

СТРЕСОСТІЙКІСТЬ ЯК КЛЮЧОВИЙ ФАКТОР ЕФЕКТИВНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ МЕНЕДЖЕРА В ВОЄННИЙ ТА ПОВОЄННИЙ ПЕРІОД

^{1,2}Херсонський державний аграрно-економічний університет

Анотація: У статті досліджено поняття стресостійкості як ключового фактора ефективної діяльності менеджера в воєнний та повоєнний періоди. Встановлено, що стресостійкість включає такі навички та риси, як емоційна стабільність, позитивне ставлення до життя, здатність адаптуватися до змін, гнучкість, самоконтроль, оптимізм, безтурботність, здатність керувати емоціями та поведінкою в стресових ситуаціях. Доведено, що стресостійкість українців може залежати від багатьох факторів, таких як соціально-економічна ситуація, рівень освіти та культурні особливості. Досліджено обставини при яких вимушені вести підприємницьку діяльність сучасні бізнесмени-українці. Доведено, що розвиток стресостійкості у керівників може допомогти їм зберегти ефективність та продуктивність.

Ключові слова: стресостійкість, менеджмент, воєнний та повоєнний час, підприємництво, бізнес, окуповані території.

Abstract: The article explores the concept of stress resilience as a key factor in the effective performance of managers during both wartime and post-war periods. It has been established that stress resilience includes skills and traits such as emotional stability, a positive attitude towards life, adaptability to change, flexibility, self-control, optimism, carefreeness, the ability to manage emotions and behavior in stressful situations. It is proven that stress resilience among Ukrainians may depend on various factors, such as the socio-economic situation, level of education, and cultural peculiarities. The circumstances under which modern Ukrainian businessmen are forced to conduct entrepreneurial activities are also examined. It is demonstrated that the development of stress resilience among leaders can help them maintain efficiency and productivity.

Keywords: stress resilience, management, wartime and post-war periods, entrepreneurship, business, occupied territories.

Стресостійкість в управлінні є головним атрибутом в успішності будь – якої галузі. Стресостійкість – це здатність людини протистояти стресовим ситуаціям, що виникають у повсякденному житті. Це може включати фізичні, емоційні, психічні та соціальні стресори. Основна ідея стресостійкості полягає в тому, що людина може використовувати власні ресурси та засоби для ефективної та адаптивної реакції на стрес. Стресостійкість включає такі навички та риси, як емоційна стабільність, позитивне ставлення до життя, здатність адаптуватися до змін, гнучкість, самоконтроль, оптимізм, безтурботність, здатність керувати емоціями та поведінкою в стресових ситуаціях. Стійкість до стресу можна розвинути шляхом навчання, підтримки соціальних зв'язків і розвитку позитивного погляду на життя.

Менеджери працюють завжди в досить активному середовищі та з різними за характером, темпераментом, світоглядом людьми, тому їм необхідно знаходити у собі такий баланс, щоб приймати важливі, ситуаційні рішення у стресових ситуаціях. Менеджери можуть розвивати свою стресостійкість, зосереджуючись на позитивних моментах та розвиваючи підтримуючі соціальні зв'язки, використовувати різні стратегії для зменшення стресу, такі як заняття спортом, медитація, планування розкладу та використання технік управління часом.

Стресостійкість українців може залежати від багатьох факторів, таких як соціально-економічна ситуація, рівень освіти та культурні особливості. Загалом, українці можуть бути досить стресостійкими, оскільки вони звикли протистояти різним викликам і труднощам у повсякденному житті.

Однак, соціально-економічна ситуація в Україні може впливати на рівень стресостійкості населення. Наприклад, економічна нестабільність, низькі зарплати та високий рівень безробіття

можуть спричиняти підвищення стресу серед українців. Також, поганий стан системи охорони здоров'я та інфраструктури може бути джерелом стресу для багатьох людей.

Незважаючи на це, українці мають сильну волю та готовність долати труднощі. Також, національні культурні особливості, такі як підтримка родинних зв'язків та взаємопідтримка у спільноті, сприяють розвитку стресостійкості.

Оскільки на даний момент в Україні йдуть військові дії, звичайно складно зберегти набуту стресостійкість до 24 лютого 2022 року. Але не зважаючи на всі труднощі, які зараз проходить український народ, будь-то в Україні, будь-то за кордоном, можна відмітити, що українці проходять усі рівні щоб набути стресостійкості, від адаптації до прийняття рішень у стресовій ситуації. Це стосується як звичайних громадян, так і підприємців – менеджерів, які змогли подолати значну частину перешкод та все одно працюють, надають робочі місця людям у скрутний час.

Вважаємо, що ті підприємства які вистоять у військовий час їх вже нічого не здолає. Оскільки, керівнику перш за все потрібно розібратися у самому собі, чи зможе він продовжувати свою справу далі, незважаючи на усі труднощі воєнного часу, та витримати це на емоційному рівні. На українському ринку багато підприємств які закриті, зараз не враховуємо ті фірми, які розташовані в містах, де йдуть бойові дії чи які знаходяться під окупацією РФ. Це говорить про те що керівники не були готові працювати у таких умовах, і перш за все через те що не змогли витримати на емоційному та психологічному рівні. Але такі показники були на першому етапі повномасштабного нападу на Україну. Зараз ситуація змінюється, люди розуміють, що потрібно продовжувати жити далі, відкривають свої малі або навіть великі підприємства та працюють, надаючи людям робочі місця та підтримуючи економіку України. Дані керівники яскравий приклад, що звикнути можна до всього, навіть до війни [1,2,3].

Стресостійкість менеджера випробовує життя, будь якими способами. Здатність до стресостійкості є важливою для керівника, що дозволяє йому ефективно працювати в умовах постійної нестабільності та несприятливих умов. Українські керівники також потребують цієї якості, оскільки Україна переживає складні соціально-економічні умови та політичну нестабільність, що можуть спричинити стрес та труднощі у роботі. Основні характеристики стресостійкості, такі як здатність до адаптації до змін, позитивний підхід до життя, гнучкість і емоційна стабільність, можуть бути корисними для українських керівників у вирішенні різних завдань. Розвиток стресостійкості у керівників може допомогти їм зберегти ефективність та продуктивність.

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Жосан Г.В., Хірса І.М. Особливості підприємницької діяльності в умовах воєнного стану в Україні. Таврійський науковий вісник: Серія Економіка. 2022. Вип. 14. С. 26-32. DOI: <https://doi.org/10.32782/2708-0366/2022.14.3>

2. Zhosan Hanna, Khoroshko Anna DIAGNOSTIC ANALYSIS OF THE RELEVANCE OF DOING BUSINESS BY YOUNG ENTREPRENEURS IN THE POST-PANDEMIC COVID-19 PERIOD. Таврійський науковий вісник: Серія Економіка. 2022. Вип. 12. С. 54-61.

3. Жосан Г.В., Кириченко Н.В. Менеджмент персоналу в умовах постпандемії та воєнного стану в Україні. Таврійський науковий вісник: Серія Економіка. 2022. Вип. 12. С. 48-54.

Жосан Ганна Володимирівна, кандидат економічних наук, доцент, доцент кафедри менеджменту та інформаційних технологій, Херсонський державний аграрно-економічний університет, Херсон, e-mail: ennzhosan@gmail.com

Смолінкіна Олена Ігорівна, здобувач вищої освіти першого (бакалаврського) рівня, кафедри менеджменту та інформаційних технологій, Херсонський державний аграрно - економічний університет, Херсон, e-mail : smolinkinaalena@gmail.com

Zhosan Hanna V. – Candidate of Economic Sciences, Associate Professor, Associate Professor of the Department of Management and Information Technologies, Kherson State Agrarian and Economic University, Kherson, e-mail: ennzhosan@gmail.com

Smolinkina Olena I.- student of higher education, 3rd year, Department of Management and Information Technologies, Kherson State Agrarian and Economic University, Kherson, e-mail : smolinkinaalena@gmail.com