

Решение
пленарного заседания Совета ректоров вузов Ростовской области
04 декабря 2024 года по вопросу:

«Эмоциональное выгорание в профессиональной деятельности преподавателей высшей школы»

Заслушав и обсудив доклад кандидата психологических наук, доцента кафедры общей и клинической психологии РостГМУ О.В. Бойко «Эмоциональное выгорание в профессиональной деятельности преподавателей высшей школы», Совет отмечает, что эмоциональное выгорание сегодня стало одной из наиболее обсуждаемых проблем в области психологии и педагогики, особенно среди профессий, которые предполагают высокую эмоциональную вовлеченность.

В условиях постоянного стресса, высокой нагрузки и ответственности, возрастает риск возникновения эмоционального выгорания среди преподавателя, что в свою очередь, может негативно сказаться как на их профессиональной деятельности, так и на общем психоэмоциональном здоровье.

Отрицательное влияние этого явления может отражаться не только на состоянии самих преподавателей, но и на обучающихся, так как эмоциональное выгорание снижает уровень взаимодействия и мотивации преподавателей. Следовательно, важно определить факторы, способствующие возникновению выгорания, а также эффективные стратегии для его профилактики и преодоления. Понимание этих аспектов поможет создать более здоровую и продуктивную образовательную атмосферу в высших учебных заведениях.

К основным причинам эмоционального выгорания среди преподавателей высшей школы относятся:

- высокие требования и нагрузка;
- отсутствие поддержки (поддерживающая среда в коллективе снижает уровень стресса и увеличивает удовлетворенность работой);
- отсутствие карьерных перспектив и недостаток вдохновения;
- эмоциональная нагрузка от сложных взаимоотношений и давления со стороны окружающих.

Для того, чтобы минимизировать риски эмоционального выгорания и повысить психоэмоциональное благополучие преподавателей высшей школы, можно внедрить следующие меры:

- регулярное проведение тренингов и семинаров по управлению стрессом – обучение методам снятия напряжения, управлению собственными эмоциями;
- создание комфортной рабочей атмосферы – формирование культуры поддержки, сотрудничества и открытости среди коллектива;
- внедрение программ психологической помощи и консультаций для преподавателей.

С учетом вышеизложенного Совет ректоров **решает:**

1. Рекомендовать:

1.1 руководителям образовательных организаций высшего образования:

- формировать и поддерживать организацию труда и систему отношений в коллективе, которые снижают вероятность возникновения стрессовых ситуаций;

- обеспечивать систему обучения сотрудников современным педагогическим методикам и технологиям, которые повысят эффективность педагогической деятельности при минимизации перегрузок;

- привлечь к совместной работе специалистов-психологов;

- формировать персональные траектории непрерывного профессионального развития педагогов.

1.2 секции популяризации здорового образа жизни (Старжинская О.Б.) организовать обмен опытом, регулярные педагогические супервизии, семинары и тренинги на темы профилактики выгорания, управления состоянием, стрессоустойчивости, разрешения конфликтов.

Председатель Совета ректоров вузов
Ростовской области, ректор ДГТУ,
д.т.н., профессор, академик РАО



Б.Ч. Месхи