

Ұ. Қыякбаева ¹, А. Иниятова ², Г. Ширинбаева ³

^{1,2,3} Абай атындағы Қазақ ұлттық педагогикалық университеті,
Алматы, Қазақстан

ЖОҒАРЫ СЫНЫП ОҚУШЫЛАРЫНЫҢ ЭМОЦИОНАЛДЫ ТҰРАҚТЫЛЫҒЫН ДАМУЫ ЕРЕКШЕЛІКТЕРІ

Аңдатпа

Бұл мақала авторларлары жоғары сынып оқушыларының эмоционалды тұрақтылығын дамыту дағдылары мен психологиялық табиғаты, мәні мен мазмұнын ашу ерекшеліктеріне тоқталады. Қазіргі шетелдік және отандық психологияда бірқатар эмоционалды жағдайлар: ашу – ыза, агрессия, айыптылық сезімі, қобалжушылық, психикалық ыңғайсыздық, стресс және дистресс секілді эмоционалды жағдайларды тұрақтандыруды зерттеу мәселелері өзекті. Сондықтан да елімізде жоғары сынып оқушыларының эмоциялық жағдайының тұрақтылығын дамыту басты проблемалардың бірі болып табылады.

Түйін сөздер: оқушы, жасөспірімдер, эмоция, тұрақтылық, эмоционалды тұрақтылық, жауапкершілік, фрустрация, өзін-өзі ұйымдастыру, дамыту, өзін-өзі дамыту, жоғары сынып оқушылары, эмоционалды бұзылыс, эмоционалды жағдай

U. Kyyakbaeva ¹, A. Iniyatova ², G. Shirinbayeva ³

^{1,2,3} Kazakh National Pedagogical Univerity named after Abay,
Kazakhstan, Almaty

FEATURES OF DEVELOPMENT OF EMOTIONAL STABILITY OF HIGH SCHOOL STUDENTS

Abstract

The authors of the article emphasize and reveal the essence and content of the psychological nature, the development of skills and abilities, as well as the emotional stability of high school students. In modern foreign and domestic psychology, a number of emotional States are considered: anger, aggression, blame, anxiety, mental discomfort, stress and distress, the development of stability of the emotional state of schoolchildren in the country. Therefore, one of the main problems in our country is the development of stability of the emotional state of high school students.

Key words: schoolchildren, teenagers, emotions, stability, emotional stability, responsibility, frustration, self-organization, development, self-development, high school students, emotional disorders, emotional states

U. Kyyakbaeva ¹, A. Iniyatova ², G. Shirinbayeva ³

^{1,2,3} Казахский национальный педагогический университет имени Абая,
Алматы, Казахстан

ОСОБЕННОСТИ РАЗВИТИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ УСТОЙЧИВОСТИ СТАРШЕКЛАССНИКОВ

Аннотация

Авторы статьи подчёркивают и раскрывают сущность и содержание психологической природы, развитие умений и навыков, а также эмоциональной устойчивости старшеклассников. В современной зарубежной и отечественной психологии рассматривается ряд эмоциональных состояний: гнев, агрессия, чувство обвинения, тревожность, психический дискомфорт, стресс и дистресс, развитие устойчивости эмоционального состояния школьников в стране. Поэтому одной из главных проблем в нашей стране является развитие устойчивости эмоционального состояния старшеклассников.

Ключевые слова: школьники, подростки, эмоции, стабильности, эмоциональной устойчивости, ответственности, фрустрации, самоорганизации, развития, саморазвития, старшеклассники, эмоциональные расстройства, эмоциональные состояния

Кіріспе. Қазақстан Республикасының 2011-2020 жылдар аралығында білім беруді дамытудың Мемлекеттік бағдарламасына сәйкес білім беру жүйесінің барлық саласында білімнің жетілдірілген үлгілерін енгізу және ұлт мектебінің жаңа моделін жасау бағытындағы жұмыстар жүзеге асырылуда.

Осыған орай, қазіргі кезде жаһандану және еліміздің қайта өркендеуі жағдайында жас ұрпақты өз халқының рухани қазынасымен, оның әлеуметтік-психологиялық әлеуеті арқылы тәрбиелейтін ғылыми теориялық негіздерді жетік меңгеру, практикалық жағынан жетілдіре түсу қажеттілігі айқындалып отыр. Әлеуметтік - экономикалық тұрақсыздық жағдайында оқушы тұлғасын қалыптастыру мен бейімдеуде білім беру, әлеуметтік және психологиялық бағдарламаларды жетілдірумен сипатталатын қоғам дамуындағы әлеуметтік мәселелерді шешу кезінде оқушылардың қоршаған ортаның агрессивті жағдайымен бетпе-бет келіп жатқан жайы бар. Бұл өз кезегінде индивид үшін де, қоғам үшін де түрлі жағымсыз жағдайларға әкелуі мүмкін. Қазіргі заманда қиындықтарға төтеп бере алатын, психологиялық тұрғыдан тұрақты тұлғаны қалыптастыру мемлекеттің өсіп-өркендеуіне әсер етуші факторлардың бірі ретінде маңызды орын алады [1].

Қазіргі кезде жоғарғы сыныпта оқитын балаларда оқу мәселесіне байланысты әр түрлі жағдайлар көрініс тауып отыр. Осындай жағдайлардың бірі эмоционалдық тұрақтылық болып табылады.

Осыған орай, жоғары сынып оқушыларының эмоционалды тұрақтылығын дамыту мәселесінің өзектілігін артуы мектептегі оқу-тәрбие процесіне жаңаша тұрғыдан қарап, оны оқушының білім, білік дағдыны меңгерту ғана емес, әлеуметтік-педагогикалық тұрғыдан эмоционалды тұрақтылықты жан-жақты дамыту ретінде қарастыруды міндеттейді.

Жоғары сынып оқушыларының эмоциялық тұрақтылығын дамыту дағдылары мен психологиялық табиғаты, мәні мен мазмұнын түсінуге байланысты ой-пікірлер тамырын тереңге бойлайды. XX ғасырдың басынан шетелдік және отандық психологияда бірқатар эмоционалдық жағдайлар: ашу – ыза, агрессия, айыптылық сезімі, қобалжушылық, психикалық ыңғайсыздық, стресс және дистресс секілді эмоционалды жағдайларды тұрақтандыруды зерттеу мәселелері өзекті болып табылады.

Эмоциялық тұрақтылық жағдайды зерттеушілер өте көп болды, олардың қатарында Л.И.Божович, В.Э.Чудновский, Д.Н.Узнадзе, Е.П.Крупник, Н.А.Подымов, Л.В.Куликов, С.М.Оя, К.К.Платонов, Р.В.Кеттелл, П.Б.Зильберман, Л.М.Аболин, Л.М.Митина және басқа да зерттеушілер зерттеді.

Жалпы психологияда эмоционалдық тұрақтылық жағдай мәселесі Б.Г.Ананьев, Л.С.Выготский, П.Я.Гальперин, В.К.Виллюнас, А.Н.Леонтьев, А.С.Рубинштейн және басқалардың еңбектерінде эмоционалдық жағдайлардың базалық теориялық негіздері қарастырылады.

Елімізде мектеп оқушыларының эмоциялық жағдайын Қ.Б.Жарықбаев, А.Р.Ерментаева, Ж.Ы.Намазбаева, М.В.Кузубова, М.С.Искакова, Ж.А.Қайырова еңбектерінде қарастырды [2].

Жоғарыда аталған еңбектер тұлғаның эмоционалды тұрақтылығын дамыту мәселесінің біркелкі зерттелгенін айқындайды. Дей тұрғанымен, жоғары сынып оқушыларының эмоциялық тұрақтылығын дамытудың әлеуметтік-педагогикалық ерекшеліктері арнайы қарастырылмаған. Соның нәтижесінде бүгінгі күннің ең бір өзектілігі балаларды мектеп табалдырығынан бастап арнайы пәндер арқылы баланың бойына эмоционалды тұрақтылықты дамыту мәселесі тұр.

“Эмоционалдық тұрақтылық” термині түрлі экстремалды жағдайдағы адамның мінез-құлқын зерттеу барысында туындаған. Әдебиеттерге талдау жүргізу барысында көз жеткізгеніміздей, эмоционалдық тұрақтылықты анықтауда бірыңғай пікір жоқ. Дегенмен, эмоционалды тұрақтылықтың кеңінен тараған анықтамасын қарастырып көрелік. Сонымен В.М.Писаренко

“Спорттағы күрделі немесе қиын мақсатқа жетудің жолдары” атты еңбегінде тұлғаның эмоционалды тұрақтылығы деп – “қысым жағдайында жұмыс қабілетінің артуына әкелетін эмоционалды күйді” түсінген [3].

Эмоцияналды тұрақтылықты түсіндіруде ғалымдар екі топқа бөлінеді. Бірінші топ авторлары (О.А.Черникова, С.М.Оя, О.В.Дашкевич және т.б.) эмоцияналды тұрақтылықты эмоцияналды құбылыс ретінде қарастырса, екінші топ авторлары (П.Б.Зильберман, А.Я.Чебыкин, Л.М.Аболин және т.б.) эмоцияналды тұрақтылықты психиканың кіріктілген қасиеті деп түсіндіріп, іс-әрекеттің ұйымдасуын бұзып, эмоцияналды қысым жағдайының туындауына кедергі болатын тұлғаның сенсорлық ерік сапаларын жатқызады [4].

Эмоциялық тұрақтылықтың маңызды көріністерінің бірі – фрустрация жағдайындағы адекватты түрде төтеп беру іскерлігі болып табылады. Дәл осы фрустрация үрей деңгейінің артуына, өзіне деген сенімсіздіктің туындап, сәтсіздіктен қорқу мотивациясының беки тусуіне әкеледі. Олай болса, эмоцияналды тұрақтылық туралы анықтамалар мен көзқарастарды талдай келе, көптеген авторлардың аталған қасиетті таза эмоцияналды сипатқа ие индивидтің қасиеті ретінде қарамайтындығына көз жеткізуге болады.

Л.В.Куликов пікірінше, психикалық тұрақтылықта қызығушылықтардың, іс-әрекеттердің, мінез-құлықтың тұрақтылығы мен үйреншіктілігі арасында өзгешелік пен тұрақтылық арасындағы, ықпал ету мен оның өзгермелілігі, жаңаның пайда болуы арасындағы тепе-теңдік деп түсіндіреді. Байлықты сезінуі мен қуанышты, бақытты бастан кешіру бір жағынан, қайғыру мен көңіл толмаушылық сезімдерін кешу екінші жақтан, осылардың арасындағы тепе-теңдіктің болуы өмірлік қажетті нәрселер. Ол тұлғаның психологиялық тұрақтылығын құрайтын маңыздыларына мыналарды жатқызады: толыққанды өзін өзі жүзеге асыру, адекватты және дер кезінде тұлға ішілік кикиілжіндерді (құндылықты, мотивациялық, рольдік кикиілжіндер) шешіп, тұлғалық өсуге қабілеттілік, адекватты жағдай мен мотивациялық қысымдылық. Психологиялық тұрақтылықта сыртқы әсерлерге, өзіндік ниет пен мақсатқа жүгіне отырып, қарсы тұра алу қажет. Психологиялық тұрақтылық үшін ерік процесінің маңызы зор. Еріктің артықшылығы адамның алдына қойған мақсатқа жету жолындағы кедергілерді саналы түрде жетуінде. Адам еркінің ерекшелігі психикалық өзіндік басқару, өзіндік реттеу, өзіндік бақылауында көрінеді [5].

R.В.Cattel мен басқа да ғалымдардың қолданатын аффективті тұрақтылық термині “эмоцияналды тұрақтылық” ұғымының мазмұнын толықтыра түседі [6]. Бұл ұғымды автор тұлғаның көптеген факторлық талдауларын салыстыру негізінде енгізген. Тұлғаның қасиеті ретіндегі аффективті тұрақтылықтың басты компоненттеріне мыналар жатады: невротикалық белгілер мен ипохондриялық көріністердің болмауы, қызығушылықтардың тұрақтылығы, шыдамдылық, қайсарлық, сабырлық және т.б. болуы. Осындай эмоционалды тұрақтылықтың белгілерін J.P.Guilford айтып кеткен. Ол эмоцияналды тұрақтылықты салмақтылық, оптимистік, өзін-өзі ұстау ретінде сипаттайды. Керісінше, эмоцияналды тұрақсыздыққа – тез көтерілуі, енжарлық, көңіл-күйдің өзгермелі болуын жатқызады [7]. П.Фресс эмоцияналды тұрақтылықты эмоцияналдылықтың басты типі деп қарастырады. С.Славина эмоционалды тұрақтылықты ренжігіш, қыңырлық, негативизм, тұйықтық, тежелу сияқты адекватты емес афекті ретінде қарастырған. Н.Д.Левитов эмоцияналды тұрақсыздықты психикалық аурулардағы қарама-қарсы белгілер эмоциясының жиі өзгеруі ретінде қарастырып, эмоцияналды тұрақсыздықты көңіл-күй мен эмоциялардың тұрақсыздығымен салыстырады [8].

Өзін-өзі ұйымдастыру мен өзін-өзі реттеу тұлғаның жауапкершілікті құбылысына қатысты. Жауапкершілік – әлеуметтік ересек тұлғаны әлеуметтік ересек емес тұлғадан ажырататын ұғым. [9]. Олай болса, эмоционалды тұрақтылықтың тағы бір деңгейін бөлуді ұсынамыз. Мұнда эмоцияналды тұрақтылық бұл өзінің өміріндегінің бәріне жауапты болатын әлеуметтік ересек тұлғаның кіріктірілген қасиеті. Қазіргі таңда психологияда жауапкершіліктің екі типіне қатысты тұжырымдама кеңінен тараған. Бірінші типтегі жауапкершілік – бұл адамның өз өміріндегі болып жатқан құбылыстардың барлығына жауапкершілікті сезінуі (интегралды бақылау локусы), “өз жетістіктеріме өзім жауаптымын. Менің өмірім - менің отбасымның өмірі маған байланысты. Мен бұны істеу керекпін және істей аламын” деген ұстанымдарды басшылыққа алады. Екінші типтегі жауапкершілікте – адам жауапкершілікті толықтай сезінбей, оны сырты орта факторларының ықпалынан көреді, мәселен, “Көп нәрсе маған байланысты емес, мендегі жағдайлардың көпшілігі сыртқы орта факторларының ықпалына байланысты” деген ұстанымда болады. Ондай адамдар жетістік пен сәтсіздіктегі жауапкершілікті ата-аналарына, мұғаліміне, болашақта басшысына, жолдастары мен ұжымға артады.

Эмоционалды тұрақтылық пен жауапкершілікті қалыптастырудағы маңызды шарт ретінде белгілі-бір деңгейде шешім жасаудағы тәуелсіздік және тұлға автономдылығының дамуы. Тәуелсіздік туралы мәселе жас ерекшелік немесе өзге нақты ерекшеліктерді ескере отырып шешілуі тиіс [10]. Бірақ принциптің өзі мызғымас болып қала береді. Жауапкершілікті қалыптастыру тұлғаның автономдылығымен және шешім қабылдаудағы оның тәуелсіздігімен байланысты. Біздер тұлға бойында жауапкершілікті дамытқымыз келе отырып оның автономдылығын, тәуелсіздігін шектейтін болсақ - біз не істейміз? “Біз адам жүзіп үйренгенін қалаймыз, дегенмен қауіптенгеннен суға түсуге жібермейміз. Әрине, оқу процесінде инициативаны, жеке автономияны қолдау жағдайлары кездеседі. Бірақ бұл жағдайлар көбіне ережеден гөрі жеке жағдай”. Осылайша, менің ойымша, жауапкершіліктің үшкі түрінің сәтті түрде дамуы дамушы білім ортасы жағдайында ғана мүмкін және ол жасөспірімдер бойында инициативаны және дербестікті стимуляциялайды [11].

Эмоционалды тұрақтылықтың дамуы кезеңін талдай отыра мынадай тізбек жасауға болады:

1. Эмоционалды тұрақтылықты қалыптастыру алғышартында адам нағыз онтогенез кезеңінде болады. Эмоционалды тұрақтылықтың дамуымен жіберілген өз эмоцияларымен, реттеу кезінде процестің дамуы пайда болу қабілеттерімен есептеледі.

2. Жасөспірім жаста индивидтерде тұлғадағы интегративтік сапа ретінде эмоционалды тұрақтылық болады, оның пайда болуы өзін-өзі білуді дамыту, әлемге көзқарасы және жасөспірімдерді сендіре білуімен тығыз байланысты.

3. Осы жаста өзінің тәртібін бақылай отыра, интерналдық типпен индивидтерді таңдай отыра жүгеге асады. Жасөспірім ішкі жағдайлардан басқа, өзінің барлық жетістіктерін мен сәтсіздіктерін өзінің қабілеттерімен және талаптарымен байланыстырады. Жауапкершілік типі әсересе эмоционалды тұрақтылықтың даму деңгейі жасөспірім кезеңі аясында елеусіз өзгереді. Сонымен, қыздарда жылжу экстерналдық жаққа, ұл балаларда интерналдық бақылау жағына өзгереді.

4. Эмоционалды тұрақтылықта когнитивті және эмоционалды компоненттер бір-бірімен дамуы орташаланған өзара тығыз байланыста. Танымдық белсенділікте оптималдық (жоғары) деңгей, алаңдау (орта) деңгейі кезінде қалыптасады. Өз кезегінде тану процесінде сезілген оң когнитивті эмоциялар алаңдау оптималдық деңгейінде ынталандырылады.

5. Эмоционалды тұрақтылықтағы когнитивті компоненттің дамуы жалпы тұлғаның дамуымен тығыз байланысты. Әлемге деген көз-қарасы дамыған кезде, өзін-өзі білуде ереже ретінде және танымдылық деңгейінің жоғары деңгейінде тіркеу. Интеллектуалдық эмоциялар шығармашылық эмоциялар құрамына шығады және шығармашылық білім беру орталығында оптималды дамиды, онда жасөспірімнің инициативасы ынталандырылады, оның шығармашылығының дамуына оң көмек табады.

6. Эмоционалды тұрақтылықтағы когнитивтік және мотивациялық компоненттер, когнитивті сезімнің дамуымен бірінші және екінші дамуы сияқты бір-бірімен тығыз байланысты [12]. Балалардың жетістікке жету мотивацияларында қалыптасқан төрт көрсеткіш анықталады. Бірінші – өзінің жетістіктері мен сәтсіздіктерін объективтік және субъективтік жағдайларында жазысу кезінде. Екінші – бұл сипат баламен басқа адамдардың жетістіктері мен сәтсіздіктерін түсіндіру кезінде. Үшінші – әртүрлі дәрежедегі тапсырмалардың қиындығын ажырату тәсілі және өзінің білуінің даму шамасын қажетті тапсырмаларды орындау үшін түсінгенде. Төртінші – қабілеті мен ұсынылған тапсырманы ажырату тәсілін ұсынады. Айталғын көрсеткіштерді талдай отыра, эмоционалды тұрақтылық копонентімен мотивациялық және еріктік арасындағы байланысты атап кетуге болады [13].

Эмоционалды бұзылыс	Себептері	Ұсыныстар
Қозғыштық, қызбалық	1. Бала өміріндегі кейбір келеңсіз оқиғалар. 2. Балаға көңіл бөлушіліктің жетіспеушілігі немесе үйдегі келеңсіз жағдайлардың салдары.	1. Балаға үнемі көңіл бөлу керек. 2. Баланы өз-өзімен қалдыру. 3. Баланың өз ойын біліп, сезімдерімен бөлісу. Бұл үшін үлкендер тарапынан сабыллық, төзімділік, байсалдылық әрекеттері балаға аса қажет.
Енжарлылық	1. Таным емес адамдарға қауіптенге қарау.	1. Баланың жылы қарым-қатынас орнатудан

	2. Үлкен адамдармен қарым-қатынас орнатудағы тәжірибенің жетіспеушілігі.	сезіктенетінін есепке алу. 2. Мұғалім немесе ата-ана тарапынан баланың өзіне-өзі сенуіне жағдай туғызу.
Гипербелсенділік	1. Бұл жағдай көбіне көп баланың артынан іле-шала екінші сәби туылған уақытта орын алады, бауырынан ата-анасын қызғану белгісі оның мінезіне әсер етеді. 2. Гипербелсенді синдромына шалдыққан балалардың 90 пайызға жуығы кесар тілігі отбасы арқылы өмірге келгендер. 3. Туысынан сабырлы баладан аяқ асты гипербелсенді синдромы ұшырасуы мүмкін, мұны психологтар отбасында болған жағымсыз жәйттің нәтижесі деп те түсіндіреді.	1. Гипер белсенділіктің себебін анықтап, мамандармен кеңесіңіз; 2. Егер врач-невропотолог дәрілердің ерекше тәртібін тағайындаса, оның орындалуын қатаң түрде қадағалау; 3. Баланың бойындағы бұл проблема жайлы мектептегі тәрбиешілер мен мұғалімдерге хабарлаңыз; 4. Баладан қауіпті заттарды оқшау жерде ұстаңыз(қатты заттарды, дәрі-дәрмектерді, химиялық заттарды); 5. Мұндай балаларға айқайлауға немесе ұрысуға өзіңізге ерік бермеңіз, өйткені ол мұндай мінез-құлық себебіне кінәлі емес, бұл тек оның тұйықталуына және өзін қор санауға жетелейді. 6. Мектер жасындағы баланы емдеуді кейінге қалдырмаңыз, өйткені баладағы дәл осы кезеңде аталған проблемадан арылуға мол мүмкіндік бар т.б
Шектен тыс ұялшақтық, өкпелегіштік, Қызғаншақтық	1. Жүйке жүйесінің ерекшеліктері. 2. Отбасындағы тәрбие ерекшеліктері(ата-ана тарапынан көңіл бөлушіліктік жетіспеуі) 3. Өзін-өзі төмен бағалауы.	1. Тапсырманы орындау алдында эмоциялық жағдайын тұрақтандыру керек. 2. Тапсырманы ауызша немесе жазбаша орындауға таңдау беру. 3. Бағалауда мұғалім жұмсақ әрі мұқият түсіндіру тиіс және келесі жолы тапсырманы орындау барысында бәрі жақсы, дұрыс болатынын түсіндіру, балаға сенім білдіру

1-кесте. Жоғары сынып оқушыларының эмоционалды тұрақтылығын дамытудағы жұмыс ерекшеліктері

Сонымен, мектеп оқушыларының, әсіресе, соның ішінде жоғары сынып оқушыларының эмоционалды тұрақтылығын дамыту ерекшелігі бүгінгі оқу процесі барысында маңызды мәселе болып табылады [14]. Эмоционалды тұрақтылық – бұл біздің әрқайсымызға тән жақсыға және жаманға деген психологиялық реакцияларымыз, бұл біздің өзімізді ұстай білуіміз және кез-келген ситуацияға эмоционалдық дайындығымыз. Сондықтан оқушының эмоционалды тұрақтылығын

қалыптастыру жүйеленген жұмыс жүргізілуі қажет. Бұл оқушының эмоционалды тұрақтылығын дамытады және оны ретке келтіреді.

Пайдаланылған әдебиеттер тізімі:

- 1) Зильберман П.Б. Эмоциональная устойчивость оператора. - В кн.: Очерки психологии труда оператора. - М.: Наука, 2000. – С. 138 – 173.
- 2) Зимняя, И.А. Материалы к семинару “Компетентностный подход в современном образовании”. - Пермь, ПГТУ, 2004. - 15 с.
- 3) “Психология. Социология. Дефектология” Республикалық педагогикалық журнал №3 2005ж.
- 4) Ерментаева А.Р. Жоғары мектеп психологиясы- Алматы, 2014. -246 б. - 992 с.
- 5) Намазбаева Ж.Ы. Жалпы психология. Оқулық - Алматы: Абай атындағы ҚазҰУ, 2006. - 296 б.
- 6) Дүйсенғалиева Т.М. Әлеуметтік педагогке көмек. Алматы, 2008
- 7) Смирнов С.Д. Педагогика и психология высшего образования: от деятельности к личности: учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений. - М.: Издательский центр “Академия”, 2001 - 304 с.
- 8) Социальная психология : учеб. пособие для высш. учеб. заведений / под ред. А.Н. Сухова, А.А. Деркача. - 2-е изд., испр. - М. : Издательский центр “Академия”, 2003. - 600 с.
- 9) Мельник, С.Н. Теоретические и методические основы социально- психологического тренинга. - Владивосток. : Издательство Дальневосточного университета, 2004. - 74 с.
- 10) Рожина, П.Н. Развитие эмоционального мира личности: пособие для учителей и практических психологов. - М.: Высш. школа, 2003. — 272 с.
- 11) Семенова, Е.М. Тренинг эмоциональной устойчивости педагога : учеб. пособие. - М. : Изд-во Института Психотерапии, 2002. - 224 с.
- 12) Андреева, Г.М. Социальная психология. -М :Аспект Пресс, 2001. - 376с.
- 13) Жұмасова К.С. Психология: Оқулық. – Астана, 2006. – 292 б.