

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ТАВРІЙСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ АГРОТЕХНОЛОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ ДМИТРА МОТОРНОГО
РАДА МОЛОДИХ УЧЕНИХ ТА СТУДЕНТІВ**



**МАТЕРІАЛИ
ВСЕУКРАЇНСЬКОЇ НАУКОВО-ТЕХНІЧНОЇ КОНФЕРЕНЦІЇ
МАГІСТРАНТІВ І СТУДЕНТІВ**

**За підсумками наукових досліджень 2020 року
ФАКУЛЬТЕТ ЕКОНОМІКИ ТА БІЗНЕСУ**



Мелітополь 2020

Новости», 2000. – 256 с.

2. Гудзинський О.Д., Кірейцев Г.Г., Савчук В.К. Економічна теорія та реалізація її положень в механізмах розвитку АПК // Економічна теорія. – 2005. – № 2. – С. 80-95.

3. Нестеренко С.А. Розвиток нових форм господарювання // Вісник аграрної науки Причорномор'я МДАУ м. Миколаїв Спеціальний випуск 2 (26), том 1, –2004.– 360с. С.216-220

4. Портер М. Международная конкуренция / Пер. с англ. В.Д. Щетинина.- М.: Международные отношения, 1993. – 896 с.

5. Necterenko S. Managing Competitiveness of the Enterprise: Theoretical Methodological Aspect https://www.springer.com/gp/myspringer/chapters?wt_mc=Internal.Event.1.SEM.ChapterAuthorCongrat

СТРЕС-МЕНЕДЖМЕНТ НА ПІДПРИЄМСТВІ: ВИДИ ТА МЕТОДИ БОРОТЬБИ З НИМ

Комарової К.О,

Таврійський державний агротехнологічний університет імені Дмитра Моторного

Стрес-менеджмент є досить новим напрямком, оскільки вплив психологічних факторів на роботу людини визнали лише у минулому столітті і тільки в останні десятиліття розпочалися ґрунтовні напрацювання з цього питання.

Слово «стрес» в суспільних науках вперше ввів Ганс Сельє у 1946 році, яке він визначав як сукупність стереотипних, філогенетично запрограмованих неспецифічних реакцій організму, які первинно готують до фізичної активності, тобто до опору, боротьби або втечі [1].

Поняття стрес-менеджмент з'явилося на Заході та розглядається як комплекс заходів по запобіганню стресу та реабілітації людини після його появи. Звичайно, стрес-менеджмент не в змозі вплинути на фізичні стрес-фактори, проте впливати на перебіг стресу він може і повинен незалежно від природи стрес-фактору. [2]

Стрес можна розглядати з різних точок зору, та класифікувати його за різними ознаками [2]:

- За місцем виникнення: стрес на виробництві; стрес у системі управління; стрес поза організаційний.
- За характером емоцій: позитивний; негативний;
- За складом учасників: груповий; міжособистісний;
- За джерелом походження: особистий; робочий; суспільний;
- За характером впливу: матеріальний; духовний.

Для організації стрес-фактори можуть виникати у внутрішньому та зовнішньому середовищі. Серед внутрішніх факторів виділяють: соціальні, психологічні, компетентнісні, управлінські, ресурсних обмежень. До факторів зовнішнього середовища відносять ринкові, партнерські, іміджево-брендові, адміністративно-бюрократичні, нормативно-правові, політичні, науково-технічні, соціальні, військові та міжнародні. [1]

Для того щоб підприємство функціонувало ефективно усіма цими стресами потрібно управляти, спрямовувати їх у корисне русло. Управління стресами - це процес цілеспрямованої дії на персонал організації в цілях адаптації особи до стресової ситуації, усунення джерел стресу і опанування методами їх нейтралізації.

Також стрес-менеджмент можна визначити як процес управління стресом, якій включає три головних напрямки: профілактику стресогенних факторів, зменшення напруження від неминучих стресорів та організацію системи подолання їх негативних наслідків [3]

Створення системи стрес-менеджменту в організації дає такі переваги:

- посилення стресостійкості підприємства;

- можливість передбачення істотних відхилень та їх усунення ще до того як вони спричинять негативний вплив на працівників;
- усунення стрес-факторів з найменшими витратами;
- використання чинників та умов критичних небажаних відхилень для подальшого організаційного розвитку;
- формування готовності персоналу до роботи в стресових умовах;
- формування управлінської готовності до песимістичних сценаріїв розвитку [4]

Щоб навчитись вміло управляти стресом керівники можуть використати деякі з наведених способів:

- розробити систему пріоритетів в своїй роботі (важливою умовою успішного керівництва є правильне визначення терміновості, та якості роботи, яка повинна бути виконана);
- навчитись говорити «ні», коли досягнута межа напруги, після якої неможливо брати додаткове навантаження;

Одним з простих способів зменшення стресу є звичайне фізичне навантаження. Зі щоденними навантаженнями дуже допомагає зміна положення, зміна роду роботи. Варто робити перерви при виконанні розумової роботи, наприклад піти на прогулянку [5].

Отже, стреси можуть формуватися не лише на рівні конкретного індивідуума, але і на рівні групи, що викликає необхідність розвитку стрес-менеджменту як механізму запобігання небажаними відхиленнями у діяльності організації.

Створення системи стрес-менеджменту на підприємстві дозволить йому бути стресостійким до впливу зовнішніх та внутрішніх стресових факторів, вміти їх передбачати та усувати з найменшими витратами. Розроблена система стрес-менеджменту має бути основним чином направлена не на усунення наслідків стресу, а на мінімізацію стрес-факторів, які виникають в роботі підприємства.

Список використаних джерел

1. Кузьмін О. Є. Стреси як об'єкт менеджменту: сутність, класифікація та фактори формування / О. Є. Кузьмін, М. Ф. Гончар // Бізнес Інформ. - 2017. - № 3. - С. 413-418. - Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/binf_2017_3_66.
2. Валентин Лученко Стрес-менеджмент.- [Електронний ресурс].: Режим доступу: <http://luchenko.com>.
3. Драган О. І. Формування системи стрес-менеджменту на підприємствах м'ясопереробної галузі / О. І. Драган // Наукові праці Національного університету харчових технологій. - 2018. - Т. 24, № 1. - С. 101-106. - Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Npukht_2018_24_1_14.
4. Кузьмін О. Є. Стреси як об'єкт менеджменту: сутність, класифікація та фактори формування / О. Є. Кузьмін, М. Ф. Гончар // Бізнес Інформ. – 2017. – № 3. – С. 413 – 418.
5. Рудьєв В. А. Менеджмент : навч. посіб. / В. А. Рудьєв, С. О. Гуткевич. – К. :Центр учбової літератури, 2011. – 312 с.

Науковий керівник: *Шевчук О.Ю., к.е.н., доцент кафедри Менеджменту, Таврійський державний агротехнологічний університет імені Дмитра Моторного*