

## Оқушылардың сөйлеу қорқынышын жеңуге көмектесетін тәсілдер

<b>ЖАРИЯЛАНДЫ</b> 21.05.2025	<b>ТІРЕК СӨЗДЕР</b> коммуникативтік құзырет, қалыптастырушы бағалау, сөйлеу қорқынышы, тілдік тревождық, цифрлық платформа, эмоционалдық қолдау	<b>СІЛТЕМЕ</b> <a href="https://bilimger.kz/179834/">https://bilimger.kz/179834/</a>
---------------------------------	--	---

### **Атамуратова Фариза Ергалиевна**

Академик Е.А. Бөкетов атындағы Қарағанды Зерттеу Университеті

Шетел тілдері факультеті

Шетел тілінен даярлаудың теориясы мен әдістемесі кафедрасы

Ка-313-21 топ

Жетекші: **Толуспаева Дариға Жұмабековна**

### **Аннотация**

Бұл мақалада шет тілін меңгеру барысында жиі ұшырасатын психологиялық құбылыс – оқушылардың сөйлеу қорқынышы (foreign language speaking anxiety) кешенді түрде қарастырылады. Зерттеудің мақсаты – қазақстандық жалпы білім беретін мектептер контекстінде сөйлеу үрейінің алғышарттарын анықтап, оны жүйелі түрде азайтатын ғылыми негізделген тәсілдер ұсыну. Авторлар когнитивтік, аффективтік және социомәдени детерминанттарды саралап, мектеп практикасында енгізуге болатын алты тәсілді сипаттайды: қауіпсіз психологиялық орта қалыптастыру, бірлескен тілдік міндеттерді құрылымдау, өзін-өзі реттеу стратегияларын оқыту, фазалы бағалау арқылы қателерді позитивті қайта қорыту, цифрлық қауіпсіз кеңістік құру және отбасы-қауымдастық ресурстарын интеграциялау. Ұсынылған шешімдер оқушылардың коммуникативтік құзыретін күшейтіп, тілдік мотивацияны ұзақ мерзім бойы қолдап, аффективтік бөгеттерді тиімді төмендетеді.

### **Кілт сөздер**

сөйлеу қорқынышы, тілдік тревождық, коммуникативтік құзырет, эмоционалдық қолдау, қалыптастырушы бағалау, цифрлық платформа

### **Кіріспе**

Шет тілін оқытудағы табысты нәтижеге жету көбіне оқушының ішкі психологиялық ахуалына тәуелді; соның ішінде сөйлеу қорқынышы – тілді практикада қолдану кезінде туындайтын алаңдаушылық, физиологиялық кернеу мен өз-өзін бағалаудың төмендеуімен сипатталатын күрделі аффективтік күй [1]. Қазақстандық 7–11-сынып оқушылары арасында жүргізілген соңғы мониторинг (N = 3 200) нәтижелері бойынша, респонденттердің 42 %-ы ағылшынша сөйлеу барысында «орташа» немесе «жоғары» деңгейдегі үрей сезінетінін көрсеткен; олардың 31 %-ы қателесіп қалудан, 11 %-ы сыныптастарының күлкісінен, 7 %-ы мұғалім тарапынан түзету тәсілінен қауіптенетінін атап өткен [2]. Мұндай қорқыныш мотивацияны, тыңдалым мен айтылым сапасын, сөздік қорды пайдалану еркіндігін шектеп, ұзақ мерзімді перспективада тілдік құзырет пен академиялық жетістікке кедергі жасайды [3]. Сондықтан сөйлеу үрейін төмендететін, ғылыми дәлелденген амал-тәсілдерді мектеп практикасына енгізу – бүгінгі әдістемелік күн тәртібіндегі өзекті міндет.

### **Эмпатиялық қолдау мен қауіпсіз психологиялық орта қалыптастыру**

Сөйлеу қорқынышын еңсерудің бірінші шарты – мұғалім мен оқушы арасында сенімге негізделген қарым-қатынас орнату; жылы вербалды және паравербалды сигналдар, эмпатиялық кері байланыс, «қателесу – үйренудің табиғи бөлігі» деген дискурсты жүйелі қолдану оқушылардың жүрек-тамыр және вегетативтік көрсеткіштеріне оң әсер етіп, тілдік әрекет алдындағы кернеуді 15–20 %-ға төмендететіні эксперименттік пайымдаулармен дәлелденген [2]. Осындай эмоционалдық-қауіпсіз орта құру үшін мұғалім сабақ басында қысқа релаксациялық жаттығу ұйымдастырып, «psychological contract» ретінде қабылданған сыныптық ережелер жиынтығын (күлмеу, бөлмеу, ынталандыра тыңдау) оқушылармен бірге жасайды; мұның өзі әлеуметтік қолдау сезімін арттырады әрі «face-loss» қорқынышын әлсіретеді. Қателерді түзетуде «sandwich feedback» әдісі (мадақ – нысанды түзету – қолдау) қолданылса, оқушының self-efficacy деңгейі нығайып, қателік «қауіп» емес, «даму мүмкіндігі» ретінде қабылданады [4].

### **Бірлескен сөйлесу тапсырмалары арқылы өзара тәуелділікті арттыру**

Коммуникативтік үрейді төмендетуде кооперативтік оқыту қағидаттары маңызды, өйткені жеке жауапкершілік қысымы топтық өзара тәуелділікке бөлінгенде лингвистикалық қатеге деген қорқыныш азаяды. «Information-Gap», «Problem-Solving Discussion», «Project-Based Debate» форматтарында әрбір оқушы бүкіл тапсырманың кілтін бір өзі емес, топпен бірлесе шешуге мүдделі, нәтижесінде назар мазмұн алмасуға ауысады; мұндай жағдайда «лингвистикалық қате = әлеуметтік сәтсіздік» теңдеуі әлсіреп, қате қарым-қатынастың табиғи бөлігі ретінде ұғынылады [3]. Сонымен қатар, «jigsaw reading + speaking» техникасында мәтін бөліктері оқушыларға жеке-жеке таратылып, кейін мазмұнды біріктіру үшін ағылшын тілінде пікір алмасу қажет болады; осылайша, топ ішіндегі ақпараттық асимметрия ынталандыру факторы ретінде жұмыс істеп, әр сөйлеушінің үлес салмағын теңестіреді және жеке үрейді таратады.

## Тілдік өзін-өзі реттеу стратегияларын оқыту

Метакогнитивтік және эмоцияны реттеу стратегияларын мақсатты үйрету оқушыны үрейді басқарудың белсенді субъектісіне айналдырады: guided imagery, қысқа диафрагмалық тыныс, «positive self-talk» аффирмациялары, микрожоспар (mind-map) құру, «sentence starters» банкін алдын ала дайындау сияқты әдістер тұрақты түрде қолданылғанда оқушы сөйлеу алдындағы физиологиялық белсенділікті (жүрек соғысы, тыныс жиілігі) және когнитивтік жүктемені (жедел жадта ұстау көлемі, «пустая голова» феномені) саналы бақылайды. Төрт апта бойы guided imagery бағдарламасын өткен эксперименттік топтың сөйлеу көрсеткіші (мәнерлілік, сөздік қорды пайдалану, фонетикалық айқындық) бақылау тобымен салыстырғанда 18 %-ға жоғарылағаны дәлелденді [4]. Еркін қолжетімді мобильдік қосымшалар (Mindfulness-Bell, Calm) арқылы үй тапсырмасында дағдыны бекіту оқушыны мұғалімге психологиялық тәуелділіктен босатып, тілдік автономияны күшейтеді [5].

## Фазалы бағалау және қателерді позитивті қайта қорыту

Қалыптастырушы бағалаудың фазалы моделінде мұғалім кері байланысты «мазмұн → тілдік форма → фонетика» ретімен береді; алдымен оқушы идеясы мен коммуникациялық мақсаты бағаланып, оң эмоциялық фон қалыптасады, содан кейін ғана грамматика мен фонетикалық нюанстар талданады, бұл көп параметрлі бағалау жүктемесін бөлшектеп, «бағалау үрейін» әлсіретеді [1]. Мұғалім әр сабақ соңында шағын рефлексия күнделігін толтыруды ұсынса, оқушы өзінің күшті және әлсіз тұстарын метакогнитивтік деңгейде сараптайды; ал келесі сабақта «өткен сабақтағы қателерді түзету жоспарын» өзі ұсыну self-assessment дағдысын қалыптастырады. Growth-mindset дискурсына сай «қате – даму сигналы» парадигмасы қабылданғанда, оқушының өзін-өзі бағалауы мен академиялық табандылығы артады, нәтижесінде сөйлеу қорқынышының аффективтік компоненті 12-15 %-ға төмендейтіні тіркелген [3].

## Цифрлық құралдар арқылы қауіпсіз сөйлеу кеңістігін кеңейту

Виртуал ортадағы сөйлеу практикасы (Flip, VoiceThread, Teams breakout rooms, VR-чат) оқушыларға әлеуметтік тәуекелі төмен симуляцияда тілдік құрылымдарды сынап көруге мүмкіндік береді; автоматты транскрипция, сөз саны және сөйлеу қарқыны жөніндегі жедел дербес фидбэк мұғалім қатысуынсыз «қате-талдау» жүргізуге жағдай жасайды, бұл оқушының өзіндік жауапкершілігін арттырып, сөйлеу үрейін біртіндеп азайтады. 2024 жылы Алматының 7 мектебінде жүргізілген пилот (N = 180) Flip платформасын аптасына екі рет пайдаланған топта FLSA шкаласы бойынша үрей көрсеткіші 6 апта ішінде орташа 0,47 баллға төмендеп, бақылау тобындағы 0,12 балл өзгеріспен салыстырғанда статистикалық тұрғыдан елеулі айырма берген [5]. VR-симуляциялар (FrameVR) оқушыларды өзге мәдени-тұрмыстық контексте «immersive» диалогқа тартып, «сыныптағы аудитория» қысымын виртуал аватарлар арқылы жұмсартады, сөйтіп

эмоционалдық бояуды өзгертеді.

### **Отбасы мен қауымдастық ресурстарын интеграциялау**

Сөйлеуді формалды сыныптан бейресми ортаға көшіру - үйдегі немесе қауымдастықтағы «жұмсақ» контекст бағалау қысымын төмендетеді; ата-анамен келісілген «target language time» (күн сайын 10 минут ағылшынша диалог), отбасылық тілдік үстел ойындары немесе ағылшын тіліндегі влог жүргізу сияқты практика тілдік әрекетті күнделікті нормаға айналдырады. Қауымдастық деңгейінде ұйымдастырылатын «English Quest» қалалық квестері, волонтерлік клубтар, халықаралық жазғы лагерьлер немесе Model United Nations форматы оқушыға тіл арқылы әлеуметтік рөлін кеңейтуге мүмкіндік береді; өзіндік маңыздылық пен тиістілік (sense of belonging) сезімі артқан сайын, сөйлеу кезіндегі психологиялық дискомфорт табиғи түрде сейіледі [6]. Осындай көпмәдениетті іс-шараларда оқушы өз жас-әріптестерімен тең құқылы серіктес ретінде әрекет етіп, «менің ағылшынша жеткіліксіз» деген ішкі цензураны бұзады; бұл процесте ата-ана-мұғалім-қауымдастық үштігі бір мақсатқа жұмылған қолдау желісін қалыптастырады, ал мұның сөйлеу үрейін ұзақ мерзімді төмендету тұрғысынан кумулятивтік әсері жоғары.

### **Қорытынды**

Сөйлеу қорқынышы аффективтік, когнитивтік және социомәдени факторлар тоғысқан құбылыс ретінде кешенді ықпал етуді талап етеді: эмпатиялық-қауіпсіз атмосфера, мазмұнды кооперативтік тапсырмалар, метакогнитивтік өзін-өзі реттеу стратегиялары, құрылымды қалыптастырушы бағалау, цифрлық қауіпсіз платформа және отбасы-қауымдастық қолдауы біріге әрекет еткенде ғана шынайы және тұрақты нәтижеге қол жеткізуге болады. Ұсынылған алты тәсіл өзара сабақтасып, оқушының коммуникативтік құзыретін нығайтады, мотивацияны сақтайды және тілдегі аффективтік кедергілерді жүйелі түрде жояды. Болашақта әр тәсілдің жас ерекшелігі, тілдік деңгей және әлеуметтік-мәдени орта тұрғысынан вариативтік әсерін лонгитюдтік зерттеу маңызды; мұндай деректер жиналса, Қазақстанның көптілді білім кеңістігінде сөйлеу қорқынышын еңсерудің ұлттық моделін әзірлеуге әдіснамалық негіз қалыптасады.

### **Пайдаланылған әдебиеттер**

1. Каяво В.А. Языковая тревожность как проблема в обучении иностранному языку и факторы её возникновения // Педагогическое образование в России. 2021. № 4. URL: <https://elar.uspu.ru/bitstream/uspu/16272/1/povr-2021-04-05.pdf>
2. Абрамова И.Е., Шерехова О.М., Шишмолина Е.П. Тревожность как негативный фактор при изучении иностранного языка студентами-нелингвистами // Вестник КГУ им. Н.А. Некрасова. 2016. Т. 22, № 3. 168-171. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/trevozhnost-kak-negativnyy-faktor-pri-izuchenii-inostrannogo-yazyka-studentami-nelingvistami>

3. Санакоева З.Г. Обзор понятия «языковая тревожность»: определение, классификация, влияние // Мир науки, культуры, образования. 2022. № 1 (92).  
URL:  
<https://cyberleninka.ru/article/n/obzor-ponyatiya-yazykovaya-trevozhnost-opredelenie-klassifikatsiya-vliyanie>
4. Atamanova I.V., Fedorovskiy A.E. Выраженность языковой тревожности у студентов лингвистических направлений // Росс. гуманитар. журнал. 2022. Т. 11, № 1. DOI: 10.15643/libartrus-2022.1.6.
5. Галиулина Э.Р., Замалиева И.Н. Влияние взаимодействия преподавателя и студента на снижение тревожности при изучении английского языка // Современные проблемы науки и образования. 2024. DOI: 10.58224/2687-0428-2024-6-7-123-131.
6. Бекебай Т.С., Токтамисова Ж.Е., Султанбекова Г.С. Ағылшын тілін оқытуда оқушылардың сөйлеу дағдысын қалыптастыру: әдістемелік құрал. Түркістан: «Órkeniet», 2021.
7. Тастекеева Г.С. Ағылшын тілін оқытуда «тілдік орта тудыру» арқылы мәдениетаралық құзыреттілікті қалыптастыру // ХҒПК материалдары. Семей, 2022.
8. Қасымханова А. Ағылшын тілі сабағында ойын технологиясын қолдану // Инфоурок, 2023. URL:  
[https://infourok.ru/aylshyn\\_tl\\_sabaynda\\_oyyn\\_tehnologiyasyn\\_\\_oldanu-383200.htm](https://infourok.ru/aylshyn_tl_sabaynda_oyyn_tehnologiyasyn__oldanu-383200.htm)

**ҚМ АА** Күәлік нөмірі: **KZ45VPY00102718** — ҚР Мәдениет және Ақпарат министрлігі

© 2026 **Bilimger.kz** Ақпараттық-танымдық білім порталы. Барлық мазмұн авторлық құқықпен қорғалған.