

Карандеева Арина Михайловна

ассистент

Кварацхелия Анна Гуладиевна

канд. биол. наук, доцент

Соколов Дмитрий Александрович

канд. мед. наук, доцент

Насонова Наталья Александровна

канд. мед. наук, ассистент

ФГБОУ ВО «Воронежский государственный медицинский университет

им. Н.Н. Бурденко» Минздрава России

г. Воронеж, Воронежская область

ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ СТРЕССОУСТОЙЧИВОСТЬ

ПРЕПОДАВАТЕЛЯ ВЫСШЕЙ ШКОЛЫ

Аннотация: в статье рассматривается вопрос профессиональной стрессоустойчивости преподавателя высшей школы. В условиях стремительного реформирования системы высшего профессионального образования преподаватель подвергается воздействию экстремальных факторов среды и профессиональной деятельности, что влияет на уровень преподавания. В связи с этим необходимо разработать систему мер по предотвращению развития профессионального стресса у сотрудников высших учебных заведений, уменьшению стрессогенности рабочей обстановки, а также формированию профессиональной стрессоустойчивости как ведущего фактора повышения качества преподавания.

Ключевые слова: профессиональная стрессоустойчивость, стресс, стрессогенность, преподаватель высшей школы, высшее образование, педагогика.

В настоящее время в современном образовании происходит стремительное реформирование, связанное с изменением требований как к преподавателю, так и к формам и методам обучения. В связи с модификацией системы образования в целом, к преподавателю высшей школы предъявляются высокие требования,

связанные не только с уровнем преподавания и знанием материала дисциплины, но и с личными качествами педагога [4, с. 14]. Одним из ведущих направлений в модификации личности преподавателя является повышение его профессиональной стрессоустойчивости. Безусловно, личностные качества педагога высшей школы должны рассматриваться в неразрывной связи со структурой образовательной деятельности, в которой они применяются и непрерывно развиваются.

Каждый из структурных компонентов профессиональной деятельности предъявляет высокие требования к такому интегральному качеству преподавателя, как стрессоустойчивость. Сегодня подверженность стрессам, тревогам и волнениям среди преподавательского состава высших учебных заведений является ведущей проблемой организации рабочего пространства [8, с. 30]. Работы многих исследователей в этой области свидетельствуют о выраженной стрессогенности педагогической деятельности, что связано с систематически возникающими в процессе работы ситуациями оценки, длительными контактами со студентами, коллегами, а также снижением в последние годы престижности педагогического труда и высоким процентом вероятности возникновения конфликтных ситуаций. Возникновение стресса у преподавателей высшей школы связано с колossalным эмоционально-поведенческим напряжением, социальной координацией, высокими информационными перегрузками, неизбежными в процессе профессиональной деятельности.

Таким образом, профессиональный стресс преподавателя – это состояние выраженного напряжения, возникающее в результате действия неблагоприятных эмоциональных факторов профессиональной деятельности и неизбежно приводящее к снижению эффективности выполняемой работы с возможной деформацией личности и характерологических качеств преподавателя. Состояние возникающего напряжения может привести к нарушению коммуникативной активности преподавателя, что в свою очередь способно понизить эффективность преподавания в целом. В дальнейшем предсказуемо нарушаются взаимодействия

ствия с педагогическим коллективом, что влияет на психическое здоровье и адаптацию педагога.

Особую актуальность вопрос о стрессоустойчивости встает при разработке путей повышения эффективности педагогической деятельности преподавателей высшего профессионального образования. Модернизация системы высшего образования является достаточно стрессогенной для преимущественного числа преподавателей [6, с. 370]. Помимо универсальных стрессоров, характерных для учебного заведения любого уровня, преподаватель высшей школы попадает под влияние специфических стрессоров, обусловленных уникальностью данного типа образовательного учреждения [3, с. 11]. Поэтому задача формирования и разработки комплексной программы повышения уровня профессиональной стрессоустойчивости преподавателей высшей школы является первостепенной в современном образовании.

Профессиональная деятельность предъявляет к педагогу такие требования, которые являются адекватными в данной образовательной среде, однако, вводит и специфические стрессоры в общую структуру педагогической деятельности [5, с. 18], которые могут быть рассмотрены с позиции различных подходов к ее структуре. Продуктивность педагогической деятельности, несомненно, зависит от уровня профессиональной стрессоустойчивости педагога [7, с. 27]. Имеется и обратное влияние, при котором владение преподавателем теоретическими знаниями, а также практическими умениями и навыками, связанными с эффективным, результативным осуществлением педагогической деятельности [1, с. 7], повышает уровень его стрессоустойчивости.

Профессиональная стрессоустойчивость, по мнению В. А. Бодрова, представляет собой «интегративное свойство человека, которое характеризуется необходимой степенью адаптации индивида к воздействию экстремальных факторов среды и профессиональной деятельности; детерминируется уровнем активации ресурсов организма и психики индивида и проявляется в показателях его функционального состояния и работоспособности» [2, с. 26].

Значительный вклад в разработку проблемы профессионального стресса внес Г. Селье, который сформулировал данное понятие как «неспецифический ответ организма на воздействие вредных агентов, проявляющийся в симптомах общего адаптационного синдрома» [9, с. 27].

Учитывая вышеизложенное, необходимо разработать систему мероприятий, направленных на формирование профессиональной стрессоустойчивости преподавателей высшей школы, а также уменьшить влияние стрессогенных факторов рабочего пространства, что в свою очередь приведет к повышению качества образовательного процесса.

Именно поэтому проблема профессиональной стрессоустойчивости выступает как проблема обеспечения сохранения и повышения продуктивности труда педагога в условиях резкого возрастания нагрузок.

Список литературы

1. Алексеева Н.Т. Особенности преподавания анатомии студентам педиатрического факультета / Н.Т. Алексеева, М.Ю. Соболева // Журнал анатомии и гистопатологии. – 2017. – № 8. – С. 7.
2. Бодров В.А. Система психической регуляции стрессоустойчивости человека-оператора // Психологический журнал. – 2007. – №4. – С. 25–28.
3. Бородина Г.Н. К вопросу о совершенствовании системы медицинского анатомического образования / Г.Н. Бородина, Ю.А. Высоцкий, Л.А. Болгова [и др.] // Журнал анатомии и гистопатологии. – 2017. – № 8. – С. 10–11.
4. Гундарова О.П. Система информационного обеспечения при изучении анатомии человека / О.П. Гундарова, А.Г. Кварацхелия // Журнал анатомии и гистопатологии. – 2017. – № 8. – С. 14.
5. Ивачев, П.В. Модернизация педагогического процесса на кафедре анатомии человека / П.В. Ивачев, С.Н. Куликов, О.Ю. Нуждин // Журнал анатомии и гистопатологии. – 2017. – № 8. – С. 18.
6. Ильичева В.Н. Духовность современного высшего образования / В.Н. Ильичева, Н.А. Насонова, Н.Н. Писарев // Тенденции развития образования: педагог, образовательная организация, общество – 2018. Материалы Все-

российской научно-практической конференции / под ред. Ж.В. Мурзиной. – 2018. – С. 370–371.

7. Карандеева А.М. Интеграция педагогики и медицины в системе профильного образования / А.М. Карандеева, А.Г. Кварацхелия, О.П. Гундарова // *Colloquium-journal*. – 2018. – №11–5 (22). – С. 36–37.

8. Карандеева А.М. О проблемах современного медицинского образования / А.М. Карандеева, О.П. Гундарова, В.В. Минасян [и др.] // *Colloquium-journal*. – 2019. – №5–4 (29). – С. 29–30.

9. Селье Г. Очерки об адаптационном синдроме. – М.: Медицина, 1960. – 254 с.