

<http://www.bulletennauki.com>

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ НАУКИ/ PSYCHOLOGICAL SCIENCES

---

УДК 159.9: 331.101.3

**ИССЛЕДОВАНИЕ ОСОБЕННОСТЕЙ ВЛИЯНИЯ ОРГАНИЗАЦИОННЫХ  
ФАКТОРОВ НА ФОРМИРОВАНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО СТРЕССА**

**RESEARCH OF FEATURES OF INFLUENCE OF ORGANIZATIONAL  
FACTORS ON FORMATION OF THE PROFESSIONAL STRESS**

©Балакшина Е. В.

канд. психол. наук

Тверской государственной технической университет

г. Тверь, Россия

[balakshina79@mail.ru](mailto:balakshina79@mail.ru)

©Balakshina Ye.

PhD

Tver state technical university

Tver, Russia

[balakshina79@mail.ru](mailto:balakshina79@mail.ru)

*Аннотация.* На современном этапе остро востребовано решение проблемы увеличения эффективности профессиональной деятельности в сфере коммерческого сектора. Усложнение технологических процессов при внедрении современных технических и управленческих технологий, предъявляют достаточно серьезные требования к уровню личностного и профессионального развития руководителей коммерческих организаций. Данные обстоятельства способствуют формированию профессионального стресса, что и обуславливает актуальность нашего исследования.

*Abstract.* At the present stage the solution of the problem of increase in efficiency of professional activity in the sphere of commercial sector is demanded. Complication of technological processes at introduction of modern technical and administrative technologies, impose rather serious requirements to the level of personal and professional development of heads of the commercial organizations. It promotes formation of a professional stress, as causes relevance of our research.

*Ключевые слова:* эффективность, профессиональная деятельность, управление, современные технологии, стресс, коммерческая деятельность.

*Keywords:* efficiency, professional activity, management, modern technologies, stress, commercial activity.

Наиболее характерным психическим состоянием, развивающимся под влиянием экстремальных факторов жизнедеятельности, является психологический стресс. Как самостоятельная научная проблема он стал предметом специальных исследований всего три-четыре десятилетия тому назад. Зарождение проблемы связано с достижениями в области изучения биологического и физиологического стресса, психологии и физиологии эмоций,

<http://www.bulletennauki.com>

адаптации человека к экстремальным условиям, развития психосоматических заболеваний и ряда других направлений. Существенный вклад в становление проблемы внесен исследованиями таких состояний, как эмоциональный стресс, психическое напряжение, утомление.

Важными также остаются вопросы, касающиеся особенностей возникновения стресса в профессиональной деятельности. Для большинства людей в определенные периоды их жизни работа, которую они выполняют, является источником стресса [1]. Согласно подходу Э. Ф. Зеера, это периоды профессиональных кризисов [2], которые не могут проходить без напряженности. Развитию данных состояний способствует продолжительная и серьезная нагрузка, представляющая серьезную опасность для комфорта и здоровья специалиста [3].

Возникновению стресс-реакций в профессиональной деятельности способствуют: проблемы, связанные с организацией трудового процесса, недостаток ресурсов и резервов, неудобный временной график работы, недовольство должностным статусом. В данную категорию также входят недостаточное финансирование, отсутствие перспектив в карьерном росте, многочисленные ритуалы и процедуры, неуверенность в завтрашнем дне.

В психологической литературе исследователи отмечают, что развитие стресса возможно и в наиболее прогрессивных, хорошо управляемых организациях, так как они могут быть вызваны не только структурно-организационными особенностями компании, но и характером самой работы, личностными качествами сотрудников, а также характером их взаимодействий [4].

Особый интерес представляют исследования, раскрывающие негативные факторы управленческой деятельности. Отличительными особенностями профессиональной управленческой деятельности являются сложность, многофункциональность, высокая ответственность. Она отличается многочисленными контактами и взаимодействиями с разными категориями людей. Все перечисленное создает условие для возникновения профессионального стресса. Следует также учитывать, что некоторые профессионально важные качества, способствующие эффективности менеджера в профессиональной деятельности, могут приводить к стрессовым реакциям. Этими качествами могут быть: способность принимать нестандартные, а также жесткие решения в процессе управления.

Целью нашего исследования было изучение особенностей формирования профессионального стресса у менеджеров, занятых в сфере страхования на разных этапах профессионального становления. Выборка составила 58 человек со стажем работы до 5 лет и более лет.

Результаты исследования синдрома эмоционального выгорания у менеджеров страхования на этапах профессионала и мастерства, продемонстрировали следующие результаты:

1. У менеджеров страхования со стажем работы от 5 до 10 лет сформированы три симптома СЭВ фазы «Резистенция» (V (11,9), VI (11,3), VIII (11,8)). Все симптомы находятся на стадии «формирующийся симптом».

2. В период мастерства (стаж работы от 10 лет и выше) был выделен один симптом, также на стадии «формирующихся в симптом» (V (10,4)) — неадекватное эмоциональное реагирование.

Полученные результаты демонстрируют, что в периоды *профессионала* и *мастерства* негативными образованиями под воздействием условий профессиональной деятельности, ее специфичности в основном являются нарушения в эмоциональной сфере. При этом выявленные у испытуемых нарушения не ярко выражены, но они влияют на характер коммуникаций, а в некоторых случаях на успешность деятельности.

<http://www.bulletennauki.com>

Резюмируя полученные данные, можно сказать, что нарушения со стороны эмоциональной сферы у испытуемых в выделенные периоды профессионального становления, связаны с формированием микропрофессионального кризиса. Для повышения снижения стрессовой нагрузки, учитывая особенности профессиональной деятельности, связанной с управлением и активным общением испытуемых, необходимо проведение тренингов, направленных на повышение сопротивляемости стрессам.

*Список литературы:*

1. Карпов А. В. Психология менеджмента. М.: Гардарики, 1999. 582 с.
2. Зеер Э. Ф. Психология профессий. М., Екатеринбург: Деловая книга, 2003. 336 с.
3. Орел В. Е. Синдром психического выгорания личности. М.: Ин-т психологии РАН, 2005. 330 с.
4. Балакшина Е. В. Динамика профессионального становления менеджеров (на примере менеджеров, занятых в сфере страхования): автореф. дис. ... канд. психол. наук. Ярославль, 2011. 18 с.

*References:*

1. Karpov A. V. Psikhologiya menedzhmenta [Psychology of management]. Moscow, Gardariki, 1999, 582 p.
2. Zeer E. F. Psikhologiya professii [Psychology of professions]. Moscow, Ekaterinburg, Delovaya kniga, 2003, 336 p.
3. Orel V. E. Sindrom psikhicheskogo vygoraniya lichnosti [Mental burnout personality syndrome]. Moscow, In-t psikhologii RAN, 2005, 330 p.
4. Balakshina E. V. Dinamika professional'nogo stanovleniya menedzherov (na primere menedzherov, zanyatykh v sfere strakhovaniya) [The dynamics of professional development managers (for example, managers, employees in the insurance sector)]: avtoref. dis. ... kand. psikhol. nauk. Yaroslavl, 2011, 18 p.

*Работа поступила в редакцию  
15.03.2016 г.*

*Принята к публикации  
21.03.2016 г.*