UOT 159.9

Ayna Abuş qızı Hümbətova
psixologiya üzrə fəlsəfə doktoru
Azərbaycan Respublikasının Təhsil İnstitutunun
Psixologiya və xüsusi təhsil şöbəsinin böyük elmi işçisi
https://orcid.org/0000-0001-8038-8962

MÜƏLLİM PEŞƏSİNDƏ EMOSİONAL YANMA: SƏBƏBLƏR VƏ NƏTİCƏLƏR

Айна Абуш гызы Гумбатова
доктор философии по психологии
старший научный сотрудник отдела Психологии и специального образования
Института Образования Азербайджанской Республики

ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ ВЫГОРАНИЕ В ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ПРОФЕССИИ: ПРИЧИНЫ И ПОСЛЕДСТВИЯ

Ayna Abush Humbatova
doctor of philosophy in pedagogy psychology
senior researcher of the department of Psychology and special education of the
Institute of Education of the Republic of Azerbaijan

EMOTIONAL BURNOUT IN THE TEACHING PROFESSION: CAUSES AND CONSEQUENCES

Xülasə. Məqalədə müəllim fəaliyyətində emosional yanmaya səbəb olan psixoloji faktorlar nəzərdən keçirilib. Problemlə bağlı xarici tədqiqatlar araşdırılıb, yerli mühitdə bu problemin tədqiqinin vacibliyi göstərilib.
Açar sözlər: *müəllim, emosional yanma, şagird, emosiya, ünsiyyət.*

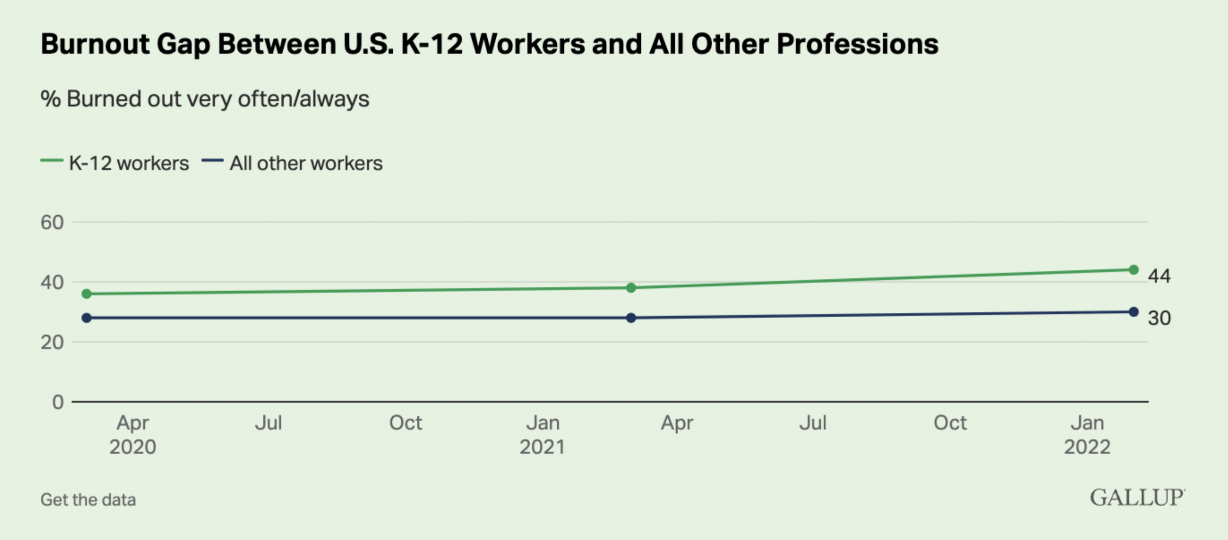
Резюме. В статье были рассмотрены психологические факторы, вызывающие эмоциональное выгорание в деятельности педагога. Были рассмотрены зарубежные исследования, связанные с проблемой, и показана важность изучения этой проблемы в местных условиях.
Ключевые слова: *учитель, эмоциональное выгорание, ученик, эмоция, общение.*

Summary. In the article, the psychological factors that cause emotional burnout in the teacher's activity were reviewed. Foreign studies related to the problem were examined, and the importance of studying this problem in the local environment was shown.
Key words: *teacher, emotional burnout, student, emotion, communication.*

Təhsil sahəsindəki daimi islahatlar, yeni öyrənmə üsulları, təlim prosesi üçün zəruri informasiya əldə etməkdə internet resurslarının çoxluğu, əldə olunmuş informasiyanın aktuallıq tezliyinin çox qısa müddətdə dəyişməsi, digər tərəfdən təlim prosesində hər bir problemin qabardılması üçün internet və sosial şəbəkələrin şagird üçün əlçatanlığı müəllimin psixoloji sağlamlığı və rifahı məsələlərini aktuallaşdırır. Müəllim fəaliyyətinin uğuru psixoloji baxımdan onun özünün və digər təlim iştirakçılarının emosional vəziyyətini (emosiyalarını) nə dərəcədə idarə etməyə hazırlıqlı və bacarıqlı olmasından çox asılıdır. Çünki yuxarıda göstərilən amillər nəticəsində müəllimin gündəlik həyatında psixi sağlamlığı pozan və emosional yanma sindromunun yaranmasına səbəb olan hallar yaranır.

Müəllimin emosional tükənməsi bütün dünyada əhəmiyyətli bir psixoloji sağlamlıq problemi hesab olunur [1]. Tədqiqat nəticələri

göstərir ki [4], Şimali Avropa *(Teyris, Şfeyfili 2000)*, Şimali Amerika *(Meyrn & Keyn, 2003)* və Asiya ölkələrinin (*Maslaç, Şayfili, Layde 2001*) əksəriyyətində ibtidai və orta məktəb müəllimlərində bu problemin mövcudluğu öz aktuallığını daim saxlayır. Eləcə də Avstraliya (*Kiriko 1987*), Kipr (*Kokinos, 2006*), İsrail (*Payns, 2004*), Türkiyə (*Demirel, Güler, Toktamis, Özdemir və Sezer, 2005*) və Yunanıstan (*Papastylianou*) kimi ölkələrdə pedaqoji fəaliyyətdə emosional yanma sindromu daha geniş tədqiq edilib [9]. Mütəxəssislərin fikrincə [2], emosional yanma sendromunun rast gəlindiyi riskli peşə qrupundan biri müəllimlərdir. Çünki bu peşə sahiblərinin fəaliyyətdə stress faktoru kifayət qədər yüksəkdir (*Madigen & Kim, 2021;*) [6]. 2022-ci ildə ABŞ-da Gallup sorğusunda [7] emosional tükənməsi ilə bağlı siyahıya alınan 14 peşə arasında ilk sırada K12 (K-12 təhsili uşaq bağçasından 12-ci sinfə qədər olan məktəb illəridir.) və universitet müəllimləri durur (Şəkil 1.). Sorğu nəticəsində K-12 təhsili üzrə müəllimlərinin 44%, kollec və ya universitet müəllimlərinin isə 35%-də emosional tükənmə müəyyən olunub [7].



Şəkil 1. Müəllimlər və digər peşə sahiblərində emosional yanma göstəricisi [7]

Qeyd edək ki, bu sorğuda uzun müddət emosional yanma göstəricilərinə görə liderlik edən səhiyyə işçilərinin nəticələri müəllimlərin emosional yanma göstəricilərindən xeyli aşağı olub. Sorğu zamanı qadın müəllimlərin (55%) kişi müəllimlərə (44%) nisbətən daha çox emosional yanmaya məruz qaldığı müəyyən olunub [7].

Emosional yanma sindromu nədir və onun yaranmasına nə səbəb olur? İlk dəfə 1974-cü ildə Herbert Froydenberger tərəfindən yanma sindromu (burnout BOS) davamlı situativ stress nəticəsində yaranan fiziki, əqli və emosional tükənmə vəziyyəti kimi təyin edildi. Müasir dövrdə isə emosional yanma zamanla daha qabarıq şəkildə inkişaf edən bir proses kimi dəyərləndirilir. Emosional yanmaya peşə fəaliyyətinin xarakteri, həddindən artıq iş yükü və ziddiyyətli tələblər kimi xarici stress amilləri səbəb ola bilər. Mütəmadi olaraq iş yükünün həddən artıq çox olması, bacarıqların qeyri-adekvat istifadəsi və iş şəraitində çoxsaylı şəxsiyyətlərarası konfliktlər peşə stresi ilə nəticələnir.

Emosional "yanma" sindromu bəzi müəlliflər (Maher, Kondo) tərəfindən stres növü kimi qəbul edilir. Maslaç, Abrumova, Boykonun fikrincə isə, "emosional yanma" müxtəlif stress faktorlarının təsiri nəticəsində yaranır[15]. Stress və tükənmə bəzən eyniləşdirilsə də, onlar arasında əhəmiyyətli fərq mövcuddur. Belə ki, stres tükənmişliyin əsas səbəblərindən biri hesab edilir. İnsan stres keçirəndə çətinliklərin öhdəsindən gəlməyə cəhd edir ki, yeni nəticə əldə etmiş olsun. Bu nəticəni əldə etməyə müəyyən dərəcədə inanır. Ancaq tükənmə mərhələsində olan insanın işə maraq və motivasiyası azalır. İnsan iş görməkdən imtina edir. İşə onun öhdəsindən gələ bilməyəcək əhval-ruhiyyədə başladığından cəhdləri boşa çıxır. Digər tərəfdən

stressdən fərqli olaraq emosional yanma insanın həyatının (iş, ailə, digər sosial sahələr) bütün sahələrinə mənfi təsir göstərir. Stress, adətən daha qısamüddətli olur və konkret hadisə və ya hadisələrin kombinasiyası ilə bağlıdır. Bu normal vəziyyətdir və davametmə müddəti vəziyyətdən asılı olaraq müvəqqəti xarakter daşıya bilər. "Yanma" isə zehni, emosional və fiziki tükənmə vəziyyətidir. Bu, insanın uzun müddət stress vəziyyətində olduqda və bu vəziyyəti idarə etməyə fəal cəhd göstərmədikdə yarana bilir və qısa müddət davam etmir. Göründüyü kimi stress müsbət və mənfi tərəfləri olan emosional vəziyyət olduğu halda, emosional yanma yalnız mənfi tərəfi olan birtərəfli prosesdir.

Emosional yanma müxtəlif səbəblərdən qaynaqlana bilər. İnsanın emosional yanmasına təsir edən subyektiv səbəblərə insanın xarakteri, dəyərlər sistemi, müdafiə mexanizmi, ailə üzvləri və həmkarları ilə qarşılıqlı münasibətlər nümunə ola bilər. İş yükünün artması, vəzifə öhdəliklərinin aydın dərk edilməməsi kimi obyektiv səbəblər birbaşa peşə vəzifələrinin icrası ilə əlaqədardır. Yaranma səbəbindən asılı olmayaraq emosional yanma üçölçülü quruluşa malikdir**.** Bu üçölçülü quruluş aşağıdakılardan ibarətdir [15]:

1. Emosional tükənmə – bu vəziyyətdə insanda gərginlik, müsbət emosional fonun zəifləməsi müşahidə olunur. Qeyri iradi davranış, boşluq hissi, ətrafdakılara laqeyd münasibət ilk növbədə peşəkar fəaliyyətə təsir göstərir. İnsan bu dəyişiklərə çox vaxt diqqət yetirmir.

Pedaqoji fəaliyyətdə müəllimlərin **emosional tükənməsinə** şagirdlərin səhv davranışı, məktəbdə qeyri-sağlam psixoloji-emosional iqlim, demonizasiya və hörmətsizlik, ortaq qərar qəbuletmə qabiliyyətinin olmaması, ağır iş yükü, pedaqoji maneələr səbəb ola bilər.

2. Depersonalizasiya mərhələsində insanda qıcıqlanma, gərginliyin artması başlayır. Ünsiyyətə olan tələbat aşağı düşür, insanlar arasında münasibətlər deformasiyaya uğrayır. Neqativ fikirlər artır, gündəlik ünsiyyətdə nəinki əməkdaşlara, həm də sosial çevrədəkilərə qarşı sünilik müşahidə olunur.

Müəllim fəaliyyətində depersonalizasiyaya ortaq qərar qəbuletmə qabiliyyətinin olmaması, aşağı özünüeffektivlik, rol münaqişəsi, emosional intellekt göstəricisinin aşağı olması səbəb olur.

3. **Peşəkar nailiyyətlərin azalması** mərhələsində peşəkar motivasiyanın zəifləməsi, məsuliyyətin öz üzərindən atılması müşahidə olunur. İnsanın tənhalığa can atması, həyata qarşı marağının azalması, daim enerjinin aşağı olması müşahidə edilir.

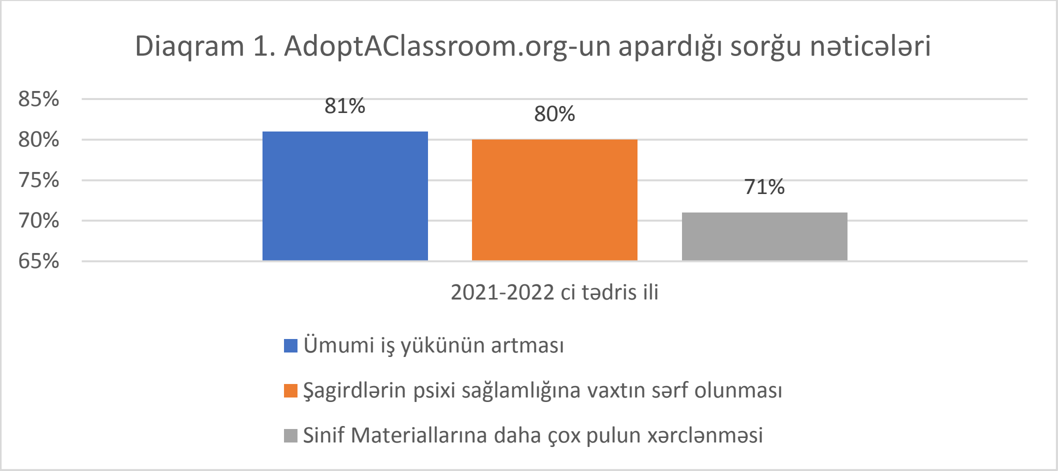
Şagirdlərin pis davranışı və demonizasiyası, aşağı özünü effektivlik, aşağı tədris effektivliyi, aşağı özünəinam müəllimin peşəkar nailiyyətin azalması ilə nəticələnir.

Sadalanan amillər dünya eləcə də Azərbaycan təcrübəsində pedaqoji fəaliyyətdə müəllimin emosional tükənməsinin səbəblərindən bir qismidir. Məsələn, keçən 4 ildə ÜST (Ümumdünya Səhiyyə Təşkilatı) tərəfindən 2019-cu ildə COVID-19 virusunun yayılması ilə əlaqədar bütün dünya üzrə məktəblərdə tədris distant modelə keçdi. Tədqiqatlar göstərdi ki [10], bu keçid müəllimlər üçün ən böyük stress mənbəyi oldu. Çünki bu tədris modeli (istər müəllim, istərsə də şagird, tələbə heyəti üçün) kütləvi şəkildə sınaqdan keçirilməmişdir. Eyni problemlərlə bütün dünyada olduğu kimi Azərbaycan müəllimi də qarşılaşdı. Nəzərə alsaq ki, pandemiya zamanı insanın özünün və ailə üzvlərinin sağlamlığı ilə bağlı yaşadığı stres onun motivasiyasına və psixi sağlamlığına mənfi təsir edir, bu şəraitdə tədrisi və pedaqoji fəaliyyəti davam etdirmək "məcburiyyəti" emosional tükənməni qaçılmaz etmir. 2022-ci ilin fevral ayında, üç milyona yaxın pedaqoqu təmsil edən ABŞ-ın ən böyük müəllimlər birliyi olan Milli Təhsil Assosiasiyası (MTA) [13] pandemiya zamanı ictimai təhsilin üzləşdiyi əsas məsələlər və bunun müəllimlərin rifahına cari təsiri barədə sorğu nəticələrini yayımladı. Məlum oldu ki, ABŞ-da müəllimlərin 90%-i "ciddi", 67%-i isə "çox ciddi" emosional "yanmaya" məruz qalıblar. Emosional tükənmə və stresin təsiri o qədər yüksəkdir ki, 55% müəllim planlaşdırılandan daha tez müddətdə peşəni tərk etməyə hazır olduğunu bildirirlər.

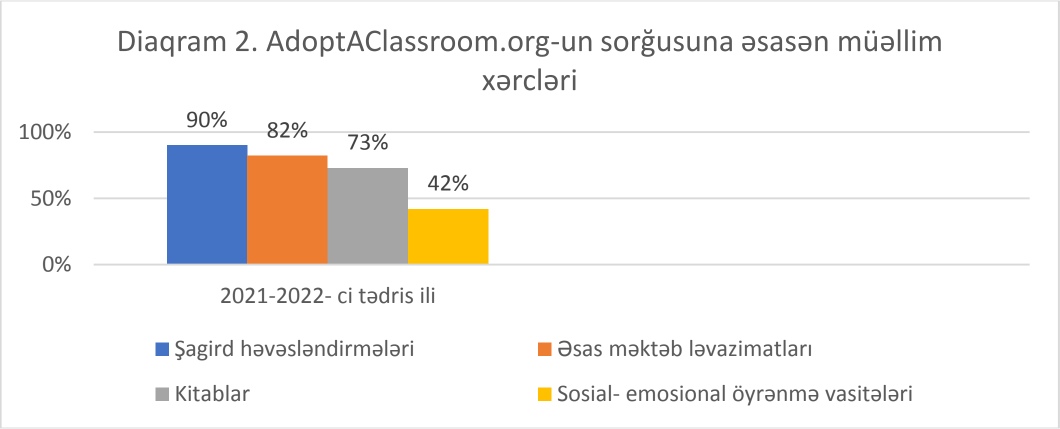
2022-ci ildə Milli Təhsil Assosiasiyasının (NEA) [13] 3621müəllim arasında aparılan sorğu göstərib ki, müəllimlərin 67%-i emosional tükənməni "çox ciddi" problem hesab edir. Emosional tükənmə təkcə müəllimlərə deyil, məktəbdəki digər işçilərə də təsir edir. Təhsil rəhbərlərinin 37%-i emosional tükənmə ilə fəaliyyətlərini davam etdirirlər. Birləşmiş Krallıqda aparılan 2022-ci il tədqiqatı göstərdi ki [2],

məktəb və müəllim heyətinin 1/5-dən çoxu da emosional tükənmə yaşayır (Müəllimlərin Rifahı İndeksi 2022). Məktəb müəllimlərinin 27%-i ilə müqayisədə emosional yanma yüksək səviyyəli rəhbərlərin 37%-nə təsir edib. Tükənmə əlamətlərinə gəldikdə, məktəb müəllimlərinin 30%-i ilə müqayisədə yüksək səlahiyyətli rəhbərlərin 41%-i bu barədə məlumat verdi.

Dünya təcrübəsində müəllimin peşə stresinin yaranmasının səbəblərini araşdıran başqa bir tədqiqat nəticələri göstərdi ki, müəllim maaşı və məktəbin maliyyə məsələləri diqqət mərkəzində saxlanılmalıdır. 2022-ci ildə aparılan bir araşdırmada [12] 2021-2022-ci tədris ilində müəllimlərin 71%-i daha kiçik büdcəyə sahib olduqlarını və öz pullarının bir qismini sinif materiallarına xərclədiklərini bildiriblər. Bu isə az maaşı olan peşədə iş və maliyyə stressinə səbəb olur. Sorğuda eyni zamanda 81% - müəllim ümumi iş yükünün artmasını, 80% müəllim şagirdlərin psixi sağlamlığına daha çox vaxt sərf etdiyini bildiriblər. Qeyd edək ki, müəllimlərlə aparılan sorğu nəticələrinin[12] bir qismi Diaqram 1.-də verilmişdir.



Diaqram 1.dən göründüyü kimi müəllimlərin öz pulları ilə sinif otaqları üçün aldığı ləvazimatların 90%-i şagird həvəsləndirmələri (mükafatlar, hədiyyələr və s.) 82% - əsas məktəb ləvazimatları (kağız, karandaş, qələm və s.), 73% - kitablar, 42% - sosial - emosional öyrənmə vasitələridir [12].



Qeyd edək ki, sorğu AdoptAClassroom təşkilatçılığı ilə keçirilib. AdoptAClassroom 10 il ardıcıl olaraq Charity Navigator təşkilatı (*Charity Navigator, ABŞ-da fəaliyyət göstərən yüz minlərlə xeyriyyə təşkilatını qiymətləndirən qurumdur*) tərəfindən ən yüksək 4 ulduzlu reytinqə və *GuideStar (ABŞ-ın qeyri-kommersiya şirkətləri haqqında hesabat vermək üzrə ixtisaslaşmış məlumat xidməti)* tərəfindən ən yüksək şəffaflıq reytinqinə malik xidmət sahəsi kimi qiymətləndirilir[14].

Müəllimin emosional tükənməsinin tədris keyfiyyətinə, sinif idarəçiliyinə və şagirdlərlə münasibətlərə mənfi təsiri ilə bağlı çoxsaylı tədqiqat nəticələri onu deməyə əsas verir ki, bu problem təkcə müəllimin şəxsi və ya peşəkar inkişafını ləngitmir eyni zamanda şagird nailiyyətlərin yüksəlməsinə (K. Herman və b. 121 müəllim və 1817 şagird) [5], müsbət sosial-emosional təhsil mühitinin formalaşmasına və inkişafına bütünlükdə bütün təlim prosesinin dinamikasında əyləc rolunu oynayır. Müəllimin emosional tükənmə problemi ilə əlaqədar aparılan tədqiqatının ilk meta-analizində, 5311 müəllim və onların 50616 şagirdi üzərində aparılan 14 araşdırmanın sistematik icmalı göstərir ki, müəllimin emosional tükənməsinin aşağı akademik nailiyyətləri və zəif şagird motivasiyası ilə əlaqəli olduğunu sübut edilib [6]. Nəzərdən keçirilmiş digər 98 tədqiqatın sistematik təhlili (2000-2019) müəllimin rifahının tədris keyfiyyətinə təsir etdiyini göstərdi [4].

2015-ci ildə Kanadada keçirilən tədqiqat nəticələri göstərdi ki [8], müəllimin emosional yanma səviyyəsinin yüksəlməsi ibtidai sinif şagirdlərində kortizol hormonunun göstəricisinin yüksəlməsi ilə birbaşa əlaqəlidir. Bu da müəllimin emosional tükənməsinin şagird stressinə səbəb olduğunu, stressin "yoluxucu" olduğunu müəyyən edən mühüm göstəricidir. (N = 406, 50% oğlan və 50% qız, orta yaş -12) Qeyd edək ki, kortizol bədənin stressə reaksiyasını tənzimləyən steroid hormondur.

Tədqiqatlar göstərir ki [10], məktəbdə sosial və emosional öyrənmə (SEL) təcrübələri müəyyən dərəcədə müəllimlərin işdən məmnunluq səviyyəsini yaxşılaşdırır. Müəllim-şagird münasibətləri tədqiq edilərkən müəyyən olunub ki, münasibətləri müsbət emosional mühitdəki müəllimin emosional yanması səviyyəsi problemli münasibəti olan müəllimlərin emosional yanması göstəricisindən xeyli aşağıdır [3].

Müasir sosial medianın inkişaf etdiyi dövrdə müəllimlər ictimaiyyət tərəfindən böyük təzyiq altında qalırlar (Herman, 2018). Bəzən haqlıykən haqsız kimi təqdim edilən, kütləvi informasiya vasitələrində işıqlandırılan müəllimlər cəmiyyətə qınaq obyekti kimi təqdim olunur. Çox təəssüf ki, müəllim şəxsiyyətinə xələl gətirən zorakılıq, şiddət, aqressiya kimi çoxsaylı mənfi hallar bütün dünyada olduğu kimi Azərbaycan məktəbindən də müşahidə edilir. Sosial şəbəkələrdə neqativ görüntüsü yayılan müəllim barədə cəmiyyətdə formalaşdırılan mənfi obrazın ümumiləşdirilərək bütün müəllimlərə və bütünlüklə təhsil sisteminə müncər edilməsinə cəhd edilir. Ancaq nəzərə almaq lazımdır ki, bir müəllimin neqativ hərəkəti, mənfi reputasiyası digər müəllimlərin şəxsiyyətinə kölgə salmamalı, peşələrinə təhdid olmamalıdır.

Bu baxımdan peşə sahibində məhz işdə yuxarıda sadalanan bir çox mənfi halların olmaması və olduğu təqdirdə qarşısının vaxtında alınması məqsədilə dünya təcrübəsində bir neçə strategiya mövcuddur. Bu təcrübə dövlət qanunvericiliyinə, sənədlərinə ("İşdə Sağlamlıq və Rifahın Təhlükəsizliyi Aktı" (ABŞ), "Əməyin mühafizəsi, sağlamlığı və rifahı haqqında Qanun"a (Avstraliya)) əsaslanır. Məsələn, Rusiya Federasiyasının Əmək Məcəlləsinin 335-ci maddəsinə uyğun olaraq, pedaqoji heyətdə hər 10 illik fasiləsiz pedaqoji iş üçün 1 il məzuniyyət verilə bilər. Eyni zamanda müəllim-psixoloq əməkdaşlığı məktəbdəki psixoloji xidmətin strateji istiqamətlərindən biri hesab olunur. Bu əməkdaşlıq şagird problemlərinin həlli ilə yanaşı, eyni zamanda müəllimlərə psixoloji dəstəyi də nəzərdə tutur. Dünya təcrübəsində müəllimlərin emosional yanma sindromunun qarşısını almaq üçün məktəbdə psixoloji xidmətin təşkili aşağıdakı istiqamətləri özündə ehtiva edir: komandada əlverişli psixoloji iqlim yaratmaq; peşəkar özünü həyata keçirmək üçün şərait yaratmaq; həddindən artıq iş yükünü bölmək üçün müəllimin gün rejimini düzgün bölmək; psixoloq və məktəb rəhbərliyinin köməyi ilə şagirdlər və ya valideynlərlə problemləri həll etmək.

Məktəbdə psixoloji xidmətin təşkili haqda aparılan yerli tədqiqat nəticələri göstərdi ki (Diaqram 2), müəllim-valideyn arasında yaranan problem zamanı 46% müəllim psixoloq köməyindən yararlanıb. Şagird-şagird arasında yaranan problem zamanı 52% müəllim psixoloq dəstəyini yüksək qiymətləndirdiyi halda, digər 48% bu köməyi aşağı qiymətləndirib. 53% müəllim isə müəllim-şagird konflikti zamanı psixoloqdan dəstək alıb. Göründüyü kimi hər 3 qrup problemləri üzrə psixoloq köməyindən təxminən 50% müəllim faydalanır. Belə çıxır ki, digər 50% müəllim bənzər problemləri özü həll edir. Qeyd edək ki, tədqiqata 200 nəfər müəllim

cəlb olunub. Aparılan müsahibə zamanı problemlərin çox tez və effektiv şəkildə həll üçün müəllimlər psixoloq köməyinə ehtiyac olmadığını bildiriblər. Dərs dedikləri şagirdləri psixoloqdan daha yaxşı tanımasını əsas tutaraq problemli situasiyanı çox vaxt bir "45 dəq"-də müddətində həll etməsi, məsələnin qabardılmasına, valideyn müdaxiləsinə ehtiyac olmadığı bizim müəllim üçün xarakterik strategiyadır.

Bütün bu problemlərin həlli müəllim peşəsinə qoyulan mürəkkəb tələblərin azaldılması ilə yanaşı peşə standartlarında da öz əksini tapmalıdır. Standartlara cavab vermək tələbi gənc kadrların (müəllim) hazırlığında və pedaqoji fəaliyyətinin psixoloji aspektində nəzərə alınmalıdır.

Problemin aktuallığı Pedaqoji fəaliyyətdə çox sayda ünsiyyət, son dərəcə yüksək məsuliyyət, peşəkarlığının rəhbərlik və həmkarlar tərəfindən subyektiv qiymətləndirilməsi, həddindən artıq iş yükü, tələb olunan işlərin həcminin zamana nisbətdə qeyri mümkünlüyü, tələblərin qeyri-adekvatlığı və şagird-valideyn qruplarında şəxsiyyətlərarası konfliktlər müəllimin psixoloji sağlamlığına təsir edən emosional və peşəkar tükənmə problemini araşdırmağı aktuallaşdırır.

Problemin elmi yeniliyi: Müəllim fəaliyyətində xarici və daxili stress faktorları ilə əlaqədar emosional yanmanın ilkin mərhələsindəki səbəbləri araşdırılmışdır, emosional yanmaya təsir edən dəyişənlər müəyyən edilmişdir.

Problemin praktik əhəmiyyəti. Zamanla stress və emosional tükənmənin artmasını araşdırmaq, əlaqəli prosesləri dəyişdirmək və mürəkkəb səbəb-nəticə əlaqələri ilə mübarizə aparmaq imkanlarını müəyyən etmək olar. Bu müəllimin işdən məmnunluğunu artıra, gələcəkdə emosional tükənmənin zərərli nəticələrinin qarşısını ala bilən daha yaxşı və effektiv müdaxilə üsullarının inkişafına səbəb ola bilər.

Ədəbiyyat:

1. Akça F., Yaman B.The effects of internal-external locus of control variables on burnout levels of teachers. Procedia Social and Behavioral Sciences // -2010. №2(2), -p. 3976–3980. https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2010.03.626.
2. Alexandros A., Stamatios A. Occupational stres in mainstream and special needs primary school teachers and its relationship with self-efficacyntoniou // Educational Studies, - UK: - 2020. № 2, -p.1-18.
3. Corbin, C. M., Alamos, P. The role of teacher-student relationships in predicting teachers' personal accomplishment and emotional exhaustion // Journal of school psychology, -2019. №77, -p.1–12. DOI:https://doi.org/10.1016/j.jsp.2019.10.001
4. Hascher T., Waber J. Teacher well-being: A systematic review of the research literature from the year 2000–2019 // Educational Research Review (34):100411. -2021. DOI:https://doi.org/10.1016/j.edurev.2021.100411
5. Herman K., Hickmon-Rosa J. Empirically Derived Profiles of Teacher Stress, Burnout, Self-Efficacy, and Coping and Associated Student Outcomes // Journal of Positive Behavior Interventions, - 2018. № 20(2) 90, DOI:10.1177/1098300717732066
6. Madigan D., Kim L. Does teacher burnout affect students? A systematic review of its ass ociation with academic achievement and student-reported outcomes // International Journal of Educational Research (105):101714., -2021. DOI:https://doi.org/10.1016/j.ijer.2020.101714 .
7. Marken S., Agrawal S. K-12 Workers Have Highest Burnout Rate in U.S. Gallup Poll. Retrieved July 12, 2022 from https://news.gallup.com/poll/393500/workers-highest-burnout-rate.aspx
8. Oberle E., Schonert K. Stres contagion in the classroom? The link between classroom teacher burnout and morning cortisol in elementary school students. Social science & medicine , -2016. №159, - p.30–37. DOI:https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2016.04.031.
9. Platsidou M., Danilidou A. Tres Escalas para Medir el Burnout del Profesorado de Primaria: Evidencias Empíricas de su Adecuación // IJEP – International Journal of Educational Psychology, -2016. №5, -p. 164-186. DOI: 10.17583/ijep.2016.1810
10. Supports for Social and Emotional Learning in American Schools and Classrooms: Findings from the American Teacher Panel. Santa Monica, CA: RAND Corporation, 2020. DOI:https://doi.org/10.7249/RRA397-1
11. NCES."Back-to-School Statistics"Accessed on April 21, 2022.
12. https://www-adoptaclassroom-org.translate.goog/2022/04/12/state-of-teaching-statistics-2022/?gclid=Cj0KCQjw3eeXBhD7ARIsAHjssrdby7AbRERW8PHwTscKnBI7W6Kb3SQJOEk5j6E

GZNND1XTNQ7rsaAuMmEALw_wcB&_x_tr_sl=en&_x_tr_tl=az&_x_tr_hl=az&_x_tr_pto=sc 25 iyun 2023
13. https://www-adoptaclassroom-org.translate.goog/2022/07/14/survey-teacher-burnout-causing-massexodus/?_x_tr_sl=en&_x_tr_tl=az&_x_tr_hl=az&_x_tr_pto=sc
14. Jessica WoodardSurvey: Teacher Burnout Causing Mass Exodus Published onJuly 14, 2022
15. https://ru.wikipedia.org/wiki/Многофакторная_теория_выгорания

E-mail: abusova_a@mail.ru

Rəyçilər: *psixol.elm.dok., dos.* **E.B. Bəylərov**
psixol.ü.fəls.dok. **R.E .Quliyeva**
Redaksiyaya daxil olub: 21.08.2023