

УДК 316

Лугинина Анна Григорьевна

кандидат философских наук, доцент кафедры
социологии и культурологии,

Кубанский государственный аграрный университет имени И.Т. Трубилина

luginina.anna8@mail.ru

Власова Виктория Николаевна

доктор философских наук, доцент,

Ростовский государственный медицинский университет

oir08@mail.ru

Рябова Татьяна Викторовна

кандидат филологических наук, заведующий

кафедрой русского языка, Военный институт
железнодорожных войск и военных сообщений

военной академии МТО им. генерала армии П.В. Хрулева

rtv64@bk.ru

Anna G. Luginina

Candidate of Philosophy, associate professor of

Department of Sociology and Culture, Kuban State

Agrarian University named after I.T. Trubilin

luginina.anna8@mail.ru

Victoria N. Vlasova

Doctor of Philosophy, Associate Professor, Head of the

Department of Pedagogy of the Rostov State Medical University

oir08@mail.ru

Tatiana V. Ryabova

Candidate of Philology, Head of the Department of the

Russian Language, Military Institute of Railway

Troops and Military Communications of the Military

Academy of MTO named after V.I. General of the

army P.V. Khrulev

rtv64@bk.ru

ЗДОРОВЬЕ ПРЕПОДАВАТЕЛЕЙ ВУЗОВ В УСЛОВИЯХ ОНЛАЙН-ПРЕПОДАВАНИЯ

HEALTH OF UNIVERSITY TEACHERS IN THE CONTEXT OF ONLINE TEACHING

Аннотация. Данная статья посвящена осмыслению здоровья преподавателей вузов в условиях онлайн-преподавания. В числе доминирующих факторов, отрицательно воздействующих на здоровье сотрудников вузов, очевидны следующие: рост психоэмоционального напряжения; влияние высокого уровня стресса, вызванного повышенными

требованиями к повседневной научно-исследовательской, социально-педагогической и общественной работе; повышенная нагрузка на голосовой аппарат; гиподинамия и ортостатические нагрузки; социально-психологический дискомфорт и ощущение социальной незащищенности сотрудников вузов; нарушение баланса личной жизни и работы ППС; снижение возможности заботиться о личном состоянии здоровья по некоторым объективным причинам; недостаточно представленная в вузах подготовка в сфере здоровьесбережения ППС; отстраненность государства от мнения педагогического сообщества о целесообразности вводимых им инновационных преобразований.

Ключевые слова: *здоровье, психоэмоциональное напряжение, стресс, дискомфорт, преподаватели вузов, профессорско-преподавательский состав, онлайн-преподавание, цифровизация, пандемия.*

Abstract. *This article is devoted to understanding the health of university teachers in the context of online teaching. Among the dominant factors that negatively affect the health of university employees, the following factors are obvious: an increase in psychoemotional stress; the impact of a high level of stress caused by increased requirements for daily research, socio-pedagogical and social work; increased load on the vocal apparatus; hypodynamia and orthostatic loads; social and psychological discomfort and a sense of social insecurity of university staff; violation of the balance of personal life and work of teaching staff; a decrease in the ability to take care of personal health for some objective reasons; underrepresented in universities training in the field of health care teaching staff; the detachment of the state from the opinion of the pedagogical community about the expediency of the innovative transformations it introduces.*

Keywords: *health, psycho-emotional stress, stress, discomfort, university teachers, faculty, online teaching, digitalization, pandemic.*

Начало 2020г. под давлением внешних обстоятельств, вызванных объявлением пандемии, ознаменовалось кардинальным реформированием всех социальных сфер, и прежде всего, системы образования. Профессорско-преподавательский состав (ППС) столкнулся с требованиями со стороны Министерства образования, руководства вузов, осваивать инновационные инструменты и форматы работы, связанные с тотальным переходом в условия онлайн-преподавания. Хотя, стоит внести оговорку, что дискуссии и деятельность по внедрению и развитию онлайн-образования в институте российского образовательного пространства высшей школы актуализировались ранее и ведутся уже на протяжении, как минимум, десятилетия. В этой связи, Р.Н. Абрамов, И.А. Груздев и др. подчеркивают, что «цифровизация высшего образования в течение последних десяти лет воспринималась как привлекательное, но рискованное будущее», которое, как показывает практика, стало настоящим, несмотря на то, что, «казалось, все еще можно притормозить и отложить на завтра» [1]. Поэтому, отвечая требованиям реального времени, за истекший двухлетний пандемийный период был опубликован ряд научных социологических,

психологических социально-педагогических, социально-экономических работ, посвященных:

- анализу социально-профессионального самочувствия преподавателей вузов[2];
- социокультурной травматизации[3];
- специфике переживаний психологического стресса и профессиональному выгоранию преподавателей вузов[4; 5];
- осмыслению социальных последствий и новым трендам цифровизации института высшего образования[6; 7];
- влиянию факторов риска на физическое, психическое и социальное здоровье субъектов образовательного процесса, связанных с массовой цифровизацией образовательного пространства и преподаванием онлайн [8; 9; 10; 11; 12].

В современной образовательной среде профессиональная деятельность преподавателей насыщена множеством стрессогенных и продуцирующих дистресс (разрушительный, вредоносный стресс) факторов. В условиях почти максимального онлайн-преподавания, ППС вузов ежедневно испытывает психоэмоциональное напряжение, подвергается воздействию высокого уровня стресса, обусловленного большим объемом повседневной научно-исследовательской, социально-педагогической и общественной работы, связанной с высоким уровнем социально-профессиональных требований.

Как подчеркивает Е.А. Багнетова, наблюдающиеся в последние годы «усложнения требований к учебным результатам учащихся и профессионализму преподавателей, выступают в качестве дополнительных нагрузок на здоровье всех участников образовательного процесса»[8, с.10], цифровизация инициирует новые формы социализации, оказывающей влияние на здоровье всех субъектов образовательного пространства «в условиях развития глобального информационного общества»[13].

Поскольку, целью данной статьи является социологический анализ здоровья преподавателей вузов в условиях онлайн-преподавания, обратимся к эмпирическим исследованиям, проведенным учеными за последние два года (2020-2021 гг.).

Коллективом авторов Южного Федерального университета было проведено в 2020-2021 гг. эмпирическое исследование социально-профессионального самочувствия сотрудников ЮФУ. Исходя из полученных ими данных, дискомфорт в рамках трудовой деятельности в вузе испытывают 40,7% сотрудников по причине реализации большого объема работы; при этом ежегодное вознаграждение за рейтинг ППС вызывает фрустрацию у 39,7%. Наиболее негативными факторами, отрицательно влияющими на здоровье ППС названы: «слишком высокая напряженность работы (41,6%) и ненормированный рабочий день (29,4%)»[2, с.37]. Среди научных сотрудников «наибольшее количество респондентов, испытывающих в той или степени стресс от работы»[2, с.93]. Авторы монографии предполагают, что такая ситуация связана с многозадачностью как неотъемлемой реальностью современной жизни и многоролевой деятельностью ППС («роль

преподавателя, роль исследователя, роль практика, роль администратора»), причем каждая из ролей «сопровождается большим количеством функций и обязательств» [2, с.44]. Т.е., возникает ролевая неопределенность, в которой преподавателям приходится «разрываться выполнять дополнительную работу вне стен» вуза, что негативно сказывается на их социально-профессиональном самочувствии[2, с.111].

На наш взгляд, уместным будет обратить ретроспективный взгляд на период времени до объявления пандемии и перевода работы вузов в онлайн формат. И.М. Фадеева и М.В. Федосеева подчеркнули, что профессиональная деятельность ППС носит творческий характер и «требует постоянной подпитки новыми идеями и расширения кругозора. Последствиями отсутствия регулярного переключения в коммуникации, длительного выполнения рутинизированной работы является отчуждение от профессиональной роли (безразличие, усталость, раздражение)». Согласно полученным ими опросным данным, у 63% женщин и 21% мужчин наблюдается ощущение усталости и переутомления, что свидетельствует об ухудшении состояния здоровья и социального самочувствия, в целом[14, с.156]. Социальное самочувствие социально-профессиональных групп, по мнению указанных выше авторов, выступает «характеристикой их гибкости (гибкости) в условиях быстро меняющейся социальной реальности, она выражается в способности изменяться, не ломаясь под давлением системной реструктуризации»[13, с.160].

Согласно исследованиям Т.В. Рябовой и Р.Г. Петровой, которые провели опрос ППС вузов с целью определения у них уровня психоэмоционального напряжения и общего самочувствия, ими было выявлено следующее: только 21,3% респондентов отметили, что их здоровье осталось на прежнем уровне; 86,1% ППС констатировали рост напряжения в рамках работы в онлайн (или дистанционном) формате. Так, на боли в области опорно-двигательного аппарата, на усиление головных болей, а также - болей в области сердца и глазных яблок – указало 39,8% респондентов; бессонницу, раздражительность, ухудшение общего самочувствия и общее снижение психоэмоционального фона отметили у себя 46,3% из числа ППС. Кроме того, практически все сотрудники вузов к числу факторов риска отнесли повышение трудовой нагрузки, увеличение продолжительности рабочего дня, жесткий контроль со стороны руководства и пр. негативные факторы[10, с.23].

С этими обстоятельствами трудно не согласиться, ибо расширение рамок трудового дня не позволяет преподавателям конструктивно распределить время между удовлетворением потребностей семьи и рабочими требованиями, что, так или иначе, провоцирует развитие чувства вины, социально-психологического дискомфорта, что, по мнению Е.А. Багнетовой, ведет «к возникновению психоэмоциональных проблем и способствует дальнейшему нарушению здоровья»[8, с.14].

В силу значительного объема выполнения формальных требований отчетности и ежедневности подготовки к занятиям в формате онлайн-

преподавательской деятельности, ППС вынужден расширять свое трудовое время за счет работы на дому, что также сказывается на межличностных отношениях в семье и снижает уровень благоприятности социально-психологического климата в семье, что, в свою очередь, может способствовать ухудшению социального и психического здоровья[4; 8].

Среди ведущих факторов негативного характера, влияющих на здоровье ППС можно выделить следующие факторы:

- Рост психоэмоционального напряжения в результате повышения требований к концентрации внимания, удержанию в памяти большого количества рабочей информации и усилению мыслительных процессов (процессов умственной деятельности) в результате усложнения академической жизни преподавателей в работе в режиме онлайн, а также совмещении работы офлайн и онлайн[6; 9; 11].

- Высокий объем внеурочной работы за компьютером, что обусловлено смещением акцента деятельности от непосредственной работы со студентами на необоснованную высокую бюрократическую практику ведения разноплановой и многочисленной рабочей отчетности (что, в свою очередь, расценивается ППС как избыточный бюрократический контроль, снижение доверия и отсутствия интереса к сотрудникам высшей школы со стороны руководства вузов).

- Повышенная нагрузка на речевой (голосовой) аппарат в ситуации минимального наличия, а, порой, и практически полного отсутствия обратной связи со стороны студентов в условиях работы онлайн.

- Гиподинамия и ортостатические нагрузки на опорно-двигательный аппарат (остеохондроз, радикулит, судороги, ухудшение кровообращения), а также, ухудшение остроты зрения в ситуации длительного пребывания у монитора компьютера (синдром сухости глаз, спазм аккомодации)[15].

- Социальная оценка и сложность возникающих профессиональных ситуаций в результате удаленного взаимодействия с различными социальными группами. Как подчеркивает Т.В. Артемьева, присутствие постоянных стрессовых ситуаций наносит ущерб здоровью преподавателя, ведет «к появлению чувства беспомощности и бессмысленности существования, низкой оценке своей профессиональной компетентности», и к проблемам с психосоциальным самочувствием[16].

- Социально-психологический дискомфорт и ощущения социальной незащищенности сотрудников вузов по целому ряду причин: изменения стандартов академической работы в сторону экономической целесообразности преподавателя (когда критериями эффективности и приоритетной деятельностью стали показатели грантовой и публикационной активности); урезания ставок ППС; укрупнения потоков для лекционных занятий, снижения защитной роли профсоюзной деятельности; а также, длительного нахождения в состоянии статусной рассогласованности (невысокого размера оплаты труда, которым не удовлетворены 69%, а 43% ППС испытывают социальную незащищенность) и пр.[14, с.161].

- Нарушается баланс личной жизни и работы ППС, что приводит к большой непредсказуемости профессиональной деятельности и повышению психоэмоциональной напряженности вплоть до невротизированности ППС, когда «существенно затрудняется планирование преподавателем собственной работы» в результате выстраивания своеобразной «консьюмеристской» модели в рамках отношений между преподавателями и студентами, когда первые вынуждены ориентироваться на вторых, т.к. первый – получатель образовательной «услуги»[1, с.67].

- Уменьшение возможности достойно заботиться о личном состоянии здоровья как в силу финансовых трудностей, так и в силу большой трудовой занятости и дефицита свободного времени. Так, согласно опросам, респонденты отвечали, что «распространение различного рода коммуникационных технологий (электронной почты, мессенджеров, социальных сетей) приводит к размыванию личных границ преподавателя, и последний может получить письмо или сообщение в любое время суток с ожиданием оперативного ответа». Отсюда возникает закономерный вопрос (с уже явным отрицательным ответом на него), а каким образом работа ППС 24/7 может отразиться на физическом, психическом и социальном здоровье преподавателей?

- Недостаточно и не эффективно представленную в вузах подготовку в сфере здоровьесбережения ППС, нерегулярность и формализм профилактических осмотров.

- Игнорирование на государственном уровне профессионального мнения педагогического сообщества о целесообразности тех или иных инновационных преобразований, а также, степени их элементарной эффективности в достижении декларируемых целей и безопасности для здоровья ППС.

В целом, исходя из полученного данных, можно резюмировать, что введенный онлайн-формат работы в вузах имеет отрицательное влияние на здоровье преподавателей:

- вызывая у них повышение психоэмоционального напряжения;
- оказывая влияние на рост уровня стресса, вызванного повышенными требованиями к повседневной научно-исследовательской, социально-педагогической и общественной работе;

- отражаясь на повышенной нагрузке на их голосовой аппарат, гиподинамии и ортостатических нагрузках, на социально-психологическом дискомфорте и ощущении социальной незащищенности сотрудников вузов, на нарушении баланса личной жизни и работы ППС, на снижении возможности заботиться о личном состоянии здоровья по некоторым объективным причинам;

- на недостаточно представленной в вузах подготовке в сфере здоровьесбережения ППС;

- на отстраненности государства от мнения педагогического сообщества о целесообразности вводимых им инновационных преобразований.

Важно понимать, что преподавателям вузов для сохранения их профессионального здоровья и здоровья во всех ипостасях в целом, нужна академическая среда для межличностного взаимодействия, получения активной и адекватной обратной связи, ощущения быть услышанным, понятым и причастным к образовательному процессу в вузе.

Литература:

1. *Абрамов Р.Н., Груздев Н.А., и др. Университетские преподаватели и цифровизация образования: накануне дистанционного форс-мажора // Университетское управление: практика и анализ. 2020. Т. 24. №2. С. 59-74.*

2. *Социально-профессиональное самочувствие сотрудников ЮФУ: анализ вовлеченности и удовлетворенности (2020-2021гг.) / под ред. Е.В. Михалкиной, Л.С. Скачковой. Ростов н/Д., Таганрог. Изд. ЮФУ, 2021. 224 с.*

3. *Гафиатулина Н.Х., Касьянов В.В., Самыгин С.И. Социальный иммунитет российского общества в условиях угрозы коронавируса: риски социокультурной травматизации // Гуманитарий Юга России. 2020. Т. 9. № 2. С. 147-158.*

4. *Петракова А.В., Канонир Т.Н. и др. Особенности психологического стресса у учителей в условиях дистанционного преподавания во время пандемии COVID-19 // Вопросы образования. 2021.*

5. *Журавлева Н.А., Зарубина Е.В., Ручкин А.В. и др. Профессиональное выгорание преподавателей вузов в период пандемии COVID-19 // Образование и право. 2021.*

6. *Васьков М.А. Онлайн-образование в высшей школе России: основные акторы институционализации и социальные последствия // Гуманитарий Юга России. 2020. Т. 9. № 3. С. 45-57.*

7. *Kobysheva L., Luginina A, et al. Organization of higher education in context of digitalization: online learning experience at pandemic, development trends / В сборнике: E3S Web of Conferences. 14. Rostov-on-Don, 2021. С. 12052.*

8. *Багнетова Е.А. Образ жизни и профессиональные факторы риска здоровью педагога: монография. М., 2019. 100 с.*

9. *Гафиатулина Н.Х., Лугинина А.Г., Сизова Н.М. Институт образования: социокультурные риски в сфере офлайн- и онлайн-образования молодежи // Гуманитарные, социально-экономические и общественные науки. 2021. № 9. С. 21-25.*

10. *Рябова Т.В., Петрова Р.Г. Психическое здоровье преподавателей вузов в условиях пандемии: факторы риска и способы их преодоления // Неврологический вестник. 2021. Т. 53. С. 23-27.*

11. *Задорожня И.В., Власова В.Н. Применение цифровых технологий в образовательном пространстве высших учебных заведений // Вестник Университета Российской академии образования. 2021. № 2. С. 98-107.*

12. *Власова В.Н. Социальное здоровье российского населения в условиях угрозы распространения covid-19 / Бюллетень Национального*

научно-исследовательского института общественного здоровья имени Н.А. Семашко. 2021. № 3. С. 54-59.

13. Karapetyan E.A., Gafiatulina N.Kh., et al. Cyber socialization as a factor of influence on the social health of student youth in a modern educational environment under the development of a global information society // *Revista Gênero e Direito*. 2020. T. 9. № 4. С. 830-845.

14. Фадеева И.М., Федосеева М.В. Самочувствие преподавателей в обществе, профессии, вузе // *Мониторинг общественного мнения: экономические и социальные перемены*. 2015. №6. С. 153-163.

15. Влияние дистанционного обучения на здоровье учителей, школьников и студентов [Электронный ресурс] <https://profil.mos.ru/med/proekty/vliyanie-dstantsionnogo-obucheniya-na-zdorove-uchitelej-shkolnikov-i-studentov.html>

16. Артемьева Т.В. Исследование копинг-стратегий педагогов в профессиональной деятельности // 2014. №4. С. 79-82.

Literature:

1. Abramov R.N., Gruzdev N.A., et al. University teachers and digitalization of education: on the eve of distance force majeure // *University management: practice and analysis*. 2020. Vol. 24. No. 2. P. 59-74.

2. Socio-professional well-being of SUFF employees: Analysis of involvement and satisfaction (2020-2021) / Ed. E.V. Mikhalkin, L.S. Skump. Rostov N / d., Taganrog. Ed. South Afu, 2021. 224 p.

3. Gafiatulina N.Kh., Kasyanov V.V., Samygin S.I. Social immunity of Russian society under the threat of coronavirus: risks of sociocultural traumatization // *Humanitarian of the South of Russia*. 2020. Vol. 9. No. 2. P. 147-158.

4. Petrakova A.V., Kanonir T.N. et al. Features of psychological stress among teachers in the conditions of distance teaching during a Pandemic COVID-19 // *Education issues*. 2021.

5. Zhuravleva N.A., Zarubina E.V., Rumchkin A.V. and others. Professional burnout of university teachers during the Pandemic period COVID-19 // *Education and law*. 2021.

6. Vaskov M.A. Online education in the highest school of Russia: the main actors of institutionalization and social consequences // *Humanitarian of the South of Russia*. 2020. T. 9. No. 3. P. 45-57.

7. Kobysheva L., Luginina A, et al. Organization of higher education in context of digitalization: online learning experience at pandemic, development trends / В сборнике: *E3S Web of Conferences*. 14. Rostov-on-Don, 2021. С. 12052.

8. Bagnetova E.A. Lifestyle and professional risk factors for the health of the teacher: monograph. M., 2019. 100 p.

9. Gafiatulina N.Kh., Luginina A.G., Sizova N.M. Institute of Education: Socio-cultural risks in the field of offline and online education of young people // *Humanitarian, socio-economic and social sciences*. 2021. No. 9. P. 21-25.

10. Ryabova T.V., Petrova R.G. *Mental health of university teachers in a pandemic: risk factors and ways to overcome them* // *Neurological Bulletin*. 2021. T. 53. P. 23-27.

11. Zadoroltaya I.V., Vlasova V.N. *The use of digital technologies in the educational space of higher educational institutions* // *Bulletin of the University of the Russian Academy of Education*. 2021. No. 2. P. 98-107.

12. Vlasova V.N. *Social health of the Russian population in the context of the threat of dissemination of COVID-19* / *Bulletin of the National Research Institute of Public Health named after N.A. Semashko*. 2021. No. 3. P. 54-59.

13. Karapetyan E.A., Gafiatulina N.Kh., et al. *Cyber socialization as a factor of influence on the social health of student youth in a modern educational environment under the development of a global information society* // *Revista Género e Direito*. 2020. T. 9. № 4. C. 830-845.

14. Fadeeva I.M., Fedoseeva M.V. *Well-being of teachers in society, profession, university* // *Monitoring of public opinion: economic and social changes*. 2015. No. 6. P. 153-163.

15. *The influence of distance learning on the health of teachers, schoolchildren and students* [Electronic resource] <https://profil.mos.ru/med/proekty/vliyanie-distantcionnogo-obucheniya-na-zdorove-uchitelej-shkolnikov-i-studentov.html>

16. Artemieva T.V. *Research of coping strategies of teachers in professional activity* // 2014. №4. P. 79-82.