

# Оценка устойчивости руководителя ООО "Орбита" к стрессогенным факторам

Дорогань Наталия  
ПС 3-17-01





**Цель исследования** - оценка устойчивости руководителя к стрессогенным факторам и разработка рекомендаций для повышения эффективности трудовой деятельности.

**Объект исследования** - устойчивость руководителя к стрессогенным факторам.

**Предмет исследования** - стрессогенные факторы руководителя.



## Задачи исследования:

1. Проанализировать научную литературу по теме “стресс”.
2. Подобрать диагностический материал для исследования.
3. Провести эмпирическое исследование.
4. Обработать результаты исследования.
5. Сформулировать выводы и рекомендации.



Методы, применявшиеся в исследовании:

1. Теоретический, в виде анализа литературы по заданной проблеме;
2. Экспресс-диагностика стрессогенных факторов в деятельности руководителя (И.Д. Ладанов, В.А. Уразаева).



Экспериментальная база: руководитель компании ООО  
“Орбита”.



# Основные понятия

**Стресс** - состояние человека, на которого воздействуют любые факторы внешней и внутренней среды, которые вызывают ответную реакцию организма

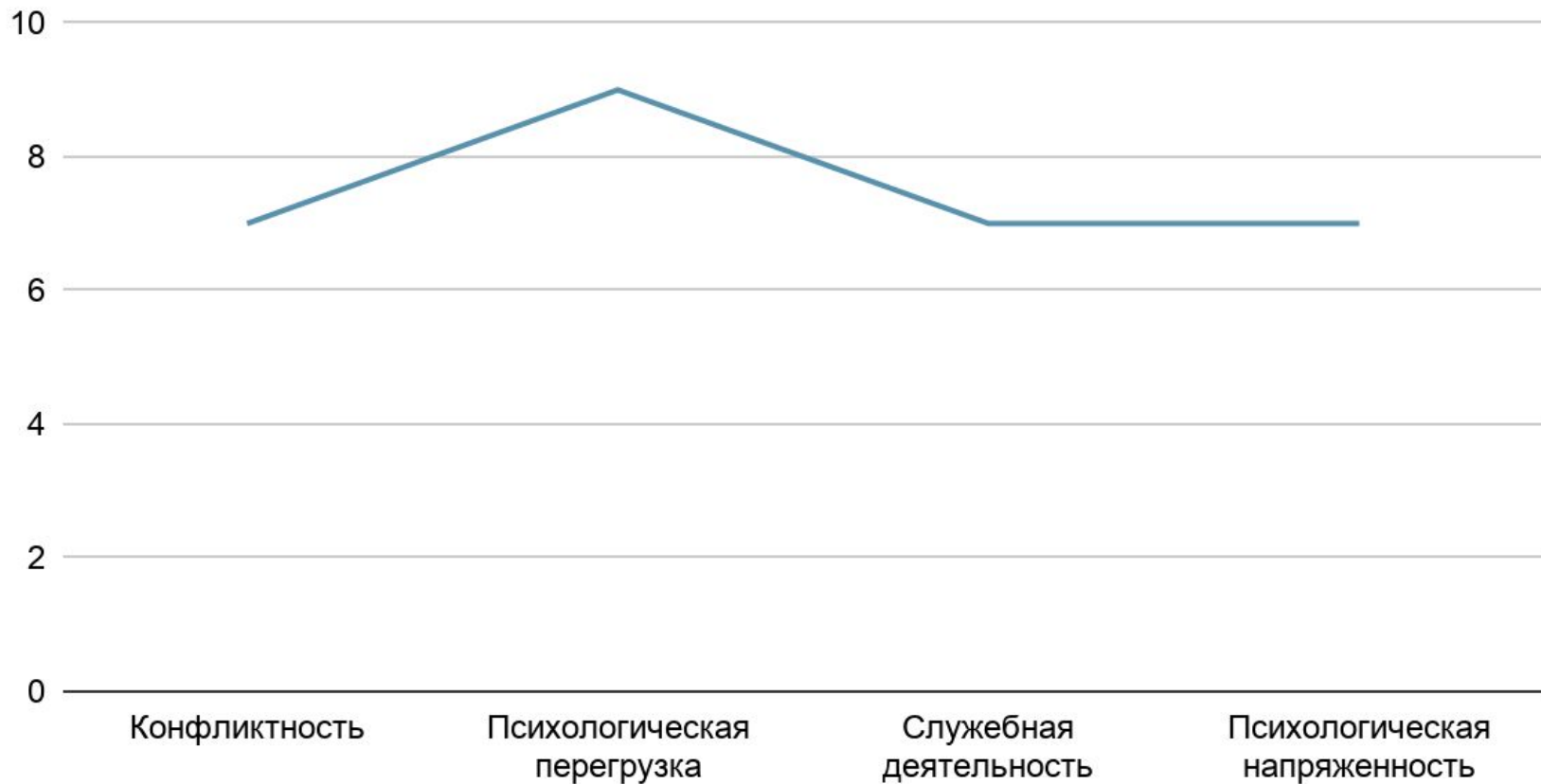
**Стрессогенный фактор** - патологический или экстремальный раздражитель, а также существенное по продолжительности и силе чрезвычайное воздействие, которое вызывает стресс, соответственно.



## Результаты по экспресс-диагностике стрессогенных факторов в деятельности руководителя (И.Д. Ладанов, В.А. Уразаева)

Конфликтность	7
Психологическая перегрузка	9
Служебная деятельность	7
Психологическая напряженность	7

# Диаграмма







После полученных результатов можно судить о том, что руководитель не испытывает сильного дискомфорта от потенциальных стрессогенных факторов, по его результатам можно сказать, что у него нет рисков эффективности трудовой деятельности. Можно сделать предположение об эффективной организации своей деятельности руководителем.



## Рекомендации

- Для поддержания низкого уровня конфликтности рекомендуется провести профилактическое обучения эффективному деловому взаимодействию.
- Провести обучение персонала по тайм-менеджменту с целью оптимизации использования рабочего времени, распределения трудовых нагрузок, для того чтобы уровень психологической перегрузки не превышал средний уровень.



# Рекомендации

- Для предотвращения возможных конфликтов с вышестоящим руководством, возможно проведение мероприятий по сплочению рабочего коллектива.
- Чтобы предупредить потенциальной напряженности, провести психодиагностику, направленную на исследование коммуникации в коллективе, стиля управления. Возможно развитие коммуникации и организационной культуры.
- Проведение ряда тренинговых программ, направленных на развитие коммуникативных навыков, а также обучение техникам снятия эмоционального напряжения.

The image features a solid orange background. In the top-left corner, there are three vertical bars of varying heights, each composed of several overlapping semi-transparent circles. In the bottom-right corner, there are four vertical bars of increasing height from left to right, also composed of overlapping semi-transparent circles.

**спасибо за внимание!**