

Даже когда «рабочие руки» на месте, в каком они состоянии?

альтернативный взгляд на дефициты на рынке труда

Батарейка заряжена на треть

Дефицит энергии

индекс ментального
благополучия
работающего россиянина

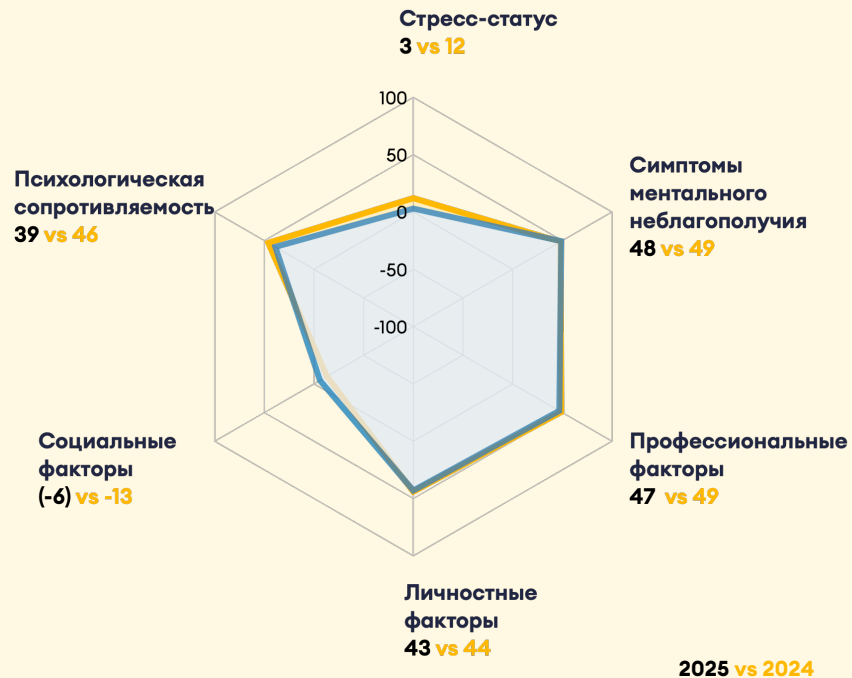
30

vs 34 в 2024

30%

vs 40% в 2024

работающих россиян находятся на высоком
уровне ментального благополучия



Треть команды уже работает ниже своей мощности

Дефицит производительности

Стресс и выгорание
– новый фон

35%

испытывают давление
стресса регулярно

25%

измотанность и упадок сил,
переживания, раздражительность

22%

принимают успокоительные
и 5% антидепрессанты

56%

руководителей с симптомами
выгорания

+150%

рост F-диагнозов в 2025
(от 1 до 4% сотрудников)

просебя

Индекс ментального благополучия работающего россиянина, 2025 Просебя и Фонд «Общественное мнение»

Внутренние данные Группы Ренессанс страхование по портфелю ДМС 2024-2025

Внутренние результаты клинических тестов, Просебя 2024-2025

Треть команды уже работает ниже своей мощности

Дефицит производительности

Стресс и выгорание – новый фон	Потери производительности	Удар по вовлечённости и лояльности
35% испытывают давление стресса регулярно	35% снижение когнитивной эффективности	-43 eNPS сотрудников с низкой устойчивостью
25% измотанность и упадок сил, переживания, раздражительность	+60% рост количества ошибок	12% удовлетворены работой
22% принимают успокоительные и 5% антидепрессанты	12% рабочего времени на лечение	48% допускают увольнение в ближайшие 6 месяцев
56% руководителей с симптомами выгорания	Давление на ДМС:	
+150% рост F-диагнозов в 2025 (от 1 до 4% сотрудников)	+94% выше чек, +70% частота, +60% услуг	

Треть команды уже работает ниже своей мощности

Дефицит производительности

$\frac{1}{3}$ команды × $\frac{1}{3}$ потери мощности = каждый 4-й – «потерянные руки»

Потери производительности

35% снижение когнитивной эффективности

+60% рост количества ошибок

12% рабочего времени на лечение

Удар по вовлечённости и лояльности

-43 eNPS сотрудников с низкой устойчивостью

12% удовлетворены работой

48% допускают увольнение в ближайшие 6 месяцев

Давление на ДМС:

+94% выше чек,
+70% частота,
+60% услуг

Не «привилегия» отдельных индустрий, а новые «нормы» для всех

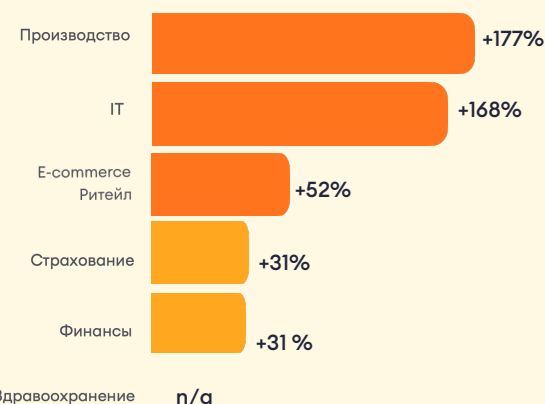
Стресс: средний балл и структура



Выгорание: средний балл и структура



F-диагнозы: рост обращаемости



Почему люди не справляются

Дефицит навыков

на **37%**

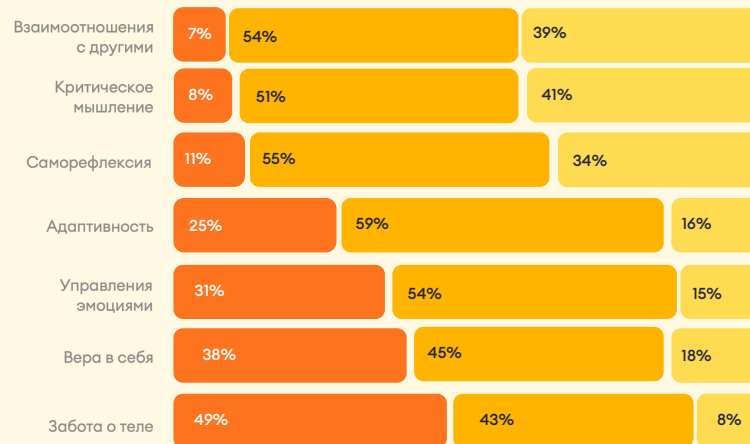
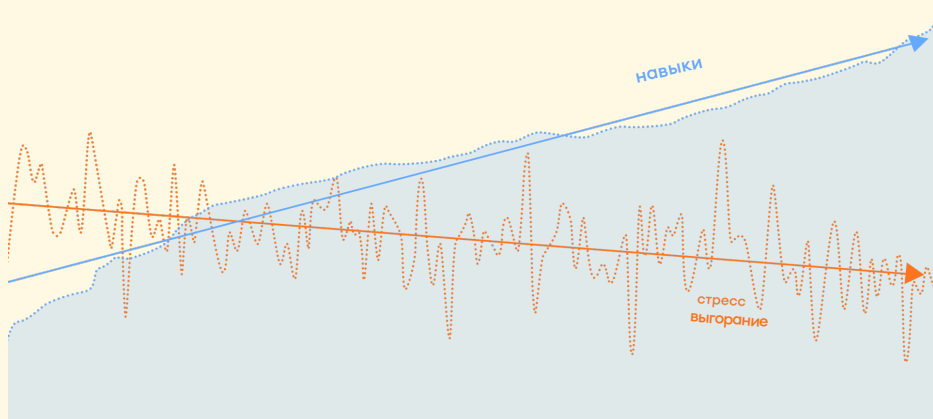
сотрудники с высоким уровнем навыков устойчивости менее чувствительны к стрессу

85%

выгоревших имеют слабые навыки веры в себя и адаптивности

Отсутствие навыков запускает каскад

истощение → эмоциональная реактивность → снижение качества решений → потеря адаптивности → выгорание



● Развит слабо ● Развит средне ● Развит хорошо

Что если искать резерв не только снаружи, но и внутри

Знаем ли мы реальное состояние людей в наших командах?

Что мы делаем с теми, кто уже «на нуле» – и сколько нам это стоит?

Может ли инвестиция в мощность текущих людей компенсировать дефицит новых?