



*Психоэмоциональное состояние сотрудников не менее важно, чем их физическое здоровье. Целью психологии профессионального здоровья является улучшение качества жизни, повышение безопасности труда, здоровья и психологического благополучия сотрудников компаний. Создание здоровых рабочих мест способствует привлечению талантов и максимальному использованию способностей человека как для достижения высоких показателей деятельности, так и для получения удовлетворения от работы.*

Автор доклада Софья Кошелева, профессор кафедры Организации производства и управления предприятием «Вышей школы менеджмента» СПбГУ, акцентировала внимание на том, что основными направлениями исследований психологии профессионального здоровья являются такие насущные проблемы работающего человека, как стресс, профессиональное выгорание, нарушение баланса между работой и личной жизнью. Доклад г-жи Кошелевой был представлен в ходе заседания научно-практической конференции «Здоровье персонала как часть КСО-стратегии российских компаний», организаторами которой стали компания «АльфаСтрахование» и Ассоциация менеджеров (АМР). Не меньшее значение имеет психологическая агрессия и насилие на работе со стороны начальника или коллег, проблемы сохранения физического здоровья сотрудников. Главной идеей позитивной психологии профессионального здоровья является перенос акцентов с негативных и проблемных сторон профессиональной деятельности на источники субъективного благополучия человека на рабочем месте.

«На предприятиях необходимо разрабатывать профилактические меры для поддержания как физического, так и психического здоровья персонала. Помимо ежедневного контроля за самочувствием сотрудников в социальный пакет должно входить медицинское страхование. Также необходимым финансированием должны быть обеспечены корпоративные врачи, психологи, HR-подразделение, отвечающее за организацию тренингов, разрабатывающее различные программы поддержания здорового образа жизни – будь то программы против курения, борьбы с лишним весом и другие, – комментирует Егор Сафрыгин, директор по маркетингу «АльфаСтрахование Медицина». – Можно с уверенностью сказать, что на российском рынке все более очевидной становится тенденция к смене оздоровительной парадигмы: акцент переносится на пропаганду способов сохранения и укрепления как физического, так и психического здоровья».

В соответствии с исследованием международного кадрового агентства Kelly Services, среди наиболее негативных аспектов рабочего процесса россияне отмечают недостаток физической активности, «подсидивание» со стороны коллег, сверхурочную работу. Позитивно, по их словам, на здоровье влияют уменьшение количества стрессовых ситуаций на работе, гибкий график, абонементы в спортзал и оплачиваемая медицинская страховка. При этом 32% респондентов отмечают, что работа является причиной болезней или плохого самочувствия, 25% полагают, что стресс от работы негативно влияет на сон, 11% признают, что они прибегают к симуляции болезни для невыхода на работу, 47% чувствуют вину, когда вынуждены отсутствовать на работе по причине болезни, 87% участников опроса сказали, что ощущают ответственность работодателя за их здоровье и не пренебрегают физической активностью на работе.

В числе основных способов снятия стресса менеджеры российских компаний назвали общение с друзьями (71%), секс (64%), сон (57%), поездки за город (57%), физическую активность и спорт (50%), баню (43%), музыку (43%), чтение (43%), общение с детьми, родственниками (43%), прогулки (36%), учебу (29%), курение, алкоголь (21%).

«Очень важно учитывать не только физическое, но и психоэмоциональное состояние работников. Чтобы сотрудник работал эффективно, был активным и приносил компании прибыль, традиционных методов управления здоровьем персонала недостаточно. Междисциплинарное сотрудничество различных специалистов, включая психологов, поможет улучшить качество профессиональной жизни на предприятии», – комментирует г-н Сафрыгин.

Проект «Здоровье персонала», направленный на распространение инновационных HR-практик социально ответственного ведения бизнеса, получил федеральную поддержку в 2015 году. Миссией совместного проекта «АльфаСтрахования» и Ассоциации менеджеров России является повышение прозрачности и конкурентоспособности российских компаний, а также укрепление общественного доверия к бизнесу. Целью проводимых мероприятий является обмен лучшим опытом, а также разработка и внедрение современных решений, снижающих уровень заболеваемости и повышающих эффективность деятельности сотрудников различных уровней.

Информация предоставлена компанией

Источник: [Википедия страхования](#) , 09.07.15