

nologies/technology/22/03/2023/64085d6b9a79479d8da9b2b1 (дата обращения: 22.11.2024).

2. *Иванов, А.* Дополненная реальность в моде и косметике / А. Иванов // TechRadar. — URL: <https://www.techradar.com/ru/news/dopolnennaya-realnost-v-mode-i-kosmetike> (дата обращения: 22.11.2024).

3. *Петров, М.* Как виртуальные примерочные меняют рынок моды / М. Петров // Аналитика и технологии. — URL: <https://www.analitic.ru/articles/2023/03/22/virtualnye-primerochnye> (дата обращения: 22.11.2024).

В. А. Гончарова

БГЭУ (Минск)

Научный руководитель — О. А. Касабуцкая

ВЫГОРАНИЕ СОТРУДНИКОВ

Выгорание сотрудников (или профессиональное выгорание) — состояние физического, эмоционального и психического истощения, которое возникает в результате длительного стресса и перегрузок на рабочем месте. Эта проблема становится все более актуальной в современном мире, особенно в условиях высокой конкуренции, быстрого темпа работы и постоянного давления.

Причинами выгорания сотрудников являются чрезмерные требования к объему работы и срокам выполнения задач, чувство беспомощности и отсутствие возможности влиять на свою работу, нехватка поддержки со стороны руководства и коллег, непонимание своих обязанностей и целей работы, отсутствие положительной обратной связи и признания достижений.

Рассмотрим пример компании «ТехноСофт». В последние два года компания значительно расширила свои проекты, что привело к увеличению объема работы и сокращению сроков выполнения задач. У сотрудников «ТехноСофт» начали проявляться следующие симптомы выгорания:

- истощение (многие разработчики стали чувствовать себя усталыми и опустошенными даже после выходных);
- деперсонализация (некоторые сотрудники начали цинично относиться к проектам и коллегам, что негативно сказалось на командной работе);
- снижение эффективности труда (уровень производительности снизился, и сотрудники стали чаще допускать ошибки в коде).

Последствиями выгорания является увеличение числа больничных листов и случаев обращения за медицинской помощью, связанных с психоэмоциональными расстройствами. Снижение уровня удовлетворенности работой привело к ухудшению атмосферы в команде, а для компании — к снижению качества продуктов и увеличению

сроков разработки новых функций, увеличению текучести кадров (несколько ключевых разработчиков уволились, что создало дополнительные сложности в проектировании и разработке), возрастанию затрат на найм и обучение новых сотрудников.

Руководство «ТехноСофт» осознало проблему и приняло ряд мер для ее решения — была создана поддерживающая среда:

- внедрение регулярных анонимных опросов для сотрудников, чтобы выявлять уровень стресса и удовлетворенности работой;
- организация дней открытых дверей для обсуждения проблем, где сотрудники могли бы свободно делиться своими переживаниями;
- управление нагрузкой: перераспределение задач между командами и внедрение Agile-методов, чтобы улучшить планирование и гибкость в работе;
- обучение и развитие: проведение тренингов по управлению стрессом и тайм-менеджменту;
- баланс работы и личной жизни: введение гибкого рабочего графика и возможность удаленной работы, что позволило сотрудникам лучше сочетать личные и рабочие обязательства;
- организация корпоративных мероприятий для улучшения командного духа и снятия стресса.

Таким образом «ТехноСофт» смогла справиться с проблемой выгорания сотрудников и создать более здоровую рабочую среду, что положительно сказалось на общей эффективности компании.

Источники

1. *Кивимяки, М.* Стресс на работе и здоровье: новые данные и выводы / М. Кивимяки, И. Кавачи // Новый английский журнал медицины. — 2021. — № 384 (1). — С 45–56. — DOI: 10.1056/NEJMra2001234.
2. *Карпенко, А. В.* Эмоциональное выгорание и его влияние на производительность труда / А. В. Карпенко, И. В. Сидорова // Психология и экономика труда. — 2023. — № 15 (2). — С. 78–90. — DOI: 10.1016/j.job.2023.02.004.

Л. Ю. Гончарова
БГЭУ (Минск)

Научный руководитель — **Н. Е. Свирейко**, канд. экон. наук, доцент

КОММЕРЧЕСКАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ЗАКУПКАМ ТОВАРОВ НАРОДНОГО ПОТРЕБЛЕНИЯ И ПУТИ ЕЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ

Закупки составляют до 70 % расходов предприятия, поэтому их оптимизация крайне важна. Первый шаг — детальный анализ всего закупочного цикла, разбивка его на отдельные этапы, включая, на