

Аннотация

Тема выпускной квалификационной работы: «Психопрофилактика стрессовых состояний у персонала организации».

Автор ВКР: Колодко Наталья Сергеевна, студентка факультета психологии Института человековедения ФГБОУ ВПО «Пятигорский государственный лингвистический университет»

Научный руководитель ВКР: кандидат психологических наук, доцент кафедры психологии личности и профессиональной деятельности И.А. Колинченко.

Сведения об организации-заказчике: ФГБОУ ВПО «ПГЛУ»

Актуальность темы исследования обусловлена необходимостью научного изучения проблемы выявления условий психопрофилактики стрессовых состояний у персонала организации с целью оптимизации эмоционального благополучия сотрудников. В течение последних двадцати лет отмечается растущий интерес к исследованиям в области профессионального стресса. Развитие стресса на рабочем месте выделено как важная научная проблема в связи с его влиянием на работоспособность, производительность и качество труда, состояние здоровья. Профессиональный стресс - особое функциональное состояние организма человека, связанное с воздействием выраженных нервно-эмоциональных нагрузок, которое характеризуется гиперактивацией или угнетением регуляторных физиологических систем организма, развитием состояния напряжения или утомления, а также, при кумуляции неблагоприятных сдвигов, перенапряжения или переутомления.

Цель работы заключается в выявление стрессоустойчивости и отличительных особенностей возникновения стрессовых состояний у служащих и руководящего персонала организации и их влияние на психическое здоровье.

Задачи:

1. Теоретически обосновать проблему психопрофилактики стрессовых состояний персонала в организации;
2. Охарактеризовать стресс, стрессовые состояния в работах отечественных и зарубежных психологов;
3. Выявить и обосновать внешние и внутренние детерминанты возникновения и проявления стрессовых состояний у персонала в организации;
4. Дифференцировать психологические формы и методы работы по профилактике и коррекции стрессовых состояний персонала организации;
5. Определить силу и частоту влияния стрессовых ситуаций на представителей служащего и управленческого звена организации;
6. Разработать и апробировать программу психопрофилактики профессионального стресса персонала.

Теоретическая и практическая значимость исследования

Теоретическая значимость заключается в выявлении отличительных особенностей возникновения стрессовых состояний у служащих и руководящего персонала организации и их связи с психическим здоровьем.

Практическая значимость заключается в том, что результаты исследования могут быть использованы в практике профессиональной диагностики для оценки надежности и сохранности здоровья персонала организаций, а также для определения основных стресс-факторов производственной среды.

Результаты исследования:

1. Выяснено, что в деятельности управленческого и служащего персонала организации число стрессоров велико и различается по своему содержанию и специфике.

2. Выделены основные стрессоры в управленческой деятельности такие как: факторы информационной нагрузки, информационной неопределенности, ответственности, фактор дефицита времени, межличностных конфликтов, факторы внутриличностных конфликтов, фактор полифокусности управленческой деятельности.

3. Установлено, что у служащего персонала организации факторы эмоциональной напряженности действуют совместно с факторами, обусловленными высокой трудоемкостью всякого рода деятельности, и поэтому усугубляются ими. Фактор стрессоустойчивости обусловлен стажем работы сотрудников как управленческого звена, так и служащих и динамика изменений в зависимости от стажа имеет противоположную направленность в исследованных группах сотрудников. Эмоциональная устойчивость значимо возрастает в зависимости от управленческого стажа, что связано с увеличением профессиональной компетентности и с общей адаптацией к постоянным стрессовым факторам.

4. Результаты эмпирического исследования показали необходимость разработки интерактивного курса, направленного на формирование у участников тренинга знаний и умений по управлению собственной жизнедеятельностью, по самостоятельной регуляции собственным организмом и обучению способам повышения стрессоустойчивости и быстрого снятия напряжения как основы психопрофилактики стрессовых состояний у персонала организации.