

Секция «HR в государственном управлении и администрировании: управление персоналом или высоко квалифицированными специалистами (кадрами)?»

Управление персоналом с симптомами информационного выгорания на предприятиях

Научный руководитель – Никитова Светлана Геннадьевна

Splender Vladislav Viktorovich

Студент (специалист)

Военный университет Министерства обороны РФ, Военно-психологический, Психологии,
Москва, Россия

E-mail: gorenech4@gmail.com

Современные предприятия внедряют в себя огромные массивы данных и новые появляющиеся технологии, которые необходимо осваивать и обрабатывать. Поэтому быстрый темп развития технологий в промышленности требует более компетентных специалистов, владеющих навыками борьбы с информационным стрессом и соответственно быстро осваивать новую информацию. Развитие порождает совершенно новые условия для сотрудника, к которым ему необходимо адаптироваться. Новые условия образуют дискомфорт и ситуацию, вызывающую внутреннее напряжение. Это проявляется в постоянном волнении; чувстве незащищенности и неуверенности перед образовавшимися событиями, которые представляются индивиду чаще негативного характера; восприятию себя как непрофессионала. Напряжение мобилизует организм к поиску выхода из угнетающей ситуации путем создания новых умений, качеств, навыков и поведения для обеспечения возможности оптимального функционирования в новых сложившихся условиях. Поэтому на технологично развитых и работающих с информацией предприятиях требуется развитие адаптивных навыков у сотрудников и обучение разборчивому отношению к информации в целях повышения знаний о ней и выработке умений по определению нужной и важной информации для сотрудника. Для решения этой проблемы требуется рассмотреть современное состояние информации, ее содержание, средства ее передачи, а, главное, объем; для этого изучается восприятие, внимание и память человека. В качестве процессов рассматриваются вопросы общей адаптации, процессы распределения человеком внимания, и способность запоминать информацию. Информация играет важнейшую роль в жизни человека, она является источником знаний. Информация имеет различные виды и варианты. Для человеческого восприятия важна сложность и объем информации. Сложность требует огромных усилий для ее осмысления и понимания, а объем требует многоуровневое запоминание. Если эти факторы будут превышать норму восприятия (нормой является 7 единиц информации за раз; в целом количество единиц зависит от личностных и психофизиологических особенностей индивида), то у индивида начнут проявляться симптомы информационного выгорания. Информационное выгорание - совокупность негативных переживаний, возникших из-за невозможности правильно воспринять и дифференцировать информацию, которая вызывает эмоциональные перегрузки. Проблема информационного выгорания в настоящее время становится актуальной. Это связано с внедрением в обыденную жизнь человека множества источников и разноплановой информации с содержанием, различной степени сложности освоения. Такая информация становится постоянной и, следовательно, постоянный поток входящей информации действует на человека деструктивно и истощает его жизненную энергию, как физическую, так и психологическую. Существуют некоторые факторы, способствующие появлению и развитию информационного выгорания - это недостаточный профессионализм; рутинная работа; большой объем рабочей

информации, требующей много сил на обработку; психофизиологические задатки; особенности выполняемой работы; социально-психологические качества; обеспечение внутри организации организационно-психологической и организационно-административной работ. Деструктивное воздействие выгорания является причиной различных заболеваний психосоматического и социально-психологического характера, так же проявляется в различных сферах жизнедеятельности: физическом, социальном, поведении, эмоциональном и интеллектуальном. Симптоматика информационного выгорания схожа с эмоциональным выгоранием, за исключением некоторых: неудовлетворенность своей работой; прогноз профессионального будущего негативный; плохое отношение к окружающим, как к коллегам, так и в семье и обществе; деперсонализации; ухудшение качества жизни; неврозы и психосоматические заболевания, вплоть до суицида. Из психофизиологических болезней чаще встречаются частые и продолжительные, такие как: бессонница, головные боли, гастрит, гипертония, аритмия, хроническая усталость, рассеянное внимание, депрессия (включая хроническую), неспособность осмысливать и воспринимать информацию, частые забывания, потеря памяти, гипермнезия, постоянные конфабуляции, гипостезия, гиперостезия, дереализация, расстройство сенсорного синтеза, различные виды иллюзий, умеренные когнитивные расстройства. При развитии симптомов, индивидом становится сложнее управлять и ставить цели, он становится не работоспособным. В целях предупреждения и лечения информационного выгорания требуется создать на каждом предприятии подразделение с сотрудниками, занимающимися данной проблемой. Специалисты должны обладать навыками психолога, социального работника или психотерапевта. Их функцией и обязанностями будут являться обеспечение адаптации сотрудников к новой информации и профилактика, предупреждение и борьба с уже имеющимися симптомами информационного выгорания у сотрудников. В область работ входят разработка соответствующих мероприятий; обеспечение психологического взаимодействия и помощи; выявление и анализ сотрудников с симптомами раннего выгорания, так же поиск слабо адаптивного персонала; персонала, чья работа связана с постоянным анализом информации. Обязанностями являются отбор кадров на предприятие с учетом личностно-ориентированных и психологических тестов и опросников; четкий контроль и организация рабочего времени; регулирование объема работы; разработка графика отдыха для восстановления умственных сил; осуществление тесного взаимодействия с коллективом. Информация продолжает увеличиваться в объеме и усложняется, сегодня приходится тратить больше сил на осмысление информации. Поэтому задачей преподавателей на сегодняшний момент должно являться обучение молодых специалистов в области психологии и социологии навыкам управления и лечения информационного выгорания. Иначе разрыв между поколениями будет нарастать из-за того, что информацию просто будет сложно освоить, а догнать нарастающий провал в знаниях будет уже просто трудно осознать, если уже пропущена хотя бы одна ступень между старым и новым знанием. Ведь знание, это прежде всего четко сложившаяся и дифференцированная система полученной информации.

Источники и литература

- 1) В.Ю. Слабинский "Основы психотерапии", СПб. Наука и Техника, 2008 - 464 с.
- 2) Багрий М.А. Сравнительный анализ проявлений профессионального стресса у врачей разных специализаций // Вестник Московского университета. Сер. 14. Психология. 2005. №1. С.71.
- 3) Боровикова С.А. Психологическое обеспечение профессиональной деятельности. - М.: Просвещение, 2004. - 151с.
- 4) Винокур В.А. Клинико-психологические характеристики синдрома профессионального «выгорания» у врачей // Врачебные ведомости. 2004. № 1. С. 73-75.

- 5) Водопьянова Н.Е. Синдром выгорания: диагностика и профилактика. - СПб: Питер, 2005. - 421с.
- 6) 6. Полякова О.Н. Стресс: причины, последствия, преодоление. - СПб: Речь, 2008. - 144с.