

Их сургуулийн багш нарын стресс

Д.Солонго¹, Б.Одгэрэл¹, Г.Тайванжаргал¹, Ж.Ариунаа¹, С.Дэлгэрмаа¹, Р.Оргилмаа¹

¹АШУҮИС, Сувилахуйн сургууль

Цахим шуудан: solongo.d@mnums.edu.mn, Утас: 99270730

Түлхүүр үг:

Их сургуулийн
багш
Багшийн стресс
Тойм судалгаа

Товч утга:

Үндэслэл: Багшийн мэргэжил нь стресс ихтэй ажил бөгөөд судалгаагаар ажлын шаардлага өндөр, харин байгууллагын дэмжлэг хангалтгүй үед стресс болон ажлаас халшрах байдал нэмэгддэг болохыг тогтоосон байна. **Зорилго:** Бид их дээд сургуулийн багш нарын стрессийн түвшинг тодорхойлох зорилго тавин судалгаа хийх өмнө тойм судалгаа хийлээ. **Арга, аргачлал:** Бид Pubmed Embase мэдээллийн сангаас англи хэл дээр бичигдсэн судалгааны материалыг оны шалгуур тавилгүй 2025 оны 9 сар хүртэл бичигдсэн судалгааны материалыг “Stress,” “Researchers,” “University professors,” “Academic researchers,” “College,” “Academics,” “Scholars,” “Teachers,” “Professors,” гэсэн нэршлээр хайлаа. **Үр дүн:** Pubmed Embase мэдээллийн сангаас англи хэл дээр бичигдсэн судалгааны материалыг оны шалгуур тавилгүй 2025 оны 9 сар хүртэл бичигдсэн судалгааны материалыг “Stress,” “Researchers,” “University professors,” “Academic researchers,” “College,” “Academics,” “Scholars,” “Teachers,” “Professors,” гэсэн нэршлээр хайсан ба мэдээллийн сангаас хайлтын дүнд 3961 өгүүлэл гарч ирсэн ба гарчигийн хүрээнд уншилт хийж 2944 өгүүлэл хасагдаж 58 өгүүллийг абстрактын хүрээнд уншин бидний судалгааны асуумжинд тохирсон 12 судалгаан анализ хийв. **Дүгнэлт:** Их, дээд сургуулийн багш нарын стресс нь өндөр түвшинд байгааг энэхүү тойм судалгаа харууллаа. Стресс нь ажлын ачаалал, байгууллагын дэмжлэг, гүйцэтгэлийн шаардлага зэрэг олон хүчин зүйлтэй холбоотой бөгөөд энэ нь бие махбодын болон сэтгэлзүйн сөрөг үр дагаварт хүргэж байна. Иймд байгууллагын түвшинд системтэй арга хэмжээ авч, багшийн сайн сайхан байдлыг дэмжих шаардлагатай байна.

Үндэслэл: Их сургуулийн багшийн ажил нь сургалт, судалгаа, өгүүлэл хэвлүүлэх, төсөл хэрэгжүүлэх, оюутны зөвлөгөө өгөх зэрэг олон талт үүргийг зэрэг гүйцэтгэх онцлогтой. Сүүлийн жилүүдэд боловсролын салбарт гүйцэтгэлд суурилсан үнэлгээ, олон улсын индексжүүлсэн сэтгүүлд өгүүлэл нийтлүүлэх шаардлага нэмэгдэж, багш нарт тавигдах шалгуур өндөрсөн. Үүний зэрэгцээ ажлын ачаалал нэмэгдэж, цагийн дарамт үүсэх, ажлын болон хувийн амьдралын тэнцвэр алдагдах хандлага ажиглагдаж байна.¹

Багшийн мэргэжил нь маш их стресстэй бөгөөд энэхүү стресс нь ажлын сэтгэл ханамжийг бууруулах, ажлаас халшрах, ажлын гүйцэтгэлийг муутгахад хүргэдэг.² Стресс нь сэтгэл түгшээсн эсвэл заналхийлсэн үйл явдлуудад үзүүлэх хэвийн хариу үйлдэл бөгөөд архагшсан үед эмгэг болдог.³ Архаг стресс нь өдөр тутмын үйл ажиллагаа, сэтгэл хөдлөлийн тэнцвэрт байдалд саад учруулж, сэтгэлийн түгшүүр, сэтгэл гутрал зэрэг сэтгэцийн бусад өвчин үүсэх эрсдэлт хүчин зүйл болдог.^{2,3} Багшийн удаан хугацааны стресс нь ажлын сэтгэл ханамжтай сөргөөр хамааралтай бөгөөд мэргэжлээ солих хүсэлтэй эерэгээр хамааралтай байдаг байна. Архаг стресс нь зохисгүй

уур хилэн, архи, мансууруулах бодисын хэрэглээ нэмэгдэхэд хүргэдэг бөгөөд энэ нь хувь хүнийг хэт их түгшүүр, сэтгэлзүйн хэт ачаалал, сэтгэл гутралд хүргэж болно.^{4,5}

Орчин үеийн өрсөлдөөнт нийгэмд байгууллагууд ашиг орлого ба тогтвортой байдлын аль алийг нь нэмэгдүүлэх зорилгоор ажилтнуудаасаа хамгийн өндөр гүйцэтгэл шаардах хандлагатай болжээ.⁶ Их дээд сургуулиуд ч энэ хандлагаас ангид бус болохыг судлаачид дурдсан байна.⁷ Сургалтын байгууллагуудын бүтээмжийг хэт идэвхтэйгээр өсгөх бодлого, ялангуяа “Нийтлэл хэвлүүл эсвэл халагд” гэсэн бодлого нь их, дээд сургуулийн багш нарыг ажилтай холбоотой маш их стрессийн байдалд хүргэдэг байна.^{8,9}

Шинжлэх ухаан, технологийн хөгжил нь судалгааны үр дүн дээр тулгуурладаг. Судалгааны ажил нь тухайн салбарын мэдлэгийг баяжуулах, шинэ мэдлэг болон инновацийг нийгэмд түгээх зорилготой. Академик бүтээмжийг улс орны эдийн засгийн өсөлтийн үзүүлэлт гэж үздэг боловч судалгааны үйл ажиллагаа нь санхүүжилт татах, цалин хөлс хангалттай байх зэрэг олон бэрхшээл дагуулдаг.⁵

Багш нарын ажлын стресс (багшлах, судалгааны, удирдлагын) –ийг судалсан судалгааны дүнгээр багшлах, судалгааны, удирдлагын стресс нь амьдралын сэтгэл ханамжыг бууруулдаг бөгөөд үүнд хүргэх үндсэн механизм нь сэтгэлийн хэт ачаалал юм гэдгийг тодорхойлжээ.¹⁰

Бага болон дунд сургуулийн багш нарын стрессийн түвшинг судалсан судалгаанууд нилээдгүй байгаа боловч их сургуулийн, судалгаа хийдэг багш нарын стрессийн түвшинг судалсан судалгаанууд ховор байгаа нь манай тойм судалгаа хийх үндэслэл болсон бөгөөд цаашид манай орны их дээд сургуулийн багш нарын ажлын стрессийг үнэлэх судалгааны суурь болно.

Зорилго: Бид их дээд сургуулийн багш нарын стрессийн түвшинг тодорхойлох зорилго тавин судалгаа хийх өмнө тойм судалгаа хийлээ.

Арга, аргачлал: “Их сургуулийн багш нарын стрессийн түвшин ба стресс үүсгэгч хүчин зүйлс юу вэ?” судалгааны асуулт боловсруулсан ба PECO

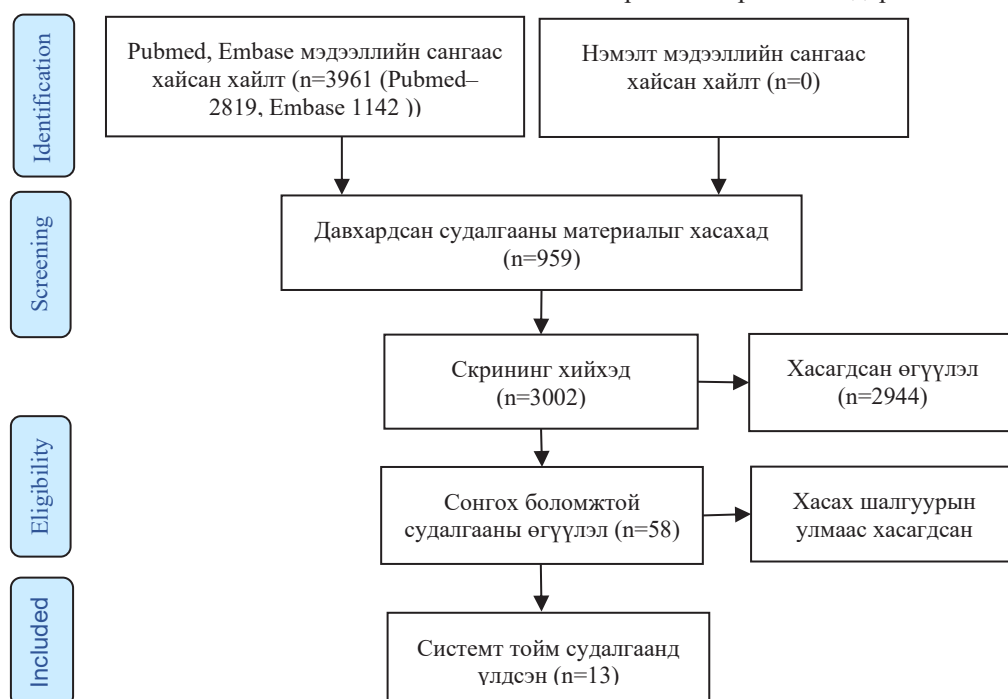
загварт тохируулсан.

Бид Pubmed Embase мэдээллийн сангаас англи хэл дээр бичигдсэн судалгааны материалыг оны шалгуур тавилгүй 2025 оны 9 сар хүртэл бичигдсэн судалгааны материалыг “Stress,” “Researchers,” “University professors,” “Academic researchers,” “College,” “Academics,” “Scholars,” “Teachers,” “Professors,” гэсэн нэршлээр хайлаа.

Мэдээллийн сангаас хайлтын дүнд 3961 өгүүлэл гарч ирсэн ба гарчигийн хүрээнд уншилт хийж 2944 өгүүлэл хасагдаж 58 өгүүлийг абстрактын хүрээнд уншин бидний судалгааны асуумжинд тохирсон 12 судалгаан анализ хийв. (Зураг 1) Судалгаанд оруулах ба хасах шалгуурыг дараах байдлаар тодорхойлов.

Оруулах шалгуур:

- Бүрэн эхээр нийтлэгдсэн, нээлттэй хандалттай, шинжлэх ухааны өгүүллүүд
- Англи хэл дээр бичигдсэн байх
- Судалгааны оролцогчид нь их сургуулийн багш нар байх
- Стрессийн түвшинг тодорхойлсон байх



Зураг 1. Судалгааны ажлын бүдүүвч (flow diagram)

Хасах шалгуур:

- Хураангуй
- Хурлын материал
- Илтгэл
- Тойм өгүүллэг, системт тойм өгүүллэг, мета-анализ
- Давхардсан судалгаа
- Үр дүн бүрэн бус өгүүлэл
- Төлбөртэй өгүүлэл
- Ковид-19 халдварын үед стрессийн түвшинг судалсан судалгаа
- Ерөнхий боловсролын багш нарын стрессийн түвшинг тодорхойлсон судалгаа

Хоёр судлаач (Б.О, С.Д) нар тус тусдаа судалгааг уншиж сонгосон ба санал зөрөлдсөн

тохиолдолд 3-гч судлаачтай (Р.О) зөвлөлдөн шийдсэн. Судалгаа бүрээс хэвлэгдсэн он, судалгаа хийсэн улс, судалгаанд оролцогчийн мэдээлэл, стрессийн түвшин тодорхойлсон аргачлал, оролцогчдын стрессийн түвшин, стрессорын мэдээллийг түүвэрлэн авсан.

Үр дүн: Судалгаанд нийт 8 орны 2656 багш судлаачыг хамруулан стрессийг тодорхойлох Маслах Жаксоны арга, SF 36, сэтгэлзүйн болон сэтгэл ханамжын асуумж, ажлын стрессийн үнэлгээ, Карасекийн асуумж, K10, WRS, SISQ, WSQ, багшлах, судалгааны, удирдлагын стресс үнэлэх, шүлсэнд кортизолын хэмжээ тодорхойлох зэрэг аргуудаар тодорхойлсон байна. (Хүснэгт 1)

Хүснэгт 1. Судалгаануудын ерөнхий шинж болон стресс тодорхойлсон аргууд

Зохиогч	Он	Судалгаа хийгдсэн улс	Оролцогчид	Стрессийг тодорхойлсон хэмжүүр
Ирене нар ¹¹	1991	Нидерланд	Их сургуулийн 65 багш	Шүлсэнд кортизолын хэмжээ
Магана нар.	2008	Мексик	137 судлаач багш	Маслах, Жаксоны асуумж
Саура нар	2009	Испани	Их сургуулийн 26 багш	SF 36
Рожас нар	2011	Мексик Венесуэл, Аргентин	32 эмэгтэй судлаач багш	Сэтгэлзүйн болон ажлын сэтгэл ханамжийн асуумж
Нур нар ¹²	2012	Малайз	Их сургуулийн 61 багш	Ажлын стрессийн үнэлгээ
Палациос нар	2017	Мексик	Их сургуулийн 248 багш	Караскийн асуумж
Вэнжүн Ли ¹³	2018	БНХАУ	Их сургуулийн 603 багш	K10
Очечукву нар ¹⁴	2023	Нигера	Их сургуулийн 283 багш	WRS
Ен Шу нар	2023	БНХАУ	Их сургуулийн 202 залуу багш	Судалгааны стресс, багшлах стресс, удирдлагын стресс
Нтасиоби ¹⁵	2023	Нигери	Их сургуулийн 46 багш	SISQ single item stress questionnaire
Мануэль ¹⁶	2024	Испани	Их сургуулийн 24 багш	Шүлсэнд кортизолын хэмжээ
Бакаре нар ¹⁷	2025	Нигера	Их сургуулийн 424 багш	WSQ

Судалгаанд оролцогчдын 15-20% нь дунд болон өндөр түвшний стресстэй гарсан бол стресст нөлөөлөх хүчил зүйл хувь хүний талаас нас, гэр бүлийн байдал зэргээс илүүтэйгээр ажлын туршлага болон ажлын тогтворгүй байдал илүү нөлөөлж байна.

Байгууллагын талаас нөлөөлж буй хүчин зүйлд үнэлгээний дарамт, урамшуулал бага байх, цалин бага байх, нэг багшид оногдох ажил үүргийн хуваарилалт жигд бус байх зэрэг нь стресс үүсгэх гол хүчин зүйл болж байна. (Хүснэгт 2)

Хүснэгт 2. Багш нарын стрессийн түвшин болон шалтгаан

Зохиогч	Он	Үр дүн	Дүгнэлт
Ирене нар	1991	19% нь стрессийн дунд түвшинтэй	Стресс нь сэтгэлзүйн хэт ачааллаас үүдэлтэй
Магана нар.	2008	Шүлсэн дэх кортизолын хэмжээ 12.5 нг/дл байсан	Багш нарын стрессийн түвшин лекц уншихын өмнө их байсан
Саура нар	2009	Үнэлгээний шударга бус байдал стрессийг үүсгэсэн	Ажлын гэрээний хугацаа тодорхойгүй байх нь стресс үүсгэх шалтгаан болно
Рожас нар	2011	Эмэгтэй судлаачид байнгын шахалтад байдаг. 15.4% нь санаа зоволтоос үүдэлтэй нойргүйдэл, 19.2% нь сэтгэл гутралтай, 11.5% нь өөртөө итгэх итгэлгүй болсон	Стресс нь аюулгүй байдал, шударга бус систем, өндөр үүрэг бүхий гэрээг үргэлжлүүлэх эсвэл цуцлах амлалттай холбоотой
Нур нар	2012	Нийт оролцогчдын ажлын стресс 26.2%-д өндөр, 22.9%-д бага гарсан	Хүйс ажлын стресст нөлөөлж байгааг тодорхойлсон.
Палациос нар	2017	19.4% нь өндөр дарамтанд байдаг 12% нь хөнгөн зэргийн стрессийн түвшинтэй байсан.	Ажлын ачаалал их, эргээд сургуулиас өгөх урамшуулал бага
Вэнжүн Ли	2018	54.06% нь дунджаас дээш зэргийн стресстэй байсан.	Стрессийн түвшин нас, цалин, багшлах туршлагатай холбоотой байсан
Учечукву нар	2023	Ажлаас шалтгаалсан стрессийн оноо 117.55 ± 10.53	Ажилласан жил стресстэй эерэг хамааралтай байсан
Нтасиоби нар	2023	Иогийн интервэнц явуулж пре болон пост тест хийсэн.	Интервенцийн дараа стресс мэдэгдэхүйц буурсан
Мануэль	2024	Хяналтын бүлэгт Шүлсэн дэх кортизолын хэмжээ 19.81 нг/дл байсан	GPR интервенц нь нойрны чанарт нөлөөлсөн боловч стрессийн түвшинд нөлөөлөх нь статистик хамааралгүй байсан.
Бакаре нар	2025	Судалгаанд оролцогчдын 80.5% нь ажлаас шалтгаалсан стресстэй байсан.	Ажлаас шалтгаалсан стресст хүйс, гэр бүлийн байдал, ажлын туршлага нөлөөлсөн.

Хэлцэмж: 21-р зууны өвчин гэж стрессийг нэрлэх нь түгээмэл. Энэ нь хүний биед учруулах хор хөнөөлөөс гадна компани, төр засагт тэрбум тэрбум долларын алдагдал авчирч, ажлын чадвар алдалт болон таслалт үүсгэдэг.⁵

Стресс нь өвчин биш бөгөөд хүний тухайн нөхцөл байдлыг даван туулах чадваргүй гэж үзэх

сэтгэлзүйн хариу үйлдэл юм. Гэвч энэ нь эдийн засагт ноцтой хор хөнөөл учруулдаг тул анагаах ухаан, сэтгэл зүй болон байгууллагын түвшинд анхаарал татдаг. Энэ нь стрессийг бууруулах хүчин чармайлт нь нийгмийн болон ажлын баталгааг сайжруулах, байгууллагуудын өрсөлдөөнт дарамт, эсвэл хүмүүсийг хүчгүй, чадваргүй мэт мэдрэхэд хүргэдэг нийгмийн болон хөдөлмөрийн

шаардлагыг бууруулахад чиглээгүй байсантай холбоотой байж болно.¹⁸

Ажлын байран дахь стресс нь хүний эрүүл мэндэд сөргөөр нөлөөлж, сайн сайхан байдлыг доройтуулан, ажлын боломж, цалин орлогыг бууруулж, гэр бүлийн орлогыг муутган, эдийн засагт шууд ба шууд бус өндөр өртөг үүсгэдэг.

Иймд ажлын байран дахь эрүүл мэнд муудвал үйлдвэрлэл, эдийн засгийн хөгжил ч буурна. Сэтгэцийн эрүүл мэндийн асуудлууд нь ажилтны эрүүл мэндэд нөлөөлөхөөс гадна бүтээмж болон эдийн засгийн өсөлтөд сөрөг нөлөө үзүүлдэг.¹⁹

Стрессийн түвшин: Судалгааг нэгтгэж үзэхэд багш нарын ойролцоогоор 20 орчим хувьд өндөр түвшний стресстэй байна. Энэ нь академик орчин дахь ажлын ачаалал, гүйцэтгэлийн дарамт, судалгааны шаардлага нэмэгдэж байгаатай холбоотой гэж үздэг.²⁰ ДЭМБ (2019)-ын тодорхойлсноор ажлын байрны архаг стресс нь зохистой удирдлагагүй үед “burnout” буюу ажлаас халшрах хам шинжид хүргэдэг бөгөөд энэ нь ядаргаа, ажлаас хөндийрөх байдал, ажлын гүйцэтгэл буурах шинжүүдээр илэрдэг.

Magaña Medina (2008) нар стресс ба судлаачдын ажлын ахиц дэвшлийн хооронд хамааралтай²¹ гэж дүгнэсэн бол Saura нар (2011) залуу, судлаачид дунджаас өндөр стресс мэдэрдэг гэж үзжээ.²² Palacios Nava (2017) нарын судалгаагаар ажлын нөхцөл муу байх нь стрессийг нэмэгдүүлж, өвчин үүсэх магадлалыг өсгөдөг болохыг тогтоожээ.²³

Стрессийн гол шалтгаанууд: Судалгаанд багш нарын стрессийн гол шалтгаанууд нь дараах байдлаар тодорхойлогдсон:

- Ажлын ачаалал хэт их байх
- Сургалт, судалгаа, захиргааны үүргийн давхцал
- Цагийн хязгаарлалт ба хугацааны дарамт
- Цалин, урамшууллын хангалтгүй байдал
- Байгууллагын дэмжлэг сул байх
- Ажлын орчны таагүй нөхцөл

Эдгээр хүчин зүйлс нь ажлын шаардлагыг нэмэгдүүлж, харин нөөцийг бууруулснаар стрессийн түвшинг өсгөж байгааг илэрхийлнэ. Энэ нь JD-R (Job Demands-Resources) онолын үндсэн зарчимтай нийцэж байна.^{16,17}

Сэтгэлзүйн болон бие махбодын үр дагавар: Судалгааны үр дүнгээс харахад стресс нь зөвхөн сэтгэлзүйн төдийгүй бие махбодын шинж тэмдгээр илэрч байна. Үүнд:

- Хүзүү, мөр, цээжний өвдөлт
- Толгой өвдөх, ядаргаа
- Анхаарал төвлөрөл буурах
- Шийдвэр гаргах чадвар сулрах
- Асуудал шийдвэрлэх чадвар доройтох

Эдгээр шинж тэмдэг нь урт хугацааны стрессийн үед мэдрэлийн болон булчингийн системд нөлөөлж, ажлын бүтээмжийг бууруулах эрсдэлтэй.^{18,19} ДЭМБ (2019)-ын тайлбарт дурдсанаар, удаан хугацааны стресс нь зөвхөн сэтгэлзүйн эмгэг бус, бие махбодын архаг өвдөлт, ядаргаа үүсгэдэг.

Академик орчны онцлог ба стресс: Их сургуулийн багш нарын стресс нь бусад мэргэжлээс илүү онцлогтой.^{2,20}

Учир нь тэдний ажлын үнэлгээ нь зөвхөн сургалтын чанараар хязгаарлагдахгүй бөгөөд:

- Олон улсын сэтгүүлд өгүүлэл хэвлүүлэх шаардлага
- Судалгааны төсөл хэрэгжүүлэх
- Грант, санхүүжилт татах
- Оюутны үнэлгээ, багшийн гүйцэтгэлийн шалгуур

зэрэг олон үзүүлэлтээр хэмжигддэг. Энэ нь байнгын дарамт үүсгэж, сэтгэлзүйн ядаргааг нэмэгдүүлдэг.¹⁰

Байгууллагын хүчин зүйлс: Судалгааны үр дүнгээс байгууллагын дэмжлэг багш нарын стрессэд чухал нөлөөтэй болох нь ажиглагдсан. Удирдлагын дэмжлэг сул, шийдвэр гаргалт төвлөрсөн, багш нарын оролцоо хангалтгүй байх нь ажлын сэтгэл ханамжийг бууруулдаг.

OECD (2020)-ын судалгаагаар багшийн ажлын орчин, цалин, байгууллагын бодлого нь ажлын стресс болон сэтгэл ханамжид шууд нөлөөлдөг гэж үзсэн. Үүнтэй адил UNESCO (2021)-ын тайланд багшийн сайн сайхан байдал нь боловсролын чанарт шууд нөлөөлдөг болохыг онцолсон.

Зарим судалгаанд багшлах дарамт, удирдлагатай зөрчилтэй байх нь стрессийн гол шалтгаан байсан бөгөөд нөөцийн хомсдол, ажлын баталгаагүй байдал зэрэг нь нөлөөлөөгүй гэжээ.²² Харин өндөр түвшний стрессийн шалтгаан нь ажлын уян хатан бус байдал, санхүүжилтийн дутагдал, ажлын ачаалал, олон үүрэг, янз бүрийн үнэлгээний систем, хариуцлагын түвшин байсан.¹

Дүгнэлт: Их, дээд сургуулийн багш нарын стресс нь өндөр түвшинд байгааг энэхүү тойм судалгаа харууллаа. Стресс нь ажлын ачаалал, байгууллагын дэмжлэг, гүйцэтгэлийн шаардлага зэрэг олон хүчин зүйлтэй холбоотой бөгөөд энэ нь бие махбодын болон сэтгэлзүйн сөрөг үр дагаварт хүргэж байна. Иймд байгууллагын түвшинд системтэй арга хэмжээ авч, багшийн сайн сайхан байдлыг дэмжих шаардлагатай байна.

Ном зүй:

1. Demerouti E, Bakker AB. Job demands-resources theory in times of crises: New propositions. *Organizational Psychology Review*. 2023;13(3):209-236.
2. Agyapong B, Obuobi-Donkor G, Burbach L, Wei Y. Stress, burnout, anxiety and depression among teachers: A scoping review. *International journal of environmental research and public health*. 2022;19(17):10706.
3. Seo J-S, Wei J, Qin L, Kim Y, Yan Z, Greengard P. Cellular and molecular basis for stress-induced depression. *Molecular psychiatry*. 2017;22(10):1440-1447.
4. Covarrubias DH, Avila GAC, Muñoz-Zavaleta DA, et al. Impacto del estrés psicosocial en la salud. *Revista eNeurobiología*. 2017;8(17)
5. Carvajal RFP, Guedea MTD. Stress in university research professors: A systematic review. *Salud mental*. 2021;44(5):249-256.
6. Rana A, Soodan V. Effect of occupational and personal stress on job satisfaction, burnout, and health: A cross-sectional analysis of college teachers in Punjab, India. *Indian journal of occupational and environmental medicine*. 2019;23(3):133-140.
7. Gentry R, Stokes D. Strategies for professors who service the University to earn tenure and promotion. *Research in Higher Education Journal*. 2015;29
8. Miller AN, Taylor SG, Bedeian AG. Publish or perish: Academic

- life as management faculty live it. *Career development international*. 2011;16(5):422-445.
9. Carvalho T, Diogo S. Non-tenured teachers, higher education. *Encyclopedia of international higher education systems and institutions*. Springer; 2018:1-5.
 10. Xu Y, Wang Y. Job stress and university faculty members' life satisfaction: The mediating role of emotional burnout. *Frontiers in Psychology*. 2023;14:1111434.
 11. Houtman IL, Bakker FC. Stress and coping in lecturing, and the stability of responses across practice. *Journal of psychosomatic research*. 1991;35(2-3):323-333.
 12. MY NA, Juliana J. Association between occupational stress and respiratory symptoms among lecturers in Universiti Putra Malaysia. *Global journal of health science*. 2012;4(6):160.
 13. Li W, Kou C. Prevalence and correlates of psychological stress among teachers at a national key comprehensive university in China. *International journal of occupational and environmental health*. 2018;24(1-2):7-16.
 14. Okechukwu FO, Ogbu KT, Nwufu JI, et al. Academic stress and suicidal ideation: moderating roles of coping style and resilience. *BMC psychiatry*. 2022;22(1):546.
 15. Igu NC, Ogbu FN, Eze UN, et al. Effectiveness of cognitive behavioral therapy with yoga in reducing job stress among university lecturers. *Frontiers in Psychology*. 2023;13:950969.
 16. Rodríguez-Aragón M, Barranco-Rodríguez D, de Mora-Martín M, Sánchez-Jorge S, Varillas-Delgado D, Valle-Benítez N. The effects of global postural re-education on sleep quality and stress in university women lecturers: a randomized controlled trial. *Frontiers in Psychiatry*. 2024;14:1321588.
 17. Bakare O, Coker A, Saibu M, Durojaiye T. Work-Related Stress among Academic Staff of a Higher Institution in South-west, Nigeria: A Cross-sectional Study. *West African journal of medicine*. 2025;42(2):90-96.
 18. Turner K, Garvis S. Teacher educator wellbeing, stress and burnout: A scoping review. *Education Sciences*. 2023;13(4):351.
 19. Wettstein A, Schneider S, grosse Holtforth M, La Marca R. Teacher stress: A psychobiological approach to stressful interactions in the classroom. *Frontiers Media SA*; 2021:681258.
 20. Trigueros R, Padilla A, Aguilar-Parra JM, et al. The influence of teachers on motivation and academic stress and their effect on the learning strategies of university students. *International journal of environmental research and public health*. 2020;17(23):9089.
 21. Medina DEM, Escobedo PAS. Síndrome de desgaste emocional en investigadores mexicanos. *Revista Interamericana de Psicología/ Interamerican Journal of Psychology*. 2008;42(2):353-362.
 22. Saura MJ, Simo P, Enache M, Fernández V. Estudio exploratorio de los determinantes de la salud y el estrés laboral del personal docente e investigador universitario laboral en España. *Education Policy Analysis Archives/Archivos Analíticos de Políticas Educativas*. 2011;19:1-25.
 23. Palacios Nava ME, Montes de Oca Zavala V. Condiciones de trabajo y estrés en académicos universitarios. *Ciencia & trabajo*. 2017;19(58):49-53.

Stress among university faculty members

Solongo D¹, Odgerel B¹, Taivanjargal G¹, Ariunaa J¹, Delgermaa S¹, Orgilmaa R¹

¹MNUMS, Nursing School

E-mail: solongo.d@mnums.edu.mn, Tel: +976-99270730

Abstract:

Background: Teaching is a profession associated with high levels of stress. Research has shown that when job demands are high while organizational support is insufficient, levels of stress and burnout increase.

Aim: Prior to conducting our study aimed at determining the stress levels among university faculty members, we performed a literature review.

Materials and Methods: We conducted a literature search using the PubMed and Embase databases for studies published in English without restriction on publication year, including all relevant articles available up to September 2025. The search strategy included the following keywords: “stress,” “researchers,” “university professors,” “academic researchers,” “college,” “academics,” “scholars,” “teachers,” and “professors.”

Results: We searched for English-language publications in the PubMed and Embase databases without year restrictions, including studies published up to September 2025. The search was conducted using the following mesh terms: “stress,” “researchers,” “university professors,” “academic researchers,” “college,” “academics,” “scholars,” “teachers,” and “professors.” A total of 3,961 articles were identified from the database search. After screening titles, 2,944 articles were excluded. Subsequently, 58 articles were reviewed based on their abstracts, and 12 studies that were relevant to our research objectives and questionnaire were selected for analysis.

Conclusion: This review study demonstrated that stress levels among university and college faculty members are high. Stress is associated with multiple factors, including workload, organizational support, and performance demands, leading to negative physical and psychological consequences. Therefore, it is necessary to implement systematic institutional-level interventions to support the well-being of faculty members.

Keywords: University lecturer, Faculty stress, Literature review