

Вековцева Татьяна Александровна

канд. искусствоведения, доцент, рекламный дизайнер,

член Союза дизайнеров России, член Союза

молодых художников России

ФГАОУ ВО «Южно-Уральский государственный

университет (НИУ)»

г. Челябинск, Челябинская область

DOI 10.21661/r-465139

**РЕШЕНИЕ ПРОБЛЕМЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ
ПРЕПОДАВАТЕЛЕЙ ВЫСШЕЙ ШКОЛЫ СРЕДСТВАМИ
КУЛЬТУРНО-ДОСУГОВОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Аннотация: в статье рассмотрена проблема профессионального выгорания современного преподавателя вуза, выявлены причины данной проблемы и предложено решение в виде содействия саморазвитию преподавателей в социальной и досуговой сфере. Предложена технология содействия данному процессу, расписаны основные этапы и основные задачи, необходимые для достижения данной цели.

Ключевые слова: преподаватель вуза, профессиональное выгорание, саморазвитие, культурно-досуговая деятельность.

Современная ситуация в сфере высшего образования позволяет говорить о наметившемся кризисе в данной области. Это связано с тем, что значимость знаний, идей, креативных решений, а значит и людей, постоянно воспроизводящих данные идеи, в обществе постоянно растет. Но при этом ценность труда преподавателя в современной России падает. Это подтверждается и низкой оплатой преподавателей, и все увеличивающимся количеством часов в нагрузке преподавателя, и постоянной загруженностью последних. В эпоху динамично развивающихся знаний и технологий перед преподавателями стоят разноплановые, сложные, творческие задачи, выполнение которых требует от них большой самоотдачи, физического здоровья, душевных сил и энергии. Преподаватели высшей

школы вынуждены постоянно пополнять свои знания, модернизировать разработанные ими курсы, вести непрерывную исследовательскую и научную работу, заниматься воспитательной работой со студентами. А в ситуации нерегламентированного рабочего дня постоянная нагрузка и погруженность в работу приводят к нарушению гармонии между профессиональным, личностным и социальным развитием преподавателей. Многие социологические опросы показывают, что большая часть преподавателей отмечает высокую интенсивность своего труда, большое количество стрессовых ситуаций, эмоциональные и физические перегрузки, и, как следствие, неудовлетворенность трудом. Проблемы профессионального выгорания преподавателей, выражающиеся снижением не только психофициологического здоровья, но и уменьшением интереса к избранной профессиональной сфере. Это ведет к упадку эффективности труда преподавателей в целом, а значит и снижению общего уровня профессиональной подготовки студентов и специалистов, выпускаемых высшей школой. В обществе уже созданы и опробованы традиционные формы активизации саморазвития преподавателей. К таким формам относятся уже ставшие постоянными: повышение квалификации, материальные вознаграждения, моральные поощрения и т. д. Однако сегодня это не снижает проблемы в целом по стране.

Решением данной проблемы может стать стимулирование преподавателей к саморазвитию как в профессиональной, так и культурно-досуговой сфере. Именно культурно-досуговая деятельность обладает, по нашему мнению, мощным потенциалом для создания баланса между всеми сторонами развития личности преподавателей вуза. Данная идея нашла подтверждение и в «Стратегии инновационного развития РФ до 2020 года», в которой говорится, что рост творческого потенциала общества связан с ростом культурно-досуговой сферы.

Для решения профессионально выгорания преподавателей высшей школы мы предлагаем технологию социально-педагогического содействия саморазвитию преподавателей, которое должно использовать ресурсы и средства культурно-досуговой деятельности [2]. Данная технология состоит из трех этапов: аналитического, практического, коррекционного.

На первом, *аналитическом этапе* важнейшими задачами являются анализ проблемы профессионального выгорания преподавателя, выяснение потребностей и желаний преподавателя, стимулирование интереса к самопознанию, прояснение и актуализация возможностей культурно-досуговой деятельности в вузе, анализ имеющихся личностных особенностей преподавателей, выявление сильных и слабых сторон личности преподавателя в социально-психологической сфере и создание путей решения данной проблемы в виде карты саморазвития в культурно-досуговой деятельности. Прояснение потребностей и постановка целей саморазвития преподавателя является важнейшими задачами на данном этапе. Исходя из практического опыта, мы можем сделать вывод о том, что преподавателям необходимо показать возможности саморазвития, которые приведут к изменениям в его жизнедеятельности. Для этого было предложено создание «Схемы развивающе-феликсологической среды жизнедеятельности». Исходя из концепции Л.С. Выготского [1] «среда» – это источник движущих сил развития человека, благодаря которому развитие происходит только во взаимодействии, в общении, в коммуникациях. Работы Н.Е. Щурковой [3] позволили выявить понятие «феликсологическая среда» (от лат. felix – «счастливый»; «несущий, приносящий счастье»), как активная среда жизнедеятельности человека, приносящая ему удовлетворения и удовольствие. Именно поэтому, на данном этапе необходимо выявить те моменты жизнедеятельности преподавателя, которые доставляют ему удовольствие, а значит стимулируют к саморазвитию. Ведь среда жизнедеятельности, которая оказывает позитивное влияние на человека, обязательно является развивающей. Эта среда включает в себя профессиональную, семейную, социально-культурную и природную среды. Именно благодаря единению данных сред и будет проходить эффективное саморазвитие преподавателей. Основные методы на данном этапе – это методы беседы, фасилитационного общения, пропаганды, методы анализа целей и т. д.

На втором, *практическом этапе* важно стимулирование преподавателей к деятельности и активное включение преподавателей в различные творческие и научные объединения, секции, клубы по интересам. Данная деятельность

позволяет активизировать не задействованные ранее в профессиональной сфере ресурсы, развить творческое мышление, расслабить эмоциональное напряжение. Основными задачами на данном этапе явились: стимулирование мотивации преподавателей, усиление творческого участия преподавателей в клубных объединениях, работа и создание групповых проектов, привлечение преподавателей к распространению информации о возможностях досуговой деятельности в их вузе. Основные методами на данном этапе явились: методы игрового характера; методы творческих проектов; методы самооценки и самоконтроля; анализ изменений в работе, жизни и себе; учеба у других; методы психологического успокоения; тренинговые технологии и т. д.

На третьем, *коррекционном этапе* преподаватели анализируют проделанную работу, вносят корректизы в культурно-досуговую деятельность, занимаются пропагандой посещаемых секций и кружков среди коллег. Данный этап является завершающим, но не итоговым. На данном этапе преподаватель, изменив свой образ жизни, становится активным пропагандистом постоянной работы над собственным саморазвитием, активным деятелем своего досуга и своей жизни в целом. Это несомненно влияет на его жизненные установки и цели, на отношение к своей жизни и жизни студентов.

Предложенная технология носит рекомендательный и добровольный характер. Однако, как показал эксперимент, проведенный в Южно-Уральском государственном университете, такое активное включение преподавателей в формирование собственного досуга кардинально меняет их отношение к жизни, высвобождая свободное время для активной творческой, социальной, духовной и культурной жизни. Именно такая активная позиция по отношению к себе и к своей жизни позволяет решить проблемы профессионального выгорания, найти новые пути развития духовной и эмоциональной сфер жизнедеятельности современных преподавателей.

Список литературы

1. Выготский Л.С. Психология развития как феномен культуры: избр. псих. труды / Л.С. Выготский. – М.: Институт практической психологии; Воронеж: НПО «МОДЭК», 1996. – 512 с.
2. Литvak Р.А. Социокультурное образование и развитие личности будущего специалиста: монография / Р.А. Литvak, М.Е. Дуранов, И.М. Дуранов. – М.: Владос, 2009. – 242 с.
3. Щуркова Н.Е. Педагогическая технология / Н.Е. Щуркова. – М.: Педагогическое общество России, 2002. – 224 с.