

**Курочкин Павел Дмитриевич**

старший преподаватель

Институт туризма и гостиничного бизнеса

ФГАОУ ВО «Российский университет

дружбы народов»

г. Москва

## **ПРОБЛЕМЫ СТРЕССОУСТОЙЧИВОСТИ РАБОТНИКОВ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ В УСЛОВИЯХ РЕФОРМ**

***Аннотация:** в данной статье автором рассматриваются стрессогенные факторы труда в сфере высшего образования. В исследовании выявлены причины, проведен теоретических обзор проблем и отражены возможные пути их решения.*

***Ключевые слова:** стресс, дистресс, адаптация, социально-психологический климат, высшее образование, гуманистические ценности.*

Профессия педагога высшей школы относится к ряду интерактивных, преподаватели испытывают ряд стрессов, связанных как с коммуникацией, профессиональной деятельностью, решением организационных проблем в вузе. В настоящее время к ним добавились так же проблемы социально-экономическая и политическая нестабильность, финансовые проблемы, нехватка времени и информационные перегрузки [7].

Организационные процессы в период реформирования системы высшего образования становятся дополнительным источником социальной и психологической нестабильности педагогического состава вуза. Одной из значимых проблем становится проблема психологического выгорания сотрудников [5].

Преподавание требует творческого подхода, мотивация труда педагога основана на желании самореализации и самоактуализации [8], личностного и профессионального роста, достижения творческих успехов и получении удоволь-

ствия от самого процесса преподавания. Остальные факторы являются «гигиеническими» по теории Герцберга, то есть условия работы должны соответствовать нормальному уровню, но сами по себе мотиваторами не являются.

Тезис о том, что труд человека и мотивация должны быть основаны на гуманистических ценностях, уважающих в человеке личность, признающих за ним право на достойную жизнь и самоактуализацию, утверждался в психологии неоднократно. История подобных взглядов восходит к гуманистической психологии [9]. Чисто материалистический расчет эффективности труда, основанный на получении прибыли, индивидуализме и ростовщическом капитализме отрывает человека от истинно человеческих ценностей [4] и не может служить основой для самореализации. Однако многие решения последнего периода реформ в высшем образовании опираются на прямо противоположную концепцию: ставить во главу угла экономическую целесообразность считается разумным, а гуманизм лишь афишируется, однако на практике не выполняется.

Результатом является все больший уровень дистресса, встречающийся у преподавателей. Его признаки отметили у себя респонденты нашего опроса (выборка 36 человек): хроническая нехватка времени (94%), усталость (77%), нервозность (75%), забывчивость, рассеянность (72%), головные боли, бессонница (38%). Хронический стресс негативно сказывается на работе, в том числе на отношении к студентам. Современные студенты обладают довольно высоким уровнем социального интеллекта [2]. Они сами нередко замечают, что преподаватели «немного не в себе». Студенты отметили внешние признаки стресса у педагогов. Такие, как: забывчивость, рассеянность, плохое настроение, желание «свалить все на студента», агрессивность, жалобы на нехватку времени.

Для борьбы с дезадаптацией существует ряд социально-психологических приемов и техник. Три группы: «превентивную» – устранение факторов дезадаптации, «адаптационную – коррекционная работа, проводимая при первых признаках дезадаптации, «реабилитационную» – попытка устранить уже существующие запущенные симптомы, выделяет – О.А. Овсяник [6].

К хорошо себя зарекомендовавшим относятся тренинговые методы борьбы со стрессом и профилактика стрессоустойчивости [1]. Подобные программы используют многие коммерческие предприятия, однако в вузах это не распространенная практика. Хотя в каждом вузе есть специалисты психологи, способные организовать такую работу. Обсуждение перспектив подобных программ наталкивается на вполне объективное противоречие: у педагогов, по их словам, просто нет времени, чтобы посещать подобного рода тренинги.

Стоит заметить, что тренинговый метод относится как раз-таки в «реабилитационным», устраняющим симптомы, а не причины дистрессов. О том, что нужно пересматривать условия труда в лучшую для сотрудника сторону, инициаторы реформ не желают и думать.

Работа педагога высшей школы должна быть основана совершенно иной мотивации, учитывающей творческий характер профессии и основанную на гуманистических ценностях. Только самоопределенная мотивация может вознаграждаться удовольствием, получаемым при достижении цели [10]. Педагогам надо дать возможность самостоятельной постановки задач и планов. Особую роль играет психологический климат в вузе. Духовная жизнь и ценность человеческих взаимоотношений традиционно особенно важна для россиян [3]. Отношения между администрацией и педагогами нужно перевести систему социального партнерства. Так же необходимо устранить перегрузки, многозадачность, невнятность требований, ненормированность рабочего дня.

### *Список литературы*

1. Васякин Б.С. Социально-психологический тренинг как эффективный способ преодоления тревожности студентов / Б.С. Васякин, Е.Л. Пожарская // Гуманитарное образование в экономическом вузе: Материалы IV Международной научно-практической заочной интернет-конференции. – 2016. – С. 62–74.
2. Гусева Е.С. Развитие критического мышления у студентов / Е.С. Гусева // Образование в современном мире: роль вузов в социально-экономическом развитии региона: Сборник научных трудов Международной научно-методической конференции / Отв. ред. Т.И. Руднева. – 2014. – С. 67–69.

3. Гусева Е.С. Религиозный фактор этноидентичности русских / Е.С. Гусева // Вестник Самарского государственного университета. – 2014. – №1 (112). – С. 207–212.

4. Ермаков В.А. Религиозно-философский анализ мировоззренческих проблем развития современной психологии / В.А. Ермаков, Ю.В. Бажданова // Теория и практика общественного развития. – 2014. – №3. – С. 79–89.

5. Иванова Е.И. Синдром эмоционального выгорания и стили педагогического общения у преподавателей в медицинском вузе / Е.И. Иванова, И.В. Иванов, К.Г. Сердакова // Вестник Российской академии медицинских наук. – 2011. – №1. – С. 39–42.

6. Овсяник О.А. Особенности профилактики социально-психологической дезадаптации женщин старше 45 лет / О.А. Овсяник // От истоков к современности 130 лет организации психологического общества при Московском университете: Сборник материалов юбилейной конференции: В 5 т. / Отв. ред. Д.Б. Богоявленская. – 2015. – С. 46–48.

7. Пожарская Е.Л. Проблема стресса и исследование степени стрессоустойчивости сотрудников с использованием существующих методик / Е.Л. Пожарская, Б.С. Васякин, Н.А. Дебердеева // Успехи современной науки и образования. – 2016. – Т. 2. – №3. – С. 72–77.

8. Щербакова О.И. Самоактуализация личности в различных возрастных группах / О.И. Щербакова, С.В. Бадмаева // Горизонты зрелости: Сборник научных статей / Ред. Л.Ф. Обухова, И.В. Шаповаленко, М.А. Одинцова. – 2015. – С. 31–38.

9. Ясин М.И. Поворот психологической мысли в 60-е годы XX столетия / М.И. Ясин // Сборники конференций НИЦ Социосфера. – 2012. – №7. – С. 12–14.

10. Ясин М.И. Самоопределение, религиозность, толерантность / М.И. Ясин // Социальное и профессиональное самоопределение личности в гуманитарном и экономическом образовании: перспективы и развитие: Коллективная монография / Общ. ред. Б.С. Васякин, М.С. Бережная. – Научный проект, РЭУ, 2015. – С. 23–30.