

вовлечение граждан в процесс принятия решений. Это позволит упростить административные процедуры и повысить уровень прозрачности.

5. Необходимость комплексного подхода: Эффективное управление ресурсами требует комплексного подхода, сочетающего различные стратегии и инструменты, направленные на устранение существующих проблем и достижение устойчивого развития регионов.

В целом, административный контроль, при правильном применении и модернизации, может стать мощным механизмом для достижения экономической стабильности и улучшения жизненных условий населения.

Литература

1. Щербакова Н.В. Основы контрольно-надзорной деятельности: учебное пособие. Министерство науки и высшего образования Российской Федерации, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования "Поволжский государственный технологический университет". – Йошкар-Ола: Поволжский гос. технологический ун-т, 2018. – 134 с. – [Электронный ресурс]. – URL: <https://search.rsl.ru/ru/record/01009836518> (дата обращения: 18.11.2024).

УДК 159.9

АНАЛИЗ СОВРЕМЕННЫХ АВТОМАТИЗИРОВАННЫХ МЕТОДИК ДЛЯ ОЦЕНКИ СТРЕССОВ В ОРГАНИЗАЦИИ

Е.Л. Бенько,

г. Геническ, Россия

ФГБОУ ВО Херсонской области «ХТУ»

Научный руководитель:

О.В. Севастьянова

доцент кафедры управления персоналом

г. Геническ, Россия

ФГБОУ ВО Херсонской области «ХТУ»

В статье рассмотрены современные подходы к оценке стресса в организации. Особое место в работе отведено компьютерным программам психологического тестирования, так как они позволяют с быстрой скоростью диагностировать уровень развития стресса у персонала.

Ключевые слова: стресс, методы анализа стресса, персонала, организация

ANALYSIS OF MODERN AUTOMATED TECHNIQUES FOR STRESS ASSESSMENT IN AN ORGANIZATION

E.L. Benko,

Genichesk, Russia

Kherson Technical University

Scientific supervisor:

O.V. Sevastyanova

Associate Professor of the Department of Personnel Management, Genichesk, Russia

Kherson Technical University

The article discusses modern approaches to assessing stress in an organization. A special place in the work is given to computer programs of psychological testing, as they allow you to quickly diagnose the level of stress development among staff

Keywords: stress, stress analysis methods, personnel, organization.

Стресс – это реакция организма, которая может быть вызвана любыми изменениями. Степень воздействия стресса на человека не всегда возможно оценить в полной мере, вследствие этого он может быть как стимулирующим, так и разрушительным. В рабочей среде стресс может проявляться в форме усталости, подавленного состояния, в крайнем случае, болезни. Все это является результатом давления со стороны руководства, конфликтным ситуациям или чрезмерной рабочей нагрузки. Стресс, не получающий разрешения, может привести к снижению мотивации, увеличению ошибок в работе. Согласно исследованиям, стресс на рабочем месте является одной из главных причин долгосрочного отсутствия на работе.

По мнению Г. Селье: «стресс – это неспецифический ответ организма человека на различные предъявляемые ему требования. Неспецифический ответ организма – это не что иное, как общий отклик организма, который собирается из более мелких отдельных компонентов, которое и вызывает воздействие специфического характера» [2].

Теория эмоционального стресса Р. Лазаруса провела разделение физиологического и эмоционального стресса. «Эмоциональный стресс выступает как ответ организма на внутренние и внешние процессы, при котором физиологические и психологические способности напрягаются до уровней, близких к пределу или их превышающих. В рамках данной теории различия между физиологическим и эмоциональным стрессом объясняются непосредственным воздействием неблагоприятных факторов на организм при физиологическом стрессе и опосредованным (через включение отношения человека к ситуации) неблагоприятным воздействием при эмоциональном стрессе» [1, с. 7].

В настоящее время применяется комплекс методов для измерения уровня стрессовых состояний, особый интерес приобретают компьютерные программы психологического тестирования, так как они позволяют с быстрой скоростью диагностировать уровень развития стресса у персонала.

Чтобы классифицировать современные автоматизированные методы для оценки стресса была составлена нами была составлена таблица 1.

Таблица 1. Компьютерные программы психологического тестирования стресса

Наименование методики	Автор / разработчик
Система интегрального мониторинга «Симона 111» [3]	ООО "ОКУЛЮС 2000", г. Москва
HR-платформа «"АНТИСТРЕСС» iCognito [4]	ООО "АЙКОГНИТО"
«Стресс Аудит» мониторинг персонала и социально-психологических явлений в организациях [5]	Пряхина Марина Васильевна

Рассмотрим данные программы:

1. Система интегрального мониторинга «Симона 111» разработана российскими учёными и программистами. Основные диагностические компоненты: электрокардиограф, пульсоксиметр, измеритель артериального давления, реокардиограф, электроэнцефалограф, термометр.

Результаты диагностики отчёт включает данные о состоянии сердечно-сосудистой системы, размере сердца, объёме крови, густоте крови, насыщении кислородом, интегральный баланс показывает уровень функционирования сердечно-легочной системы, индекс стрессоустойчивости показывает способность организма переносить стрессовые нагрузки. С её помощью оценивают уровень здоровья сердечно-сосудистой системы, выявляют тенденции нарушения её работы на ранних стадиях до появления симптомов, в том числе уровень стресса. В спецслужбах система может применяться для отбора в спецподразделения, ранней диагностики переутомления и скрытых патологий.

2. В «Антистресс» iCognito применяются методы когнитивно-поведенческой терапии. Антистресс ориентируются на всевозможные вопросы, например представлены программы по преодолению депрессии «Анти-депрессия» iCognito, по улучшению отношений в паре – iCognito «Отношения». «Антистресс» iCognito включает ключевые элементы психологической поддержки сотрудников от выгорания, мониторинг и аналитику стресса для работодателя, консалтинг по управлению стрессом.

Общение проходит через чат-бот, который предоставляет клиентам задания из когнитивно-поведенческой терапии. В приложении имеется дневник мыслей и дневник благодарности, можно прослушать аудиокурсы. Программа доступна как для самостоятельного использования, а так е можно проходить с психотерапевтом. На данный момент – это единственная русскоязычная программа компьютерной психотерапии с основными результатами, прошедшая научные исследования эффективности.

3. «Стресс Аудит» мониторинг персонала и социально-психологических явлений в организациях

Программа позволяет проводить в организации исследования, направленные на изучение организационной среды, бизнес-процессов, социально-психологических явлений, оценку руководящего состава и персонала. Программа включает различные способы сбора информации, статистическую обработку и наглядное представление полученных в ходе исследования данных (графики, гистограммы, таблицы, заключения). С помощью данной программы социально-психологические исследования в организации могут проводиться с сохранением персональных данных либо анонимно в режиме «онлайн», с использованием локальной сети или с помощью носителей.

Программа оснащена конструктором, который разрешает автономно производить методики под цели и задачи предприятия. Трехуровневая система предприятий позволяет программе получить данные с федерального (центрального), регионального территориального, уровня предприятия.

Таким образом, регулярный мониторинг уровня стресса позволяет своевременно выявлять проблемные области и предотвращать возможные отрицательные последствия для сотрудников и организации в целом. Компьютерные программы психологического тестирования – это действенный инструмент в руках специалистов, который позволяет не только оценить уровень стресса, но и определить его источники и разработать эффективные стратегии управления стрессом.

Литература

1. Ковальчук М. А. Синдром эмоционального выгорания в социальных профессиях и способы его профилактики. Ярославль: Ярославская ГСХА, 2017. 128 с. – URL: <https://e.lanbook.com/book/131307> (Дата обращения: 18.11.2024).

2. Мошкова И. Н., Малов С. Л. Психология производственного обучения. – Москва: Высшая школа, 1990. – 206 с.

3. Система интегрального мониторинга «Симона 111» <https://symona.ru/produktsiya/sistema-integralnogo-monitoringa-symona-111/> (Дата обращения: 18.11.2024).

4. HR-платформа "АНТИСТРЕСС" iCognito – URL: <https://icognito.app/business?ysclid=m3vynw3u6v46278948> (Дата обращения: 18.11.2024).

5. Well-being & Stress Survey (WSS) – URL: <https://mariavegesh.com/stressaudit> (Дата обращения: 18.11.2024).