

# ПРОБЛЕМА ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ ВОЕННОГО ПРЕПОДАВАТЕЛЯ

**Сатиб-Алдиев Азим Абду-Шакирович**

доцент, доктор философии по педагогике (PhD),  
доцент Академии Вооружённых Сил Республики Узбекистан

В статье раскрыты значения таких понятий, как синдром профессионального и эмоционального выгорания, особенности педагогической деятельности военного педагога. Раскрыты причины, приводящие к профессиональному выгоранию преподавателя военного образовательного учреждения.

**Ключевые слова:** профессиональная деформация, синдром профессионального и эмоционального выгорания, военное образовательное учреждение, военный педагог, признаки профессионального выгорания.

The article reveals the meaning of such concepts as the syndrome of professional and emotional burnout, features of the pedagogical activity of a military teacher. The reasons leading to professional burnout of a teacher at a military educational institution are revealed.

**Key words:** professional deformation, professional and emotional burnout syndrome, military educational institution, military teacher, signs of professional burnout.

Профессия преподавателя высшего военного образовательного учреждения по многим параметрам можно отнести к профессиям наиболее интеллектуальных, высокоинформативных, стрессогенных, эмоционально и физически напряжённых. Специфика данной профессии часто требует от военного преподавателя осуществления деятельности в экстремальных условиях или приближенных к ним, сопряженных с риском для жизни и здоровья. Военно-педагогическая деятельность насыщена с запланированными или неожиданными сложными ситуациями разной продолжительности, возникающими в учебно-воспитательном процессе, которая может быть подвержена постепенному эмоциональному утомлению, что отрицательно сказывается на качестве исполнения профессиональной деятельности, ухудшении психического и физического самочувствия. Также, деятельность военного преподавателя непрерывно связана с общением с различными категориями военнослужащих, требующего строгого соблюдения субординации и требований общевоинских уставов.

Эти особенности военно-педагогической деятельности создают условия для развития профессионально-личностных деформаций, проявления стрессовых ситуаций, синдрома профессионального и эмоционального выгорания.

Анализ научной литературы по психологии, педагогике, социологии показывает, что несмотря на общее и схожее определение синдрома выгорания нет единого подхода к его содержанию.

**Выгорание** – это дезадаптационный феномен, проявляющийся на всех уровнях функционирования личности: индивидуально-психологическом, социально-психологическом и организационном - и оказывающий негативное влияние на показатели профессиональной эффективности,

удовлетворенности трудом, а также имеющий отрицательные последствия и в сферах «непрофессиональной» жизни, где наблюдается дифференцированное влияние его составляющих на разные показатели качества жизни [4, С.121].

Р.А. Березовская и Т.Н. Кишка пишут, что **синдром эмоционального выгорания** – это состояние эмоционального, умственного истощения, физического утомления, возникающее в результате хронического стресса на работе. В современных исследованиях представлена общая точка зрения и на структуру выгорания, согласно которой этот синдром включает в себя следующие основные составляющие:

эмоциональное истощение, опустошенность и усталость, вызванные собственной работой;

деперсонализация, циничное отношение к труду и объектам своего труда, бесчувственное, негуманное отношение к клиентам;

обесценивание профессиональных достижений, возникновение у работников чувства некомпетентности в своей профессиональной сфере, ощущение личной не успешности, недовольства результатами работы. [1, С.10].

И.А. Маликова в своей статье основываясь на труды ученых приводит раздельное определение синдромам профессионального и эмоционального выгорания.

**«Синдром профессионального выгорания** – это неблагоприятная реакция на рабочие стрессы, включающая в себя психологические, психофизиологические и поведенческие компоненты. По мере того, как усугубляются последствия рабочих стрессов, истощаются моральные и физические силы человека, он становится менее энергичным, ухудшается его здоровье. У «сгоревших» на работе людей снижается трудовая мотивация, развивается безразличие к работе, ухудшаются качество и производительность труда» [5, С.289]

**«Эмоциональное выгорание** - специфический вид профессиональной деформации лиц, работающих в тесном эмоциональном контакте с клиентами и пациентами, при оказании профессиональной помощи» [5, С.289]

С.Г. Елизаров определил, что предрасполагающими факторами формирования эмоционального выгорания в процессе выполнения специалистами своей профессиональной деятельности являются следующие личностные качества,: чувство высокой ответственности, высокий уровень тревожности, высокий уровень социальной напряжённости, низкий уровень стрессоустойчивости, низкая самооценка, прямолинейность, зависимость от мнения других, подозрительность, эмоциональность, склонность к подчинению, повышенный самоконтроль [2, С.56].

А.В. Логинова выделяет 10 признаков профессионального выгорания преподавателя [3, С.1409]:

1. Усталость.

2. Отсутствие мотивации.
3. Разочарование, цинизм и другие отрицательные эмоции.
4. Познавательные проблемы.
5. Ухудшающаяся производительность.
6. Межличностные проблемы дома и на работе.
7. Отсутствие заботы о себе.
8. Занятость работой, когда не на работе.
9. Общее снижение удовлетворенности.
10. Проблемы со здоровьем.

Используя данные признаки выделяем причины, приводящие к состоянию профессионального выгорания военного преподавателя в процессе педагогической деятельности:

1. Напряженный и часто ненормированный рабочий день, сильная физическая, эмоциональная и умственная нагрузка, в зависимости от преподаваемой учебной дисциплины возможные полевые выходы, ночные занятия и др. приводят к усталости.

2. Если неинтересна педагогическая работа, отсутствует желание работы с личным составом, нет перспективы профессионально-педагогического роста и карьеры, то здесь у офицера не будет мотивации для преодоления негативного эмоционального настроения.

3. Переоценка своих сил и возможностей в преподавательской сфере, отсутствие успехов в работе, преобладание негативных эмоций, пессимистический настрой к деятельности и т.п. приводят к разочарованию, цинизму и другим отрицательным эмоциям.

4. Недостаточность психолого-педагогических знаний для эффективного проведения занятий и общения с обучаемыми, отсутствие опыта преподавательской и исследовательской работы говорят о наличии познавательных проблем.

5. Неудовлетворение от результатов своего педагогического труда из-за недостаточности опыта преподавательской работы, частое отвлечение на выполнение служебных задач, не связанных с преподавательской деятельностью, способствуют ухудшению производительности педагогического труда.

6. Отсутствие взаимопонимания с коллегами по педагогическому коллективу, недостаточная поддержка молодого преподавателя со стороны опытных педагогов, не обустроенность быта после перевода офицера на службу из другого гарнизона (нерешённость вопросов жилья, работы супруги, детского сада или школы детей и т.п.) могут стать причиной межличностных проблем дома и на работе.

7. Когда военный педагог больше внимания уделяет к выполнению служебных задач, много времени проводит на службе, у него остаётся мало времени на заботу о себе, о своём здоровье, о семье, вопросы отдыха или лечения постоянно откладываются на потом.

8. Большой объём задач, связанных и не связанных с основным родом

деятельности, подготовка к проведению занятий, частые служебные командировки, работа над диссертацией и другими видами научной работы заставляют офицера думать о работе даже в внеслужебное время, дома.

9. На фоне постоянной напряжённой учебной и служебной работы, перегруженности дополнительными обязанностями и задачами, не связанными с преподавательской деятельностью, отсутствие перспективы карьеры, иногда проблемы в семейной жизни усиливают чувство неудовлетворённости от результатов своей деятельности.

10. Умственная, эмоциональная и физическая нагрузка, стресс, несоблюдение режима питания, неполноценный сон во время ночных занятий или несения службы в наряде и др. могут привести к проблемам со здоровьем.

Профессиональное и эмоциональное выгорание негативно воздействует на общее самочувствие, здоровье и работоспособность личности преподавателя и педагогический коллектив в целом. В целях профилактики проявления данного синдрома у военного преподавателя можно рекомендовать следующие:

оказание методической помощи вновь назначенным на должность преподавателям;

профессиональное обучение и систематическое повышение квалификации;

сплочение педагогического коллектива;

всемерная забота о подчинённых со стороны руководства кафедры, факультета и командования военно-образовательного учреждения;

справедливое и равномерное распределение учебных и служебных задач; предоставление возможности для карьерного роста и т.д.

надлежащее питание, поддержание себя в физической форме с помощью физических упражнений, заниматься любимым делом и др.;

выделение времени для заботы о себе, слушать музыку, смотреть любимые передачи, фильмы, читать книги;

заниматься активным отдыхом (походы в театры, концерты, выставки, поездки загород и т.д.);

освоить использование различных психологических техник и т.д.

Специфика профессионально-педагогической деятельности военного преподавателя имеет свои особенности, определяющиеся из таких обстоятельств, как сложные условия осуществления педагогической деятельности, отсутствие профессионально-педагогической подготовки у большинства офицеров, соблюдение строгих уставных взаимоотношений и выполнение требований субординации, параллельное выполнение обязанностей педагогической деятельности и военно-служебных обязанностей, нестандартные условия проведения определённых видов занятий (полевые занятия в разных погодных условиях днём и ночью, многокилометровые марши т.д.). В процессе педагогической деятельности некоторые из этих обстоятельств могут привести преподавателя в состояние

профессиональной деформации, выгоранию. И проблема предупреждения, профилактики неблагоприятных функциональных состояний является актуальной как для самих офицеров-преподавателей педагогов, так и для руководителей педагогического коллектива.

### **Использованная литература:**

1. Березовская Р.А., Кишка Т.Н. Роль процессуальной мотивации в развитии синдрома выгорания. Выгорание и профессионализация [Текст]: сб. науч. Тр. / под ред. В.В. Лукьянова, А.Б. Леоновой, А.А. Обознова, А.С. Чернышева, Н.Е. Водопьяновой; Курск, гос. Ун-т- Курск, 2013. – С.9-29.

2. Елизаров С.Г. Личностные особенности специалистов социально-реабилитационного центра для несовершеннолетних как фактор формирования синдрома выгорания. /Выгорание и профессионализация [Текст]: сб. науч. Тр. / под ред. В.В. Лукьянова, А.Б. Леоновой, А.А. Обознова, А.С. Чернышева, Н.Е. Водопьяновой; Курск, гос. Ун-т- Курск, 2013. – С. 43- 61.

3. Логинова А.В. Профессиональный стресс и синдром профессионального выгорания в педагогической деятельности. / Молодой учёный, -2015, Июнь. № И (91). С. 1408-1410.

4. Лукьянов В.В., Сороколетова И.Е. К истории термина «выгорание». / Выгорание и профессионализация [Текст]: сб. науч. Тр. / под ред. В.В. Лукьянова, А.Б. Леоновой, А.А. Обознова, А.С. Чернышева, Н.Е. Водопьяновой; Курск, гос. Ун-т.- Курск, 2013. С. 114-123.

5. Маликова И.А. Проблема профессионального выгорания педагогов высшей школы. / Вестник Донецкого педагогического института, 2017. № 1. - С. 288-296.