

ку економіки стане поштовхом до активізації дій органів державної влади.

### ***Список використаних інформаційних джерел***

1. Берлін Михайло. Безцінні люди: навіщо знати вартість людського життя і як цінність громадянина позначається на розвитку економіки країни [Електронний ресурс] / Михайло Берлін // Офіційний сайт Forbes Україна. – 2016. – 7 грудня. – Режим доступу: <http://forbes.net.ua/ua>. – Назва з титулу екрана.
2. Маніна Л. І. Економічна ефективність заходів з охорони праці на підприємствах в контексті сталого соціально орієнтованого розвитку України / Л. І. Маніна, О. В. Бондар-Підгурська, О. В. Володько. *Transformations in Contemporary Society: Economic Aspects / Edited by Oleksandr Nestorenko, Tadeusz Pokusa*. – Opole: The Academy of Management and Administration in Opole, 2017. – 348 p. – P. 119–213.
3. Бондар-Підгурська О. В. Науково-методологічні засади сталого інноваційного соціально орієнтованого розвитку економіки / О. В. Бондар-Підгурська. – Полтава : РВВ ПУЕТ, 2016. – 531 с.

## **МОНИТОРИНГ ЕМОЦИОНАЛЬНОГО ЗДОРОВ'Я ПЕРСОНАЛА КАК СПОСОБ ПОВЫШЕНИЯ ЭФФЕКТИВНОСТИ СОВРЕМЕННЫХ ПРЕДПРИЯТИЙ**

**О. М. Овчаренко, к. е. н., доцент**

*Вищий навчальний заклад Укоопспілки*

*«Полтавський університет економіки і торгівлі»*

Ежедневно 80 % персонала современных предприятий испытывают отрицательные эмоции. Негатив влияет на здоровье работника, его отношение к компании, эффективность в работе. По данным Американской психологической ассоциации (АРА) эмоциональное здоровье способствует успешности в работе и социальных отношениях, положительно влияет на здоровье и самочувствие человека. При этом в исследовании Европейского агентства по безопасности и гигиене труда показано, что из-за

негативных эмоциональных состояний работников европейский бизнес ежегодно теряет более 600 млрд евро. Абсентеизм (отсутствие на рабочем месте) и презентеизм (присутствие сотрудника на рабочем месте при плохом самочувствии) обходится работодателям примерно в 270 млрд евро, а снижение производительности – в 240 млрд евро.

Эмоциональное или психологическое здоровье – общий показатель психологического благополучия. Оно включает в себя самоощущение человека, качество социальных отношений, умение управлять своими эмоциями и справляться с трудностями.

Таким образом, эмоциональным фактором нужно управлять. Для этого предлагаем внедрять на предприятиях программу «Эмоциональное здоровье», в основу методологии которой положена концепция эмоционального здоровья, разрабатываемая сотрудниками кафедры Психоанализа и бизнес-консультирования Департамента психологии НИУ ВШЭ.

Предлагаем создать интернет-портал, возможности которого будут использовать сотрудники компаний и их HR-специалисты. При этом каждый пользователь получит возможность пройти диагностическое тестирование, чтобы получить ответ на вопрос «Что со мной происходит? Все ли в порядке? Какие проблемы существуют на самом деле?».

Результаты тестирования будут выводятся в наглядном формате и включать:

- общую группу здоровья (индекс);
- диаграмму «Колеса баланса», отражающее соотношение рисков и возможностей в различных сферах жизни (семья, здоровье, карьера, финансы, отдых, эмоции, личностный рост, взаимоотношения) с персональными рекомендациями по каждому пункту;
- график системы жизнестойкости (системы убеждений и привычек, позволяющих справляться со сложными ситуациями) с индивидуальными показателями и их расшифровкой;
- диаграммы по первостепенным и второстепенным угрозам личному здоровью с расшифровкой и рекомендациями;

- уровень текущего уровня психологического напряжения;
- индивидуальные копинг-стратегии (способы поведения человека в сложных ситуациях) с расшифровкой;
- диаграмма самооценки с расшифровкой.

«Эмоциональное здоровье» – это digital-решение, которое позволит HR-департаменту даже в условиях динамичного мира анализировать текущее состояние эмоциональной сферы в компании и делать прогнозы развития ситуации, чтобы принимать необходимые меры (даже если в отделе всего несколько человек).

Задачи программы мониторинга эмоционального здоровья:

- эффективная и глубокая диагностика эмоционального здоровья, как отдельных сотрудников, так и компании в целом;
- автоматизация экспертной проработки диагностических данных (имитация работы эксперта, врача или психолога);
- простое и наглядное преподнесение информации, перевод ее из экспертной в пользовательский формат;
- эффект вовлечения пользователей;
- динамичная проработка информации и своевременное предоставление текущей ситуации и прогнозов.

Для достижения эмоционального здоровья персонала предприятия необходимо обеспечивать такие условия: развивать чувство индивидуальности; умение общаться; умение создавать близкие отношения и умение проявлять активность.

Хорошее эмоциональное здоровье позволит каждому сотруднику: не терять интерес к работе и быстро справляться с усталостью; выстраивать конструктивные отношения с коллегами и клиентами; реализовать свои амбиции и добиться карьерного развития; не бояться сложных решений, а получать удовольствие от них; быстро и эффективно бороться со стрессом и его последствиями; не теряться перед большими переменами в жизни; полноценно отдыхать и быстро восстанавливаться; планировать свой день с максимальной эффективностью; сохранять баланс между работой и личной жизнью.