

# ВЛИЯНИЕ ПСИХОСОЦИАЛЬНЫХ ФАКТОРОВ НА УДОВЛЕТВОРЕННОСТЬ ТРУДОМ ВОСПИТАТЕЛЕЙ

## ANALYSIS OF THE INFLUENCE OF PSYCHOSOCIAL FACTORS ON JOB SATISFACTION OF TEACHERS

ПОЛУЧЕНО 20.12.2023 ОДОБРЕНО 28.12.2023 ОПУБЛИКОВАНО 26.02.2024

УДК 331.1 DOI 10.12737/2305-7807-2024-13-1-69-74

**ЧЕРНЫХ С.С.**

*Аспирант кафедры  
«Промышленной экологии  
и безопасности  
жизнедеятельности»,  
ФГБОУ ВО «Иркутский национальный  
исследовательский технический  
университет», г. Иркутск*

**CHERNYKH S.S.**

*Postgraduate Student, Department  
of Industrial Ecology and Life Safety,  
Irkutsk National Research Technical  
University, Irkutsk*

e-mail: chernyx.svetlana@mail.ru

**ТИМОФЕЕВА С.С.**

*Д-р техн. наук, профессор,  
заведующий кафедрой  
«Промышленной экологии  
и безопасности  
жизнедеятельности»,  
ФГБОУ ВО «Иркутский национальный  
исследовательский технический  
университет», г. Иркутск*

**TIMOFEEVA S.S.**

*Doctor of Technical Sciences, Professor,  
Head of the Department of Industrial  
Ecology and Life Safety, Irkutsk National  
Research Technical University, Irkutsk*

e-mail: timofeeva@istu.edu

### Аннотация

Охрана труда и здоровья людей является государственной задачей, поэтому в соответствии с российским законодательством каждый имеет право на труд в условиях, отвечающих требованиям безопасности и гигиены. Конституция РФ гарантирует не только заботу о жизни и здоровье работников, но и закрепляет право на время, предназначенное для отдыха. Динамичный темп современной жизни диктует свои условия, требует от людей разных профессий высокого напряжения душевных и физических сил. Особенно наполнена напряженными ситуациями педагогическая деятельность. В частности, труд воспитателей, который связан с ежедневным общением с детьми, их родителями, коллегами по работе и руководством. Широкий спектр общения, взаимоотношения в коллективе, разнообразие задач и напряженность трудовой деятельности оказывают значительное влияние на эмоциональное состояние педагогов. Постоянные стрессы на работе могут приводить к депрессиям, плохому самочувствию, низкой удовлетворенности профессией и формальному отношению к работе, что неприемлемо в работе с детьми. Цель работы состоит в проведении анализа психосоциальных факторов в дошкольном образовании, оказывающих влияние на удовлетворенность трудом.

**Ключевые слова:** воспитатели, стресс, профессиональное выгорание, удовлетворенность трудом, физические недомогания.

### Abstract

Labor protection and health of people is a state task, therefore, in accordance with Russian legislation, everyone has the right to work in conditions that meet safety and hygiene requirements. The Constitution of the Russian Federation guarantees not only care for the life and health of workers, but also establishes the right to time intended for rest. The dynamic pace of modern life dictates its own conditions and requires high levels of mental and physical strength from people in different professions. In our opinion, pedagogical activity is especially filled with tense situations. In particular, the work of educators, which is associated with daily communication with children, their parents, work colleagues and management. A wide range of communication, relationships in a team, a variety of tasks and the intensity of work have a significant impact on the emotional state of teachers. Constant stress at work can lead to depression, poor health, low satisfaction with the profession and a formal attitude towards work, which is unacceptable when working with children. The purpose of the work is to analyze the psychosocial risks of preschool education that influence job satisfaction.

**Keywords:** educators, stress, professional burnout, job satisfaction, physical ailments.

### ВВЕДЕНИЕ

Главным законом страны Конституцией РФ установлены основные направления политики государства, ориентированные на обеспечение достойной жизни и свободного развития человека. Государство охраняет труд и здоровье людей, следовательно, каждый имеет право на труд в условиях, отвечающих требованиям безопасности и гигиены. Гарантируется не только забота о жизни и здоровье работников, но и закрепляется право на свободное время для отдыха, которое позволяет человеку реализовывать потенциал личности и приносить пользу обществу. Работникам во время трудовой деятельности необходимо иметь возможности для повышения своей квалификации и продолжения

обучения. Наверное, не ошибемся, если скажем, что каждому из нас необходимо чувствовать определенную степень социальной поддержки для осуществление своей мечты и достижения поставленных целей. Человеку необходимо понимать, что его работа позволит удовлетворить необходимые потребности и воплотить в жизнь желаемый образ будущего.

Слово «труд» синонимично словам «работа», «занятие», «дело», что предполагает деятельность, заботу, напряжение телесных или умственных сил, приводящие к утомлению. Со временем содержание, организация трудовой деятельности человека меняются. К примеру, труд первобытного человека существенно отличался от труда ремесленника средневековья и совершенно не сравним с трудом работни-

ков информационного общества. Люди находятся в постоянном активном взаимодействии с окружающим миром выполняют разнообразные действия, осуществляют обмен информацией, постоянно анализируя факты, материалы, и находят соответствующие поведенческие ответы. Действия, производимые людьми, направлены на достижение определенных результатов. Человека, выполняющего работу с желанием или по своей воле, называют мотивированным. Еще во времена древнегреческих философов Платона и Аристотеля размышляли о психологических способностях, заключающихся в разуме, чувствах и воле [1, 2].

Рассуждения о понятии труд приводят к изучению вопросов психологического удовлетворения трудовой деятельностью, смысла труда, организации трудовой деятельности, взаимоотношений в коллективе, стиля руководства и других аспектов. Важным шагом в жизни каждого человека является выбор профессии, от которого во многом зависит его будущее. Если профессиональное самоопределение оказалось неудачным, то работник не будет удовлетворен своим трудом. Неудовлетворенность трудовой деятельностью оказывает значительное влияние на физическое самочувствие человека. Одной из основных причин заболеваемости и смертности населения являются сердечно-сосудистые заболевания. Факторы риска сердечно-сосудистых заболеваний подразделяют на медицинские и социальные. К классическим социальным факторам относят курение, злоупотребление алкоголем и преклонный возраст. Время вносит свои коррективы и дополняет перечень социальных факторов риска низким социально-экономическим статусом, недостаточной социальной поддержкой, а также психосоциальными факторами, такими как депрессия, тревога, стресс на работе и в семье [3].

Современный темп жизни требует от людей разных профессий высокого напряжения душевных и физических сил. Особенно, на наш взгляд, наполнена напряженными ситуациями педагогическая деятельность. В частности, труд воспитателей, который связан с ежедневным общением с детьми, их родителями, коллегами по работе и руководством. В данной работе рассматриваются психосоциальные факторы на рабочем месте педагогических работников дошкольного образования.

Понятия «воспитание», «обучение» и «образование» являются фундаментальными в педагогике. Существует несколько точек зрения, каким образом данные понятия соотносятся. В первом случае «воспитание» выступает в качестве всеобщей категории, включающей «обучение» и «образование». Таким образом, «воспитать» означает вырастить ребенка, обучить правилам поведения и дать ему образование. В Федеральном законе от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» понятие «образование» представляет собой комплексный процесс «воспитания» и «обучения». Первая составляющая «воспитание» трактуется как деятельность, направленная на развитие личности, и является приоритетным направлением образования. Вторая составляющая «обучение» рассматривается как процесс овладения знаниями, навыками в определенной сфере деятельности и формирования мотивации получения образования с его реализацией на практике. Также имеет место точка зрения, рассматривающая «воспитание», «обучение» и «образование» как организованную деятельность, итогом которой является развитие человека [4].

Широкий спектр общения воспитателей, взаимоотношения в коллективе, разнообразие задач и напряженность трудовой деятельности оказывают значительное влияние на эмоциональное состояние, что влияет на воспитание и развитие детей, посещающих детские дошкольные уч-

реждения. Постоянные стрессы на работе могут приводить к депрессиям, плохому самочувствию, низкой удовлетворенности профессией и формальному отношению к работе, что неприемлемо в работе с детьми. Поэтому исследования профессионального выгорания, удовлетворенности своей работой, а также физического самочувствия воспитателей являются сегодня особенно актуальными. Объект исследования — педагогические работники дошкольного образования, предмет — психосоциальные факторы профессиональной деятельности. Цель работы — анализ психосоциальных факторов в дошкольном образовании.

## МЕТОДОЛОГИЯ

Методом исследования является анонимный опрос по авторским анкетам, проведенный в начале 2023 г. среди педагогических работников пяти дошкольных образовательных организаций Иркутской области. Исследование проводилось с использованием опросника «Профессиональное выгорание», на основе трехфакторной модели К. Маслач и С. Джексона [5], методики «Изучение удовлетворенности педагогов своей профессией и работой» (Н.В. Журиной и Е.П. Ильина) [6] и опросника для выявления интенсивности эмоционально окрашенных жалоб по поводу физического самочувствия, разработанного в Психосоматической клинике Университета в Гиссене, адаптированного в психоневрологическом институте им. В.М. Бехтерева [7].

## РЕЗУЛЬТАТЫ

В опросе приняли участие 83 человека. Респонденты, участвующие в исследовании, были распределены по трем возрастным категориям: до 35 лет; от 36 до 45 лет; старше 46 лет.

В начале опроса предлагалась анкета, направленная на выявление уровня профессионального выгорания участвующих в опросе респондентов по трем факторам: эмоциональное истощение, деперсонализация и редукция. Анализ результатов анкетирования был проведен по каждому фактору в зависимости от возраста.

Далее изучалась удовлетворенность трудом с использованием методики Н.В. Журиной и Е.П. Ильина. Анализ был проведен исходя из общих показателей степени удовлетворенности трудом, а также рассмотрены показатели степени удовлетворенности трудом в зависимости от возраста.

В завершение была предложена анкета, выявляющая субъективный уровень заболевания, отражающий, как педагоги интерпретируют состояние своего здоровья.

## ОБСУЖДЕНИЕ

Профессиональное выгорание по методике К. Маслач и С. Джексона состоит из трех факторов: истощение, деперсонализация, редукция. Истощение связано напрямую с рабочей нагрузкой и свидетельствует о снижении профессиональной активности. Падение работоспособности с признаками депрессии постепенно приводит к деперсонализации, искаженным отношениям с окружающими. Редукция личных достижений проявляется в отрицательной оценке себя, при уменьшении результатов своей работы и собственной значимости. Степень выгорания определяется в зависимости от конкретных значений по каждому из факторов. Уровень выгорания тем выше, чем больше значения истощения, деперсонализации и меньше значения редукции персональных достижений. В ходе исследования воспитатели были разделены на три возрастные категории. Категорию до 35 лет составляет 37,3% всех опрошенных, от 36 до 45 лет — 27,8%, старше 46 лет — 33,7%, и не указали свой воз-

раст 1,2% (рис. 1). Опрос показал, что молодые воспитатели в возрасте до 35 лет в 64% имеют высокий уровень истощения и в 23% — средний уровень. По деперсонализации: 39% — высокий уровень, 35% — средний уровень. Значительно меньше составляет процент молодых специалистов по компоненту редукция: 22% — высокий уровень и 13% — средний уровень (рис. 2). Воспитатели среднего возраста от 36 лет до 45 лет имеют высокий уровень истощения 52%. По деперсонализации педагоги имеют средний уровень — 65% и высокий уровень — 18%. По редукции воспитатели данной возрастной категории в 48% имеют средний уровень (рис. 3). Воспитатели старше 46 лет имеют высокий уровень выгорания по истощению 64%. По деперсонализации 18% — средний уровень, 53% — высокий уровень. По компоненту редукция данная возрастная категория в 93% имеет высокий уровень (рис. 4). Анализ полученных данных позволяет сделать вывод, что во всех возрастных категориях больше половины педагогов испытывают эмоциональное истощение высокого уровня. Это говорит о том, что синдром профессионального выгорания может развиваться как у воспитателей с большим стажем работы, так и у молодых специалистов, начинающих свою трудовую деятельность. По шкале деперсонализация молодые специалисты распределены практически равномерно по всем уровням: 26% — низкий уровень, 35% — средний уровень и 39% — высокий уровень. Педагоги среднего возраста по деперсонализации большинство находятся на среднем уровне 65%, а также в небольшом количестве на низком уровне — 17% и высоком уровне — 18%. Педагогические работники старше 46 лет в 53% находятся по деперсонализации на высоком уровне, на среднем уровне — 18% и низком уровне — 29%. Отметим, что деперсонализацию на низком уровне можно отнести к своеобразному защитному механизму, который включает

сознание для ослабления переживаний и неприятных эмоций. По шкале редукция персональных достижений молодые педагоги в большинстве находятся на низком уровне — 65%, средняя возрастная категория от 36 лет до 45 лет на низком уровне — 52% и на среднем уровне — 48%. Самое большое количество педагогов с высоким уровнем редукции персональных достижений оказалось в возрастной категории старше 46 лет — 93%. Редукция персональных достижений как компонент выгорания проявляется в обесценивании своих профессиональных успехов, заслуг и возможностей, снятии с себя ответственности и перекладывании ее на других, особо уязвимыми в этом отношении оказались работники более старшего возраста. Для представления общей картины выгорания воспитателей независимо от возраста был выполнен расчет средних показателей по каждому из факторов (рис. 5), который обнаружил высокий уровень эмоционального истощения и средние уровни деперсона-

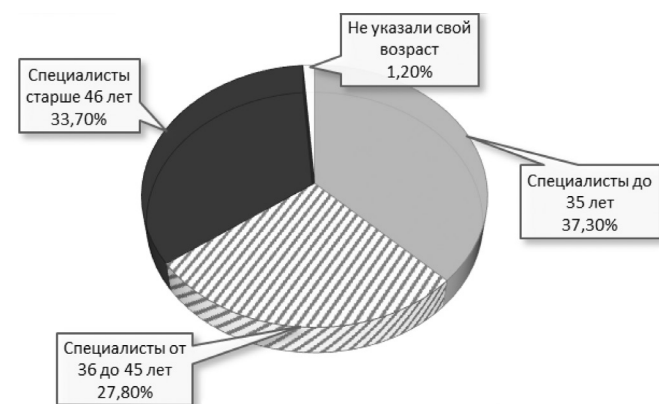


Рис. 1. Возрастные категории педагогов

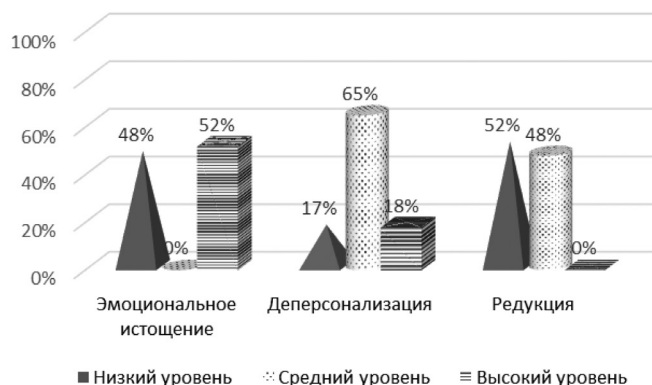


Рис. 3. Профессиональное выгорание педагогов в возрасте от 36 до 45 лет

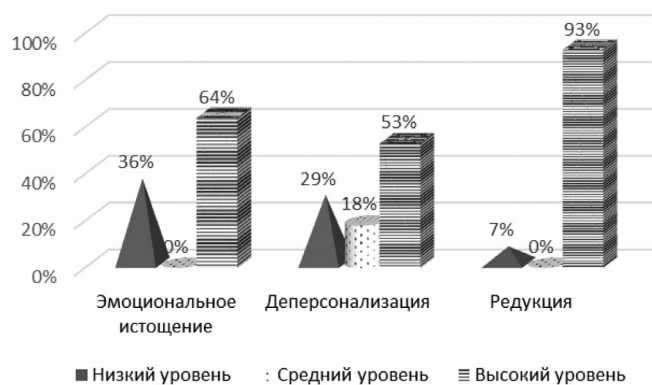


Рис. 4. Профессиональное выгорание педагогов в возрасте старше 46 лет

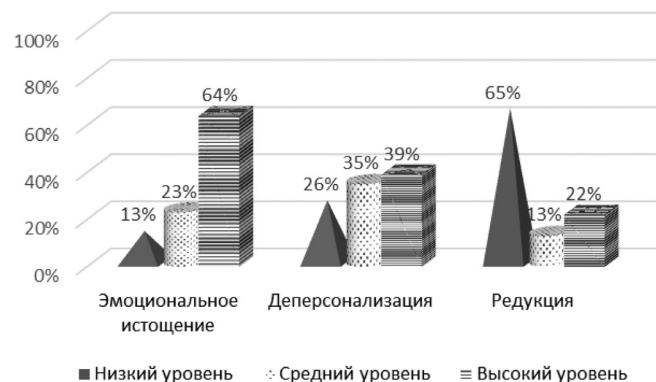


Рис. 2. Профессиональное выгорание педагогов в возрасте до 35 лет



Рис. 5. Уровень профессионального выгорания по каждому фактору

лизации и редукции. Учитывая, что истощение является ведущим фактором в процессе выгорания, необходимо особо отметить, что он достиг высокого уровня.

Далее опрос воспитателей проводился по методике, разработанной Журиным Н.В. и Ильиным Е.П. с целью изучения степени удовлетворенности воспитателей своей профессией. Удовлетворенность профессиональной деятельностью показывает отношение к работе и во многом зависит от профессиональной мотивации. На наш взгляд, изучение удовлетворенности трудом является необходимым условием для решения задач, направленных на повышение эффективности работы и успешное развитие организации. Мотивация работника зависит от того, какие возможности предоставляет результаты труда для удовлетворения необходимых потребностей, от содержания труда и его конечной цели. Кэтэлин Замфир в своей книге, посвященной удовлетворенности трудом [8], говорит, что основой внутренней удовлетворенности является осознание значимости своего труда для общества и личной вовлеченности работника в решение задач, стоящих перед организацией. Кроме этого есть внешняя сторона мотивации, связанная с различными механизмами, создающимися обществом в целях стимулирования выполнения трудовых обязанностей. В этом отношении важны материальная заинтересованность и престиж профессии.

По результатам анкетирования были определены общие показатели степени удовлетворенности трудом воспитателей. Было выявлено, что 51% имеет высокую удовлетворенность трудом, 17% — среднюю, и 32% — низкую (рис. 6). Затем были проанализированы показатели степени удовлетворенности трудом в зависимости от возраста. Большая часть работников с высокой удовлетворенностью приходится на молодых педагогов в возрасте до 35 лет, со средней удовлетворенностью — на педагогов среднего возраста от 36 лет до 45 лет, с низкой удовлетворенностью трудом преобладают педагоги старше 46 лет (рис. 7). Сопоставляя удовлетворенность трудом с уровнем профессионального выгорания, увидим, что на высоком уровне по деперсонализации и редукции в своем большинстве находятся именно воспитатели старше 46 лет.

Затем воспитателям был предложен опросник с целью выявления интенсивности эмоционально окрашенных жалоб по поводу физического самочувствия. Термин эмоция переводится с латинского как потрясаю, волну и означает субъективные переживания человека, возникающие в ответ на определенные обстоятельства и происходящие с ним события. Эмоции отражают наш внутренний мир

и позволяют оценивать жизненные ситуации на основании преобладающих эмоций. Они заложены в нас природой. Наше мнение об окружающем мире наполнено эмоциями, регулируемыми поступки и определяющими стратегию действий. Эмоциональное поведение человека обусловлено состоянием его внутренних органов и отдельных систем жизнеобеспечения. Таким образом, системы организма порождают эмоциональные качества и реакции человека. И наоборот, системы организма испытывают изменения под влиянием эмоций и переживаний человека. Эмоциональная трактовка своего состояния здоровья складывается индивидуально у каждого человека и отражает его «субъективный уровень заболевания», что может не совпадать с объективной картиной физического самочувствия с точки зрения медицины. Такие самоощущения характеризуются субъективным эмоциональным восприятием, определяющим интенсивность субъективных недомоганий. Речь идет о любом человеке, поскольку все мы в той или иной мере волнуемся за свое здоровье, испытываем недомогания, что соответственно придает определенный психоэмоциональный фон отношениям с окружающими. В своей книге Бойко В.В. [7] говорит, что шкала «истощение» свидетельствует об общей потере жизненной энергии человека и потребности в помощи. «Желудочные жалобы» указывают на синдром нервных желудочных недомоганий. «Ревматический фактор» отражает жалобы на хроническую боль, чаще всего связанную со стрессовыми состояниями. Шкала «сердечные жалобы» выражает недомогания преимущественно в сосудистой сфере. Оценка для этих четырех шкал может находиться в пределах от 0 до 24 баллов (рис. 8). Пятая шкала, называемая «давление жалоб», иллюстрирует эмоционально окрашенную интенсивность жалоб и представляет собой суммарный показатель четырех предыдущих оценок, который может находиться в диапазоне от 0 до 96 баллов (рис. 9). Напомним, что шкалы основываются на субъективных переживаниях человека и не отражают клинические синдромы, позволяющие диагностировать заболевание. Они передают среднее сочетание ощущаемых человеком физических недомоганий. На графике наглядно изображено (рис.8), что молодые специалисты и специалисты старше 46 лет по шкале «истощения» находятся на одинаковом уровне в пределах 9 баллов. По шкале «желудочные жалобы» у всех педагогов показатель находится на довольно низком уровне. Боли ревматического характера чаще всего испытывают воспитатели старше 46 лет (12 баллов), затем располагаются молодые воспитатели до 35 лет (9 баллов) и меньше всех жалуются на боли в теле воспитатели в возрасте от 36 до 45 лет (5 бал-

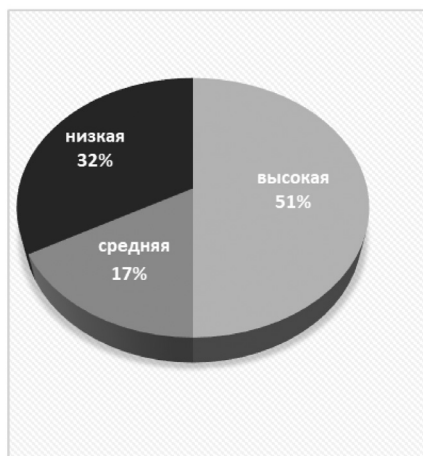


Рис. 6. Общие показатели

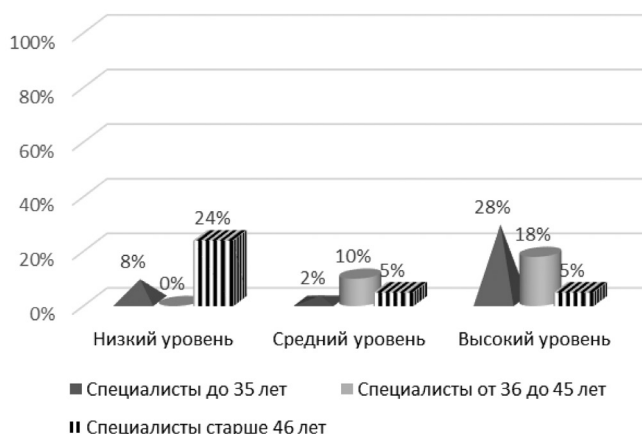


Рис. 7. Степени удовлетворенности трудом в зависимости от возраста

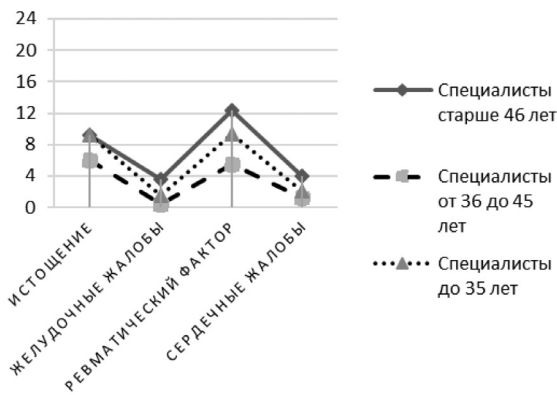


Рис. 8. Интенсивность эмоционально окрашенных жалоб

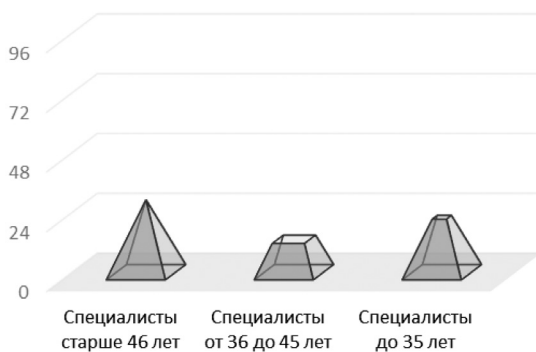


Рис. 9. Давление жалоб по поводу физического самочувствия

лов). По шкале «сердечные жалобы» показатели также довольно низкие. Максимальное количество баллов находится в районе 4 баллов у воспитателей старше 46 лет.

По интегральной шкале «давление жалоб» (рис. 9) максимальное количество баллов выявлено среди работников старше 46 лет (29 баллов), затем у молодых работников до 35 лет (22 балла) и наименьшее количество баллов у работников среднего возраста (13 баллов). Данная шкала оказывает насколько сильное психологическое давление оказывает на человека состояние физического здоровья. Соответственно, чем выше показатель поднимается к максимальному значению шкалы (96 баллов), тем тревожнее эмоциональное состояние и серьезнее влияние соматического состояния на стереотип эмоционального поведения, который отражает эмоциональные особенности конкретной личности. Так, например, один человек во многих ситуациях чаще проявляет положительные эмоции, другой — отрицательные, у кого-то преобладают выразительные и сильные эмоции, у кого-то они слабые и неопределенные. Несомненно, окружающим будет легко и просто, если человек не испытывает «давление жалоб» или умеет скрывать свои переживания.

## ВЫВОДЫ

В основе процесса развития общества лежит труд. На протяжении всей истории человек совершает целесообразные и общественно полезные действия, чтобы удовлетворить как свои потребности, так и потребности общества. Богатством человеческого общества К. Маркс считал свободное время. К сожалению, у педагогических работников отмечается нехватка достаточного количества свободного времени, а также их труд не отличается ни высокой оплатой, ни престижностью. Профессия воспитателя относится к разряду

профессий сферы «человек-человек», что увеличивает риск возникновения стрессов на рабочем месте и приводит к профессиональному выгоранию. Наиболее ярко в процессе выгорания воспитателей проявляется чувство истощения, усталости, невозможности работать с полной отдачей.

Результаты анализа показали, что 55% воспитателей не удовлетворены заработной платой, 47% — материальной базой учреждения, 13% не удовлетворены взаимоотношениями с администрацией, 12% — с родителями воспитанников.

Политика в области охраны психического здоровья сотрудников может быть осуществлена только при поддержке руководителей организаций. Очень интересны существующие успешные практики, направленные на улучшение психического (ментального) здоровья сотрудников организаций. Например, для создания благоприятной рабочей среды работникам предоставляют возможности в удовлетворении таких потребностей, как правильное питание и поддержание своей физической формы. Работодатели создают фитнес-центры в своих организациях, в случае отсутствия такой возможности предлагают субсидированное членство в фитнес-клубах. Обеспечивают соответствие рабочей нагрузки возможностям и ресурсам сотрудников. Профилактика стресса на рабочем месте, т.е. исключение или снижение воздействия психосоциальных факторов на работников является актуальной управленческой проблемой. Умение своевременно диагностировать факторы и причины повышения уровня профессионального стресса у подчиненных, реализовывать превентивные мероприятия являются важными компонентами стресс-компетентности руководителей. Поэтому обучение руководителей и персонала по вопросам стресс-компетентности с целью повышения эмоционального интеллекта могло бы оказать полезное действие в вопросах психологического благополучия [9, 10].

Человеку свойственно стремиться к психологическому благополучию, т.е. переживанию полноты самореализации в сложившихся жизненных условиях и обстоятельствах, к гармоничному развитию своей индивидуальности. Удовлетворенность трудом тесно связана с психологическим благополучием. Ментальное здоровье педагогов должно стать важной задачей не только для образовательной организации, но и для государства. Только педагоги, испытывающие психологическое благополучие, могут создавать позитивную обстановку в образовательной среде и оказывать положительное влияние на своих воспитанников.

## ЛИТЕРАТУРА

1. Мотивация и деятельность / Х. Хекхаузен. — 2-е изд. — СПб.: Питер; М.: Смысл, 2003. — 860 с: ил. — (Серия «Мастера психологии»).
2. Слюсарев В.В., Хусяинов Т.М. Культурно-антропологическое значение концепта «труд» (на материалах лексем славянских языков) // Ученые записки Крымского федерального университета имени В. И. Вернадского. Философия. Политология. Культурология. 2018. № 3. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/kulturno-antropologicheskoe-znachenie-kontsepta-trud-na-materialah-leksem-slavjanskix-yazykov> (дата обращения: 26.08.2023).
3. Косолапов В.П. Анализ высокой сердечно-сосудистой заболеваемости и смертности взрослого населения как медико-социальной проблемы и поиск путей ее решения / В.П. Косолапов, М. В. Ярмонова // Уральский медицинский журнал. 2021. Т. 20, № 1. С. 58–64. — Doi: 10.52420/2071-5943-2021-20-1-58-64. URL: [https://cyberleninka.ru/article/n/analiz-vysokoy-serdechno-](https://cyberleninka.ru/article/n/analiz-vysokoy-serdechno-sosudistoy-zabolevaemosti-i-smertnosti-vzroslogo-naseleniya-kak-mediko-sotsialnoy-problemy-i-poisk-putey-ee-resheniya)

- sosudistoy-zabolevaemosti-i-smertnosti-vzroslogo-naseleniya-kak-mediko-sotsialnoy-problemy-i-poisk-putey (дата обращения: 24.08.2023).
4. *Бордовская Н., Реан А.* Педагогика. Учебное пособие. СПб.: Питер, 2015. 304 с.
  5. *Водопьянова Н. Е., Старченкова Е. С.* Синдром выгорания: диагностика и профилактика. СПб.: Питер, 2008. 336 с.
  6. *Ильин Е. П.* Мотивация и мотивы. — СПб.: Питер, 2002 — 512 с
  7. *Бойко В.В.* Энергия эмоций в общении: взгляд на себя и на других. М.: Информационно-издательский дом «Филин», 1996. 472 с.
  8. *Замфир К.* Удовлетворенность трудом: Мнение социолога. [Пер. с рум.] / Кэтэлин Замфир; [Вступ. ст. А.Д. Мазылу, И.Т. Левыкина]. — Москва : Политиздат, 1983. — 142 с.
  9. *Коновалова В.Г.* Психическое здоровье на рабочих местах: новый уровень проблем и их решения // Управление персоналом и интеллектуальными ресурсами в России. 2022. № 6. С. 5–13. DOI: <https://doi.org/10.12737/2305-7807-2022-11-6-5-13> (дата обращения: 12.12.2023).
  10. *Соловова Н.В., Калмыкова О.Ю.* Стресс-менеджмент в организации сферы услуг // Управление персоналом и интеллектуальными ресурсами в России. 2022. № 4. С. 16–20. DOI: <https://doi.org/10.12737/2305-7807-2022-11-4-16-20> (дата обращения: 12.12.2023).
- Culturology. 2018. №3. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/kulturno-antropologicheskoe-znachenie-kontsept-trud-na-materialah-leksem-slavyanskih-yazykov> (date of access: 08.26.2023).
3. Kosolapov V. P. Analysis of high cardiovascular morbidity and mortality of the adult population as a medical and social problem and the search for ways to solve it / V.P. Kosolapov, M.V. Yarmonova // Ural Medical Journal. 2021. T. 20, № 1. P. 58–64. — Doi: 10.52420/2071-5943-2021-20-1-58-64. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/analiz-vysokoy-serdechno-sosudistoy-zabolevaemosti-i-smertnosti-vzroslogo-naseleniya-kak-mediko-sotsialnoy-problemy-i-poisk-putey> (date of access: 24.08.2023).
  4. *Bordovskaya N., Rean A.* Pedagogy. Tutorial. St. Petersburg: Peter, 2015. 304 p.
  5. *Vodopyanova N.E., Starchenkova E.S.* Burnout syndrome: diagnosis and prevention. St. Petersburg: Peter, 2008. 336 p.
  6. *Ilyin E.P.* Motivation and motives. — St. Petersburg: Peter, 2002 — 512 p.
  7. *Boyko V.V.* The energy of emotions in communication: a look at yourself and at others. M.: Information and Publishing House “Filin”, 1996. 472 p.
  8. *Zamfir Katelin.* Job satisfaction: Opinion of a sociologist. [Transl. from Roman] / Katelin Zamfir; [Intro. Art. A.D. Mazylu, I. T. Levykina]. — Moscow: Politizdat, 1983. — 142 p.
  9. *Konovalova V.G.* Mental health in the workplace: a new level of problems and their solutions // Personnel and intellectual resources management in Russia. 2022. No. 6. P. 5–13. DOI: <https://doi.org/10.12737/2305-7807-2022-11-6-5-13> (access date: 12.12.2023).
  10. *Solovova N.V., Kalmykova O.Yu.* Stress management in the organization of the service sector // Personnel and intellectual resources management in Russia. 2022. No. 4. pp. 16–20. DOI: <https://doi.org/10.12737/2305-7807-2022-11-4-16-20> (access date: 12.12.2023).

## REFERENCES

1. Motivation and activity / X. Heckhausen. — 2nd ed. — St. Petersburg: Peter; M.: Smysl, 2003. — 860 p.: ill. — (Series “Masters of Psychology”).
2. *Slyusarev V.V., Khusainov T.M.* Cultural and anthropological meaning of the concept “labor” (based on lexemes of Slavic languages) // Scientific notes of the Crimean Federal University named after V.I. Vernadsky. Political science.

Пеллерин Ч.Дж., Наговицына Г.

## SOFT SKILLS ДЛЯ КОНКУРЕНТНОГО ПРЕИМУЩЕСТВА

М.: ЭРФОЛГ, 2022, 208 с.

*Это не очередная бесполезная теория о построении коллективной работы, а уникальное практическое руководство по созданию высокорезультативных команд.*

*Включает подробную универсальную инструкцию по эффективному взаимодействию с разными типами людей. Работает на 100%, независимо от того, в какой организации, стране и социокультурной среде вы захотите ее применить.*

*Книга написана доступным и увлекательным языком. Все авторские термины предельно ясны и понятны широкому кругу читателей.*

*Пособие будет интересно не только людям бизнеса, но и всем тем, кто хотел бы продвинуться по службе, увеличить свой доход, качественно улучшить отношения в семье. В книге вы сможете найти четкие рекомендации, необходимые для достижения этих и многих других целей*

*Третье издание книги включает примеры внедрения в российских компаниях с 2011 г.*

*В своей книге известный ученый Чарльз Пеллерин делится уникальным опытом, полученным в качестве руководителя отдела астрофизики NASA во время работы над реализацией проекта починки и ввода в эксплуатацию в открытом космосе легендарного телескопа. В результате работы его команды Hubble стал одним из самых успешных научных инструментов в истории человечества.*

*Благодаря этому бесценному опыту автором была создана уникальная 4-D Systems диагностики и развития команд, которую можно легко применять в организациях и проектах любого масштаба. Данная методика помогает минимизировать технические риски, а также значительно увеличить производительность коллективов.*

