың ой-пікірімен сирек келіседі. Мұндай көбінесе жасөспірімдер буллер рөлін атқарып, жанжал туғызып, сонымен бірге буллинг жағдайының қаупін арттырады.

Сонымен қатар, зерттелген жасөспірімнің басым бөлігі психоэмоционалды ерекшеліктерге (компромисске бармау, кек алуға, басқалардың ой пікіріне төзімсіздік, күдіктену) бейім екені анықталды (сурет 3).

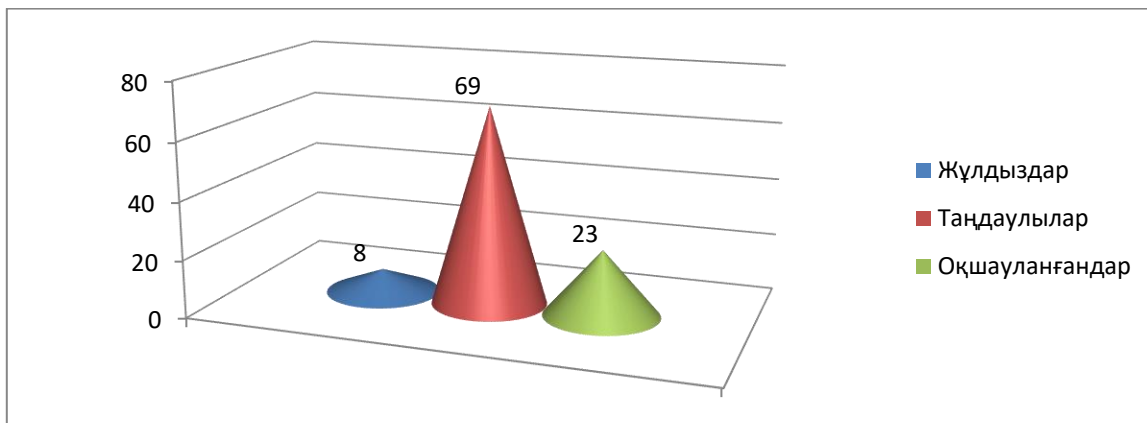


Сурет 3. Компромисске бармауға, кек алуға, басқалардың ой пікіріне төзімсіздік таныту, күдіктенуге бейімділік

Осылайша, зерттеу барысында жоғары көрсеткіштері бар жасөспірімдер эмоционалды ерекшеленетіні анықталды. Олардың сабаққа ынтасы жоқ, іс-әрекеттің басқа түрлерімен

айналысады, мектеп өмірімен қанағаттанбаған, сонымен қатар, олардың басым бөлігі ашуланшақтық, тұрақсыздық, күдіктену секілді психоэмоционалды ерекшеліктерге бейім. Осыған сүйене отырып, зерттелінушілердің бұл тобы жанжалдан кете алмайды және буллингте шабуылшы ретінде белсенді позицияны алады деп болжауға болады.

«Социометрия» әдістемесі бойынша 5 суретте біз келесі алынған мәліметтерді көріп отырмыз.



Сурет 4. «Социометрия» әдістемесінің нәтижесі (%)

Топ үш бөлікке бөлінді: олар жұлдыздар (көшбасшылар) 8%, таңдаулылар 69%, оқшауланғандар 23%.

«Жұлдыздар» өз мүдделерін қорғау үшін физикалық күшті қолданады, бірақ басқаларға дұшпандылық танытпайды. Олар сирек ұялады.

Көшбасшыларға буллинг қиынға соғады және олар жиі бақылаушы ретінде әрекет етеді, бірақ олардың мүдделері қозғалған жағдайда, олар буллинг жағдайында қорғаушы ретінде белсенді роль атқаруы мүмкін.

Жоғарыда келтірілгендер бойынша қорытынды жасайтын болсақ, мемлекет бойынша буллинг өте кең таралған және оның қатысушылары бір уақытта буллинктің құрбандары және агрессорлары болады. Қазіргі қоғамның дамуын, буллинктің қатысушыларының психологикалық ерекшеліктерін ескеретін болсақ, агрессорлар буллинг құрбандарының жеке тұлға ретінде қалыптасуы үшін өте жағымсыз жағдайлардың қалыптасуын болжауға болады. Қазіргі уақытта әр сыныпта осы құбылысты кездестіруге болады. Батыс психологиясындағы бұл құбылыс ғасырдың басынан бері зерттеліп келеді, ал отандық ғылыми әдебиеттерде ол соңғы онжылдықта ғана өзекті болды. Буллинг жиілік пен тұрақтылық, зиян келтіру, ниет, күш қолдану және бақылаудың болмауы сияқты ерекшеліктердің болуымен сипатталады.

Зерттеу мәселесі бойынша ғылыми деректерді теориялық талдау келесілерге мүмкіндік берді:

- білім беру ортасында буллинг көрсеткіштерін (ұзақтығы мен жүйелілігі, топта/жекелік жасалған физикалық/психологиялық зорлық-зомбылық, психологиялық/физикалық тұрғыдан әлсіз адамға бағытталған) анықтауға мүмкіндік береді;
- білім беру саласында буллингке қатысушылардың жеке ерекшеліктері туралы авторлардың идеяларын жүйелеу;
- буллинг анықтамасын қалыптастыру;
- өмір тұрақтылығының психологиялық компоненттерін анықтау;
- білім беру ортасындағы буллинг жағдайы ұзақ және жүйелі болып табылады, сонымен қатар, қорлау, өсек, интрига, қауіп-қатер секілді формаларда көрініс беретіндігі және буллинг

сабаққа дейін немесе одан кейінгі уақытта болатындығы анықталды;

- буллинг «құрбандарының» басым бөлігі болған жағдайдың себептерін мойындамайды, керісінше, «қысым жасаушыларды» елемейтіні анықталды;

- ал «қысым жасаушылардың» айтуынша, буллинг себептері «құрбандардың» мұғалімге шағымдануы, елемеуі, басқаларға шиеленім туралы айтып қою болып табылады;

- «қысым жасаушылар» мен «құрбандардың» психологиялық сипаттамаларында айқын айырмашылықтар эмпирикалық түрде анықталды.

Осылайша, жасөспірімдер тобы мүшелерінің жартысына жуығы буллингтің белсенді қатысушылары болып табылады. Әрбір бесінші жасөспірім буллингтің құрбаны болып табылады. Жәбірленушілер үнемі қауіп, мазасыздық сезімдеріне ұшырайды. Оларға буллингтер шабуыл жасайды. Зардап шеккендерге депрессия белгілері, сондай-ақ мазасыздықтың жоғары деңгейі тән, ал бақылаушылар, буллингтің куәгерлері-адамдардың ең көп таралған санаты.

**Қорытынды.** Қорыта келгенде, қазіргі уақытта зерттеулерде отандық жасөспірімдік ортада буллинг туралы мәліметтерді жинауға, яғни зорлық-зомбылық, агрессия сияқты эмоциялық және этикалық күрделі тақырыптарға сұрақтар қоюға әрдайым мүмкіндік бола бермейді.

Буллингтің адам өміріне тигізетін әсерінің бар екені сөзсіз. Буллинг әсерінен болған зиянды келесідей топтарға жіктеуге болады: психологиялық, әлеуметтік, физиологиялық – күйзеліс пен эмоционалды қажу; өзіне деген сенімнің төмен болуы; сабақ үлгерімінің нашарлауы; икемді дағдылары (креативті ойлау, логикалық ойлау, шығармашылық ойлау және тағы да басқалар) дұрыс қалыптаспайды, ол балалардың қоршаған ортадағы адамдармен тіл табысуы бәсеңдеу себебінен көптеген қиыншылықтар кездеседі, оқушылар өз эмоцияларымен, сезімдерімен бөлісе алмайды. Осыған байланысты, ата-аналар мен мұғалімдерге бұның белгілі бір жағдайға реакция емес, мінез-құлықтың тұрақты құраушылары екендігін және оның жасөспірім дамуына айтарлықтай кері әсер ететіндігін түсіндіру маңызды.

### Әдебиеттер тізімі

1. Алексеева И.А. Жестокое обращение с ребенком. Причины, последствия, помощь / И.А. Алексеева, И.Г. Новосельский. – М.: 2016. – 220 с.
2. Астапов В.М. Функциональный подход к изучению состояния тревоги / В.М. Астапов // Прикладная психология. 2009. – № 1. – С. 41-47.
3. Акажанова А. Девиантология: Учебное пособие.— Алматы: Нур-пресс, 2008.— 114 с.
4. Халида Ажигулова. <https://liter.kz/mechta-lyubogo-uchenogo-uvidet-rezultaty-svoih-trudov/>
5. Барлит О.О. Социально-педагогическая и психологическая проблема буллинга в образовательной среде, – Запорожье: Олекс, 2013. - 82 с
6. Бочавер А.А. Буллинг как объект исследований и культурный феномен, Психология. / Бочавер, А.А., Хломов, К.Д // Журнал Высшей школы экономики. -2016. № 3. С. 149-159.
7. Глазман О.Л. Психологические особенности участников буллинга / Известия Российского государственного педагогического университета им. А.И. Герцена. - 2019. - № 105. - С. 159-165
8. Ильин Е.П. Психология агрессивного поведения. / Е.П. Ильин. - СПб.: Питер, 2019. - 368 с.
9. Ожиева Е. Н. Буллинг как разновидность насилия. - Киев: Рута, -2019. - С. 320
10. Ольшеус Д. Буллинг в школе: что мы знаем и что мы можем сделать // Hillsdale, NJ: Erlbaum. 2016. - С. 85-128.

### References

1. Alekseeva I.A. Zhestokoe obrashchenie s rebenkom. Prichiny, posledstviya, pomoshch' / I.A. Alekseeva, I.G. Novosel'skij. – М.: 2016. – 220 s.



2. Astapov V.M. Funkcional'nyj podhod k izucheniyu sostoyaniya trevogi / V.M. Astapov // Prikladnaya psihologiya. 2009. – № 1. – S. 41-47.
3. Akazhanova A. Deviantologiya: Uchebnoe posobie.— Almaty: Nur-press, 2008.— 114 s.
4. Halida Azhigulova. <https://liter.kz/mechta-lyubogo-uchenogo-uvidet-rezultaty-svoih-trudov/>
5. Barlit O.O. Social'no-pedagogicheskaya i psihologicheskaya problema bullinga v obrazovatel'noj srede, – Zaporozh'e: Oleks, 2013. - 82 s
6. Bochaver A.A. Bulling kak ob"ekt issledovaniy i kul'turnyj fenomen, Psihologiya. / Bochaver, A.A., Hlomov, K.D // ZHurnal Vysshej shkoly ekonomiki. -2016. № 3. S. 149-159.
7. Glazman O.L. Psihologicheskie osobennosti uchastnikov bullinga / Izvestiya Rossijskogo gosudarstvennogo pedagogicheskogo universiteta im. A.I. Gercena. - 2019. - № 105. - S. 159-165
8. Il'in E.P. Psihologiya agressivnogo povedeniya. / E.P. Il'in. - SPb.: Piter, 2019. - 368 s.
9. Ozhieva E. N. Bulling kak raznovidnost' nasiliya. - Kiev: Ruta, - 2019. - С. 320
10. Ol'veus D. Bulling v shkole: chto my znaem i chto my mozhem sdelat' // Hillsdale, NJ.: Erlbaum. 2016. - S. 85-128.

## ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕГУЛИРОВАНИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ ПОДРОСТКОВ В УСЛОВИЯХ БУЛЛИНГА

УТЕУОВА А.А. \*, РЫСТЫГУЛОВА А.Т. 

\*Утеуова Алия Амангельдиевна - старший преподаватель, магистр, Актюбинский региональный университет им. К. Жубанова, г. Актөбе, Казахстан

E-mail: [uteuova\\_1975@mail.ru](mailto:uteuova_1975@mail.ru), <https://orcid.org/0009-0002-7794-3536>

Рыстыгулова Айгуль Таубаевна - старший преподаватель, магистр, Актюбинский региональный университет им. К. Жубанова, г. Актөбе, Казахстан

E-mail: [arystygulova@zhubanov.edu.kz](mailto:arystygulova@zhubanov.edu.kz), <https://orcid.org/0009-0003-4610-9036>

**Аннотация.** В статье рассматривается проблема буллинга среди подростков, ночи буллинга и способы борьбы с ним. В современных условиях проблема буллинга среди подростков является одной из актуальных. Буллинг-это явление, которое действительно требует большого внимания, потому что последствия разрушительны. В наши дни об этом открыто говорят. Но все еще недостаточно. Буллинг делается намеренно, чтобы причинить вред другим, и часто повторяется, вызывая долгосрочные последствия издевательства в сознании жертвы.

Буллинг делается намеренно, чтобы причинить вред другим, и часто повторяется, вызывая долгосрочные последствия издевательства в сознании жертвы.

Актуальность исследования. Исследование педагогических условий регуляции эмоционального настроения подростков в условиях буллинга.

Методы, используемые в статье, включают анализ официальных и законодательных данных, а также Эксперимент, проведенный в школе-лицее №23 г. Актөбе. Целью исследовательской работы является выявление взаимосвязи между тревожностью подростка и его эмоциональным состоянием в состоянии буллинга.

Результаты исследования могут быть использованы для регулирования эмоционального настроения подростков в условиях буллинга в Актюбинском регионе. Рекомендации способствуют созданию эффективной образовательной среды, что, в свою очередь, способствует регулированию эмоционального настроения подростков в условиях буллинга.

**Ключевые слова:** Воспитание подростков, буллинг, тревога, насилие, стресс, эмоциональное истощение.

## PEDAGOGICAL CONDITIONS FOR REGULATING THE EMOTIONAL STATE OF ADOLESCENTS IN THE CONTEXT OF BULLYING

UTEUOVA A.A. \*, RYSTYGULOVA A.T. 

\*Uteuova Alya Amangeldiyevna - senior lecturer, master's degree, Aktobe Regional University named after K. Zhubanov, Aktobe, Kazakhstan

**E-mail:** [uteuova\\_1975@mail.ru](mailto:uteuova_1975@mail.ru), <https://orcid.org/0009-0002-7794-3536>

**Rystygulova Aigul Taubayevna** - senior lecturer, master's degree, Aktobe Regional University named after K. Zhubanov, Aktobe, Kazakhstan

**E-mail:** [arystygulova@zhubanov.edu.kz](mailto:arystygulova@zhubanov.edu.kz), <https://orcid.org/0009-0003-4610-9036>

**Abstract:** The article discusses the problem of bullying among teenagers, bullying nights and ways to deal with it. In modern conditions, the problem of bullying among teenagers is one of the most urgent. Bullying is a phenomenon that really requires a lot of attention, because the consequences are devastating. It's being openly talked about these days. But it's still not enough. Bullying is done intentionally to harm others, and is often repeated, causing long-term consequences of bullying in the victim's mind.

Bullying is done intentionally to harm others, and is often repeated, causing long-term consequences of bullying in the victim's mind.

The relevance of research. The study of pedagogical conditions for regulating the emotional mood of adolescents in bullying conditions.

The methods used in the article include the analysis of official and legislative data, as well as an experiment conducted at the Lyceum school No. 23 in Aktobe. The purpose of the research work is to identify the relationship between a teenager's anxiety and his emotional state in a state of bullying.

The results of the study can be used to regulate the emotional mood of adolescents in bullying conditions in the Aktobe region. The recommendations contribute to the creation of an effective educational environment, which, in turn, helps regulate the emotional mood of adolescents in bullying conditions.

**Key words:** Adolescent education, bullying, anxiety, violence, stress, emotional exhaustion.