

Целевой функцией задачи могут быть максимизация прибыли, валового дохода, объема товарооборота или же минимизация издержек обращения [3, с. 117].

В научной работе был применен второй подход при поиске оптимального решения. На фактическом материале ОАО «Оршанский мясоконсервный комбинат» был определен путь максимизации прибыли фирменного магазина № 5 г. Орши. Применение ЭММ позволило определить, что оптимизация товарных запасов и структуры товарооборота позволит дополнительно получить 15,7 млн руб. прибыли, сократить на 17,8 % издержки обращения и повысить уровень рентабельности на 0,05 %.

Анализ экономических процессов последних десятилетий убедительно демонстрирует, что технический прогресс, инновации и технические изменения выступают главной причиной развития многих отраслей, роста производительности труда, повышения конкурентоспособности фирм, роста валового национального продукта развитых стран.

Литература

1. *Соломатин, А. Н.* Экономика, анализ и планирование на предприятии торговли : учебник для вузов / А. Н. Соломатин. — СПб. : Питер, 2011. — 560 с.

2. *Захарова, А. П.* Экономико-математические методы и модели в коммерческой деятельности предприятия: прикладное значение / А. П. Захарова, О. Ю. Виничук // Экономика и предпринимательство. — 2014. — С. 755–759.

3. *Гвоздева, В. А.* Основы построения автоматизированных информационных систем : учебник / В. А. Гвоздева, И. Ю. Лаврентьева. — М. : ИД ФОРУМ : НИЦ Инфра-М, 2013. — 320 с.

А.В. Либерт, А.С. Козлов
БГЭУ (Минск)

Научный руководитель **В.В. Мороз**

ПУТИ ПОВЫШЕНИЯ СТРЕССОУСТОЙЧИВОСТИ ПЕРСОНАЛА

В жизни мы постоянно сталкиваемся со стрессовыми для нас ситуациями, и зачастую они возникают независимо от того, хотим мы этого или нет. В современных условиях стресс обычно рассматривают как ситуацию, при которой внешнее давление или стрессогенные факторы нарушают нашу способность справляться с трудностями и на работе, и в повседневной жизни.

В последнее время все больше внимания уделяют профессиональным стрессам, и это не случайно, так как негативные последствия влияют не только на психическое и физическое здоровье отдельного работника, но и на организационную среду и эффективность организации в целом.

Синдром выгорания рассматривается как ответная реакция на длительные профессиональные стрессы, возникающие в процессе межличностных коммуникаций, и ярче всего данный синдром проявляется у представителей профессий, относящихся к системе «человек—человек». Как и любую болезнь, выгорание легче предупредить, чем лечить, поэтому важно обращать внимание на определение факторов, способствующих развитию этого явления [2].

Навыки управления стрессом являются одними из ключевых в работе менеджера — человека, который руководит другими и оказывает непосредственное влияние на профессиональную эффективность своих сотрудников.

В современных условиях возрастает потребность в изучении психологической устойчивости профессионала как его способности управлять своим эмоциональным состоянием, избирательно относиться к внешним влияниям, сопоставлять мнение и поступки других людей, свои поступки с устоявшимися нормами, оптимально организовывать свое поведение в трудных ситуациях профессионального взаимодействия. Определив вид стрессоустойчивости, можно подобрать способ преодоления неблагоприятных ситуаций применительно к конкретному человеку [1].

На основе Методики определения стрессоустойчивости и социальной адаптации Холмса и Раге и Бостонского теста на стрессоустойчивость среди опрошенных 78 студентов Белорусского государственного экономического университета 1-, 2-, 3- и 4-го курсов было выяснено, что высоким уровнем стрессоустойчивости обладают лишь 28 % респондентов. Это свидетельствует о необходимости проведения различных мероприятий по повышению уровня стрессоустойчивости.

По статистике, в США 90 % населения постоянно находится в состоянии сильного стресса. В итоге экономические потери от стресса в США превышают 300 млрд долл. ежегодно. Поскольку на карту поставлены большие деньги, американские, западноевропейские и японские компании принимают активные меры. В свой бюджет они специально включают расходы на управление профессиональным стрессом. Десятки из них уже давно открыли для своих сотрудников курсы по борьбе со стрессом, где желающим предлагается разнообразная помощь — от групповых консультаций до гипноза, медитации, самовнушения и восточных курсов самообороны. Другие компании вовлекают своих сотрудников в занятия спортом, йогой, танцами.

В Швеции Закон от 1991 г. «О производственной среде» поощряет трудящихся менять свою рабочую обстановку и приспособлять ее под себя.

В Японии популярны блокноты для снятия стресса; сосуды со звуконепроницаемыми стенками, в которые можно кричать, но никто тебя не услышит; комнаты психологической разгрузки, где можно, например, в обеденный перерыв немного расслабиться.

Литература

1. *Дафт, Р.* Менеджмент : пер. с англ. / Р. Дафт. — 6-е изд. — СПб. : Питер, 2007. — 864 с.
2. *Зельдович, Б. З.* Менеджмент : учебник / Б. З. Зельдович. — М. : Издательство «Экзамен», 2007. — 591.

Т.В. Мартос

БГЭУ(Минск)

Научный руководитель В.В. Мороз — магистр экон. наук

ЭФФЕКТИВНОСТЬ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ТАЙМ-МЕНЕДЖМЕНТА

Всем нам знакома проблема острой нехватки времени. Это связано в первую очередь с его неэффективным использованием. Управленческая практика подтверждает, что десятиминутная подготовка рабочего дня позволяет сэкономить до двух часов рабочего времени, поэтому принципиально важно ежедневно письменно планировать рабочий день. Сделать это максимально эффективно вам помогут определенные правила и законы:

- правило 60 на 40: планом должно быть охвачено не более 60 % вашего времени. Около 40 % нужно оставить в качестве резервного для неожиданных дел [2];
- метод Эйзенхауэра — позволяет выделить важные и существенные дела на основании 4 категорий дел по важности и срочности;
- закон Паркинсона — объем работы возрастает в той мере, в которой это необходимо, чтобы занять время, выделенное на ее выполнение;
- принцип Парето — 20 % обстоятельств (причин) генерируют 80 % последствий, и наоборот [1, с. 138].

Существуют и другие простые и оригинальные методы управления временем. К ним относятся: «Помидорный» метод (состоит из 25 мин интенсивной работы и 5 мин отдыха), метод лягушки («лягушками» называются неприятные дела, которые нужно решить в первую очередь), метод слона (большие задачи и объемы работ, которые рекомендуется делить на фрагменты) и метод швейцарского сыра (заключается в выполнении работы по частям).

Мы провели анализ рабочего времени управленческого персонала на ОАО «Городейский сахарный комбинат» с восьмичасовым рабочим днем.

Общая оценка использования рабочего времени включает в себя оценку распределения рабочего времени с точки зрения эффективности его использования. Для этого определим коэффициент экстенсивности $K_{э}$, рассчитываемого по следующей формуле:

$$K_{э} = (\Phi - \Pi) / \Phi = 1 - \Pi / \Phi, \quad (1)$$

где Φ — фонд рабочего времени с учетом обеденного перерыва; Π — регламентированные и нерегламентированные перерывы.