

УДК 159.922.73:37.013(045)

## РЕСТРУКТУРИЗАЦІЯ ЯК ОДИН З ФАКТОРІВ ВПЛИВУ НА РІВЕНЬ СТРЕСОСТІЙКОСТІ ВИКЛАДАЦЬКОГО СКЛАДУ ВНЗ

Федорченко С.В.

Навчально-науковий інститут неперервної освіти  
Національного авіаційного університету

У статті розкривається зміст понять «стресостійкість», «стрес», «стресогенні фактори», «професійна діяльність». Проводиться експериментальне дослідження впливу реструктуризації на рівень стресостійкості педагогічних працівників НАУ.

**Ключові слова:** викладацький склад, деструкція, реструктуризація, стрес, стресостійкість, стресогенні фактори.

**Постановка проблеми.** Україна переживає нелегкі часи. Знаходячись у занепаді, вона переживає економічну і політичну кризи. Єдиним виходом з цього становища є реструктуризація підприємств, компаній, організацій тощо. Винятком не стали і ВНЗ України.

**Реструктуризація** – це цілеспрямована зміна структури та елементів, що входять до неї та формують процеси в організації, під впливом факторів зовнішнього чи внутрішнього середовища. У процесі реструктуризації може відбуватися вдосконалення системи управління, зміна фінансово-економічної політики, операційної діяльності, систем маркетингу та надання послуг.

Разом з цим, безперечно зростає і роль психологічного фактору, людських відносин і стосунків у трудових колективах, що повною мірою проявляється й у викладацькому складі ВНЗ. **Викладацький склад** – це група педагогів, які разом працюють, мають загальні освітні цілі, досягнен-

ня яких для них є особистісно значущими і таких, що реалізують структуру міжособистісних взаємовідносин і взаємодії, які сприяють досягненню загальних цілей.

Саме професійна діяльність педагогів найбільш перевантажена в психоемоційному плані, оскільки викладачу необхідно взаємодіяти з великою кількістю учасників педагогічного процесу, стикатися з вимогами, що постійно змінюються, до якості здійснення професійної діяльності. Окрім професійної діяльності, педагог несе на собі величезну відповідальність за виховання молодого покоління та вирішення різних соціальних проблем, що виникають у сучасної дитини.

Коли педагог досягає певного рівня професійної майстерності, він набуває й професійні деструкції. **Деструкція** – це деформація психологічного портрета особистості педагога під впливом ушкоджуючих факторів ззовні, тобто стресу. **Стрес** – це стан психічної напруги, що виникає

в процесі діяльності в найбільш складних і важких умовах. Педагог втрачає здатність навчатися новим професійним технологіям, у нього складаються визначені стереотипи мислення і поведінки, а також порушуються раніше набуті професійні якості.

**Основними чинниками виникнення емоційної напруги є:**

- чітке виконання професійних обов'язків;
- дефіцит часу;
- відчуття постійної напруги у стосунках з навколишнім оточенням;
- постійна потреба у сні та відпочинку;
- відчуття невдоволеності життям і дискомфортом;
- немає з ким поспілкуватися про свої проблеми і відсутнє бажання ділитися;
- відсутнє відчуття поваги (у родині і на роботі).

Емоційна напруга викладацького складу призводить до нервового зриву, збудженості, роздратованості та надмірної агресії.

**До професійних стрес-факторів** у діяльності педагога відносяться (за Шофером) [10]:

- хронічна напруга психоемоційної діяльності;
- підвищена відповідальність;
- психологічно важкий контингент;
- необхідність бути об'єктом спостереження та оцінювання;
- постійне підтвердження своєї компетентності.

Оскільки перед Україною стоїть **завдання** формування освіти, яка б відтворювала культурний та інтелектуальний потенціал, здатний вивести суспільство з кризи і надати йому необхідний запас міцності для входження до загальноосвітнього простору, викладацькому складу слід проявляти таку важливу якість як стресостійкість і бути здатним прийняти зміни, ситуації, виконувати нові вимоги у процесі роботи. На сьогодні ці вимоги досить жорсткі і потребують осмислення та розуміння зі сторони викладацького складу нових компонентів педагогічної діяльності. На соціально-педагогічному рівні стресостійкість педагогів визначається соціальною потребою суспільства в таких спеціалістах. **Стресостійкість** – це певна сукупність особистісних якостей, які дозволяють працівнику переносити значні інтелектуальні, вольові та емоційні навантаження (перевантаження), що зумовлені особливостями професійної діяльності, без особливих шкідливих наслідків для діяльності, оточуючих та свого здоров'я [8].

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Значимість стресостійкості у процесі здійснення педагогічної діяльності підкреслювали багато дослідників (Л. Аболін, Г. Заремба, Л. Мітіна, С. Суботін). Єдиного тлумачення визначення стресостійкості не існує. У науковій літературі стресостійкість трактується як сукупність особистісних якостей, що визначають стійкість до різних видів стресу [7]. М. Дьяченко, В. Пономаренко, П. Зільберман ототожнюють стресостійкість з емоційною стійкістю [2, 4]. Л. Мітіна вважає, що стресостійкість – це «властивість психіки, завдяки якій педагог здатен успішно здійснювати необхідну діяльність у важких емоційних умовах» [7]. Оскільки стресостійкість є складною й емоційною якістю, в ній поєднаний

цілий комплекс здібностей, широке коло різнорівневих явищ.

Здійснений аналіз наукових джерел показав, що не існує єдиного підходу до формулювання визначення професійної діяльності, і кожен автор трактує його по-своєму, оскільки відсутнє комплексне дослідження проблем стресостійкості у процесі здійснення педагогічної діяльності. Нам ближче підхід Л. Виготського, при якому людина, її розвиток та діяльність розглядаються як складні утворення у єдності, взаємозалежності і взаємозумовленості психічних функцій, рис і якостей особистості, у взаємних впливах навколишнього середовища та особисті. Тому ми і будемо спиратися на визначення діяльності як «найважливішої форми прояву активного ставлення людини до оточуючої діяльності» [1]. Професійна діяльність являє собою вид соціально значущої діяльності в певній галузі, виконання якої зобов'язує до наявності спеціальних знань, вмінь і навиків, а також професійно значущих якостей людини. Структурно-процесуальний підхід до аналізу педагогічної діяльності дає уявлення про її наявні характеристики «зовнішньо-внутрішнього плану». При цьому діяльність педагога описується через визначення: суб'єкт, об'єкт, предмет праці, мотив, мета, зміст, кошти, засоби діяльності, її продукт і результат [3].

У рамках структурного підходу пропонується також описувати діяльність педагога через сукупність конкретних дій і відповідних до них педагогічних умінь. Н. Кузьміна [5] виділяє п'ять взаємопов'язаних компонентів психологічної структури діяльності педагога: гностичний, проєктувальний, конструктивний, організаторський, комунікативний. Інші дослідники пропонують доповнити цей перелік контрольно-оціночним компонентом, так як ефективність педагогічного процесу обумовлена наявністю постійно зворотного зв'язку [5]. Зазвичай вчені виділяють тільки два види професійної діяльності викладача – педагогічну та науково-дослідницьку, вважаючи, що саме в цьому і полягає специфіка його праці. Однак, при такому підході, ігноруються інші види діяльності викладача: методична робота, робота з матеріально-технічним оснащенням навчально-виховного процесу, управлінська діяльність, професійна самоосвіта та підвищення кваліфікації. Не можна не враховувати і те, що зміст діяльності сучасного викладача зазнав суттєвих змін. Застосування інформаційних, мультимедійних форм освіти та ін. – все це призводить до ускладнення праці викладача і до змін його традиційних функцій, часто створюючи стресові ситуації [6]. Аналіз змісту професійно-педагогічної діяльності з урахуванням напряму зусиль викладача, який змушений працювати у різних системах: людина-людина, людина-знакова система, людина-техніка, дозволили виокремити такі її види:

- власне педагогічна діяльність, яка передбачає безпосереднє спілкування з учнями;
- предметно-інформаційна діяльність, яка полягає в поповненні спеціальних знань з дисципліни;
- науково-дослідницька діяльність;
- техніко-технологічна діяльність;
- діяльність за професійно-особистісним саморозвитком [3].

Безперечно, провідною у структурі професійної діяльності педагога є педагогічна діяльність, яка являє собою органічний сплав викладання та виховання. Її метою (і одночасно предметом) є професійно-особистісні якості учня, а також формування учбового колективу. Узагальнено, під педагогічною діяльністю слід розуміти виховний та навчальний вплив викладача на учня.

Специфіка зазначеного виду діяльності полягає у тому, що в її основі лежить безпосередня взаємодія та спілкування викладача з учнями, їх батьками, членами колективу, керівництвом та контролюючими інстанціями, що потребує від педагога таких якостей, як витримка, підвищений самоконтроль, емоційна стійкість. Об'єднати якості, які перераховані вище, можна в одне визначення – стресостійкість.

**Виділення невирішених раніше частин загальної проблеми.** Стресостійкість викладацького складу до різного роду напружень є фактором професійної діяльності і розглядається як професійно значуща якість особистості педагога.

Найбільша кількість досліджень з проблеми розкриття психологічних аспектів стресостійкості професійної діяльності здійснена переважно представниками зарубіжних країн. Інтерес до вивчення стресостійкості особистості набуває великого значення у зв'язку із зростаючим стресогенним характером професійної діяльності, обумовлений ломкою соціальних стереотипів, появою нових стратегій розвитку суспільства, зростаючою конкуренцією. Однак, відносно невелика кількість робіт у цьому напрямку свідчить про те, що у вітчизняній психологічній науці ця проблема досліджена недостатньо.

**Мета дослідження** полягає у розкритті понять «стрес», «стресостійкість», «стресогенні фактори», «професійна діяльність» та проведенні експериментального дослідження впливу реструктуризації на рівень стресостійкості педагогічних працівників НАУ.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Необхідність реструктуризації системи освіти задля виведення суспільства з кризи і надання йому необхідного запасу міцності для входження до загальносвітового простору, вимагає від системи вищої освіти підготовки висококваліфікованих фахівців, здатних самостійно і творчо працювати і вирішувати непрості завдання його перетворення. У цьому контексті важливу роль відіграє проблема стресостійкості педагогів ВНЗ, оскільки саме вони визначають динаміку розвитку, запровадження інноваційних технологій, організаційні зміни тощо.

Незважаючи на те, що явище стресостійкості відоме вже давно, проте дотині немає єдиного загальноприйнятого визначення. Процес реструктуризації у ВНЗ України – явище нове, яке і досі не досліджувалося великим колом науковців.

Однозначно можна стверджувати лише про те, що вивчення соціальних процесів, які відбуваються в суспільстві, показує, що стресостійкість є однією з найважливіших соціальних проблем.

У сучасному житті стреси відіграють суттєву роль. Вони впливають на поведінку людини, її працездатність, здоров'я, взаємини з оточуючими і у родині. Стрес являє собою стан надмірно великого та довготривалого напруження, яке ви-

никає у людини, коли її нервова система отримує емоційне перевантаження. Стрес є невід'ємною частиною нашого часу, від його впливу помирають люди у всьому світі. Він діє на всі організми, і уникнути його впливу неможливо.

Перелік стресів різноманітний: від простих, таких як температура, шум, газовий склад атмосфери, токсичні речовини та ін., до складних психологічних і соціальних факторів: ризик, небезпека, дефіцит часу, новизна та несподіваність ситуації, підвищена значимість діяльності. Тому перелічувати всі їх недоцільно. Більш важливим у стресостійкості є визначення структури причин, що провокують прояв стресогенного стану як особи педагога, так і самого освітянського соціуму. Знання цих причин дозволяє об'єктивно визначити умови, які їх породжують, що надає можливість цілеспрямовано впливати на прояв реальних причинно-наслідкових зв'язків, тобто на те, що обумовлює виникнення стресу і характер його наслідків.

Факторами, що зменшують стресогенність середовища та її негативний вплив на організм, є попередження зовнішніх подій, можливість завчасно підготуватися до них, а також можливість контролю над подіями, що суттєво знижує силу впливу несприятливих факторів. Значну роль у попередженні негативного впливу негативного стану на діяльність людини відіграють вольові якості. «Прояв вольових якостей (сили волі) – це, насамперед, переключення свідомості та вольового контролю із переживання негативного стану на регуляцію діяльності (на її продовження, подачу внутрішньої команди до початку діяльності, до зберігання якості діяльності)». Переживання стану при цьому відсовується на другий план. Важливу роль в регуляції психічних станів, у тому, як людина реагує на вплив стресогенних факторів навколишнього середовища, відіграють індивідуально-типові особливості нервової системи та особистості. Відомо, що особистості з високою силою нервової системи характеризуються більшою стійкістю, кращою переносимістю стресових ситуацій порівняно з індивідами, що мають слабку силу нервової системи. Так науково підтверджено, що життєрадісні люди більш стійкі, здатні зберігати контроль і критичність у складних ситуаціях.

Вплив самооцінки проявляється у тому, що люди з низькою самооцінкою проявляють більш високий рівень страху або тривожності в небезпечній ситуації. Вони сприймають себе частіше всього як таких, що мають неадекватно низькі здатності для того, щоб справитися із ситуацією, тому вони діють менш енергійно, схильні підкорятися ситуації, намагаються уникати труднощів, оскільки переконані у тому, що не в силах з ними впоратися.

Таким чином, ми бачимо, що стрес більшою мірою являє індивідуальний феномен.

Визначення впливу реструктуризації на рівень стресостійкості викладацького складу НАУ є **метою** нашого дослідження.

Для більш детального вивчення проблеми впливу реструктуризації на рівень стресостійкості викладачів НАУ здійснено дослідження з використанням методики визначення стресостійкості та соціальної адаптації Холмса і Pare [9].

В дослідженні брали участь 11 педагогічних працівників Національного авіаційного університету (жінки, віком від 30 до 55 років) у динаміці 2015, 2016, 2017 років та була використана методика, що зазначена вище.

Найпоширенішим рівнем стресостійкості викладацького складу НАУ у період реструктуризації є: **2015 рік** – високий (70%), **2016 рік** – високий (48%), **2017 рік** – пороговий (44%) (табл. 1). Спостерігається зниження досить високого рівня стресостійкості викладачів з 15% (2015 р.) до 0% (2017 р.), разом з тим підвищився рівень низької стресостійкості з 5% (2015 р.) до 30% (2017 р.).

Таблиця 1

**Динаміка визначення стресостійкості та соціальної адаптації викладацького складу НАУ у період реструктуризації за методикою Холмса і Раге [9]**

Загальна кількість балів	Рівень стресостійкості	2015 рік, %	2016 рік, %	2017 рік, %
Менше 150	Досить великий	15	2	0
150-199	Високий	70	48	26
200-299	Пороговий	10	40	44
300 і більше	Низький (вразливість)	5	10	30

Аналізуючи результати дослідження, можна зробити висновок, що домінуючим рівнем стресостійкості викладацького складу НАУ у період реструктуризації є високий рівень. Це дає можливість говорити про те, що управлінська діяльність має сильний стресогенний характер. Але рівень стресостійкості знижується зі збіль-

шенням стресогенних факторів, які пов'язані з реструктуризацією університету, про що свідчать показники порогового рівня стресостійкості, вони виростили з 10% (2015 р.) до 44% (2017 р.). Це призводить до того, що особистість змушена левову частку своєї енергії і ресурсів взагалі витрачати на боротьбу з негативними психологічними станами, що виникають в процесі стресу. Насторожують також показники низького рівня стресостійкості, вони виростили з 5% (2015 р.) до 30% (2017 р.). Це свідчить про зниження опірності нервової системи від впливу додаткових стресогенних факторів, які пов'язані з реструктуризацією університету та можуть призвести до професійного вигорання. Отже, експериментально підтверджено, що реструктуризація ВНЗ, має суттєвий вплив на рівень стресостійкості викладацького складу.

**Висновки.** Проблема стресостійкості викладацького складу ВНЗ на сьогодні є однією із першочергових у сучасній системі освіти, але, у той же час і мало розробленою. Враховуючи те, що реструктуризація ВНЗ є досить новою структурою освітнього закладу, наше дослідження сьогодні є безумовно актуальним. Останнім часом українські науковці все більше приділяють увагу цій проблемі. І це дозволяє сподіватися на те, що незабаром вміння працювати та жити без стресогенних факторів стане реальною дійсністю.

Головний спосіб підвищення рівня стресостійкості викладацького складу ВНЗ – це підвищення та закріплення в умовах реалізації комплексної програми підвищення рівня професійної стресостійкості педагога.

### Список літератури:

1. Виготський Л. С. Педагогічна психологія / Л. С. Виготський. – М.: АСТ, Астрель, Люкс, 2005. – С. 312.
2. Дьяченко М. І. Готовність до діяльності в напружених ситуаціях. Психологічний аспект / М. І. Дьяченко, Л. А. Кандилович, В. А. Пономаренко. – М.: БГУ, 1985. – С. 120.
3. Єсарьова З. Ф. Особливості діяльності викладача вищої школи / З. Ф. Єсарьова. – Л.: Вид-во Ленінградського ун-ту, 1974. – С. 58.
4. Зільберман П. Б. Емоційна стійкість оператора // Очерки психології праці оператора / П. Б. Зільберман / Під ред. Є. А. Мілеряна. – М.: Педагогіка, 1974. – С. 54.
5. Ковальова Ю. М. Значення стресостійкості у процесі здійснення педагогічної діяльності // Молодий вчений. – 2016. – № 4. – С. 693-695.
6. Кузьміна Н. В. Професіоналізм особистості викладача і майстра виробничого навчання / Н. В. Кузьміна. – М.: Педагогіка, 1990.
7. Леонт'єв А. М. Проблема діяльності в психології / А. М. Леонт'єв. // Питання філософії. – 1972. – № 9. – С. 95-108.
8. Мітіна Л. М. Емоційна гнучкість вчителя: психологічний зміст, діагностика, корекція / Л. М. Мітіна, Є. С. Асмаковець. – М.: Вид-во Флінта, 2001. – С. 78. – Психологія: Словник / Під заг. ред. А. В. Петровського. – М.: НОРМА, 1990. – С. 152.
9. [www.informio.ru/publication/id252/Sbornik-psihologicheskoin-testov-metodik](http://www.informio.ru/publication/id252/Sbornik-psihologicheskoin-testov-metodik)
10. Психодинамічні фактори професійного вигорання / Під ред. канд. мед. наук Куликова А. І. – Санкт-Петербург. – 2007.

**Федорченко С.В.**

Учебно-научный институт непрерывного обучения  
Национального авиационного университета

## **РЕСТРУКТУРИЗАЦИЯ КАК ОДИН ИЗ ФАКТОРОВ ВЛИЯНИЯ НА УРОВЕНЬ СТРЕССОУСТОЙЧИВОСТИ ПРЕПОДАВАТЕЛЬСКОГО СОСТАВА ВУЗА**

### **Аннотация**

В статье раскрывается содержание понятий «стрессоустойчивость», «стресс», «стрессогенные факторы», «профессиональная деятельность». Проводится экспериментальное исследование влияния реструктуризации на уровень стрессоустойчивости педагогических работников НАУ.

**Ключевые слова:** деструкция, преподавательский состав, реструктуризация, стресс, стрессоустойчивость, стрессогенные факторы.

**Fedorchenko S.V.**

Educational and Research Institute Continuous Educating  
of National Aviation University

## **RESTRUCTURIZATION AS ONE OF THE IMPACT FACTORS ON THE LEVEL OF STRESS RESISTANCE OF THE ACADEMIC STAFF AT HIGHER EDUCATIONAL INSTITUTIONS**

### **Summary**

The article defines the notions of «stress resistance», «stress», «stress factors», «professional activities». Based on the experimental research of the restructuring on the level of stress of the academic staff at the National Aviation University.

**Keywords:** destruction, teaching staff, restructuring, stress, stress resistance, stress factors, professional activities.