STIMULAREA SATISFACȚIEI PROFESIONALE LA ANGAJAȚI PRIN MELOTERAPIE

Ana FUIOR, Facultatea de Psihologie şi Ştiinţe ale Educaţiei

Economia phase transition to market through which Moldova causes a number of changes in all spheres of activity especially in the organizational environment that can not be overlooked. This change will influence and improve the way insurance professionals. So today every organization is interested employees to do well at work, to be satisfied with a positive attitude to work, be loyal and dedicated exclusively to the work they perform. One of the problems facing today's HR department, is to find methods of psychological intervention as effective to boost job satisfaction and reduce training fatigue. Analyzing the literature and recent studies have concluded that receptive music therapy as a method of psychological intervention boosts satisfaction and reduces fatigue which led us to the study question.

Având în vedere etapa de tranziție spre economia de piață prin care trece Republica Moldova şi condițiile economice create ce impun organizațiilor o orientare mai puternică spre asigurarea unui confort psihologic, emoțional şi fizic al angajaților, subiectul de față este unul foarte actual şi mai ales, ținând cont de faptul că una din dificultățile cu care se confruntă astăzi departamentul Resurse Umane este cea de a găsi metode de intervenție psihologică cât mai eficiente pentru a stimula satisfacția profesională, definită de ***Edwin A.Locke (1981)*** ca fiind „reacția pe care cineva o are față de slujba sa, o stare emoțională plăcută sau pozitivă ce rezultă din aprecierea propriei slujbe'' [2].

Cercetările efectuate de curând, ce demonstrează impactul muzicii asupra psihicului şi fizicului, sunt: cercetările profesorului în neuroştiințe ***Daniel Levitin***, de la Universitatea McGill din Montreal, care afirmă că „muzica activează în creier zonele asociate cu plăcerea, excitarea şi satisfacția iar în momentul în care o persoană ascultă o melodie preferată, în crierul acesteia are loc o eliberare de dopamină – hormon asociat cu recompensa şi fericirea''[4]; investigațiile cercetătorilor britanici ce au descoperit că muzica ritmată combate stresul, iar cea veselă binedispune oamenii, făcându-i pe aceştia să creadă că toți cei din jurul lor sunt la fel de fericiți ca şi ei, având o stare emoțională plăcută sau pozitivă afirmațiile cercetătorilor ***J.Verdeau-Pailles şi Kiefer (1994),*** potrivit cărora „eficacitatea muzicii apare acolo unde ea solicită şi stimulează toate elementele pozitive ale individului: voință, satisfacție, perseverență, inițiativă, încredere în sine, inteligență, memorie" [5]. Cercetătorii au remarcat faptul că percepția oamenilor poate fi influențată atât de sunetele „vesele", precum valurile mării ajunse la țărm, lemnele care ard pe foc şi ciripitul păsărelelor, cât şi de sunetele „triste", precum împuşcăturile, rafalele puternice de vânt sau zgomotul utilajelor industriale. Chiar şi un mic calup de doar 15 secunde de muzică este suficient pentru a influența percepția oamenilor asupra celor din jur – de la colegii de la locul de muncă la prietenii apropiați [6]. Astfel, s-a ajuns la concluzia că elaborarea unui program de meloterpie, care presupune *„un ansamblu de metode psihoterapeutice implicând participarea activă a subiec-*

tului prin utilizarea complexului sunet – ființă umană, în scop diagnostic şi de stimulare, având ca obiective: o activare emoțională; reglarea tensiunilor afective; o armonizare psihosomatică; o acțiune de inițiere şi de întărire a contactelor interpersonale; o ameliorare a vitalității'', şi folosirea acestuia ca metodă psihologică de intervenție la locul de muncă stimulează satisfacția profesională, ceea ce ne-a condus la realizarea unei cercetări [1,3, p. 123].

În cadrul cercetării am elaborat un program meloterapeutic şi am urmărit cum se schimbă nivelul satisfacției în muncă la angajații din grupul experimental, care audiază muzică (melodiile au un ritm alegreto, alegro, vivace, presto; la volum mediu; câte 8 ore pe zi; genurile muzicale populară, pop, dece, manele) şi angajații din grupul de control care nu audiază muzică. Eşantionul cercetării a fost constituit din 60 de persoane angajate în SA „Zorile" (30 de persoane secția producere Nr.2, care constituie grupul experimental, şi 30 de persoane angajate în SA „Zorile", secția producere Nr. 4 – grupul de control). Ambele grupe au fost supuse aceluiaşi set de metode de cercetare.

Rezultatele obținute în urma pre şi posttestării le putem vizualiza şi analiza în figurile de mai jos:

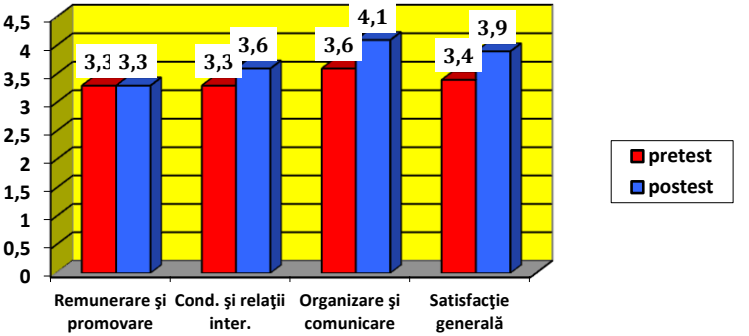


Fig.1 Valorile medii la variabila „satisfacția în muncă" pretest şi posttest, grupul experimental

Analizând fig.1, unde sunt incluse datele grupului experimental, observăm o creştere a nivelului satisfacției generale şi a scalei organizare şi comunicare la etapa posttest, ceea ce denotă că angajații au devenit mai satisfăcuți de relațiile interpersonale de feedback, de comunicare, iar analiza statistică confirmă faptul că în urma aplicării programului meloterapeutic s-au înregistrat diferențe semnificative la scalele organizare şi comunicare, t=-3.499, p=0,002; satisfacție generală, t= -3.437, p=0.003. Nu putem remarca aceleaşi diferențe semnificative la grupul de control (a se vedea fig.2), unde sunt incluse datele angajaților ce nu au dispus de intervenția meloterapeutică. La acest grup nu se observă nici o schimbare în perioada dintre pretest şi posttest, iar analiza statistică confirmă acest fapt, astfel nici unul din rezultatele obținute la acest grup nu este semnificativ.

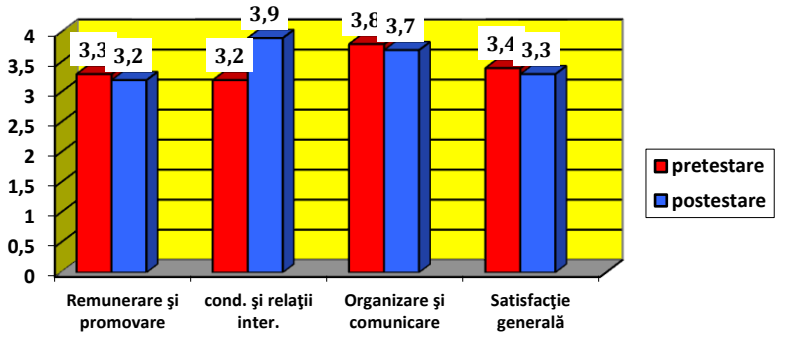


Fig.2 Valorile medii la variabila „satisfacția în muncă”
pretest şi posttest, grupul de control

În concluzie, meloterapia ca intervenție psihologică la locul de muncă este eficientă, ea contribuind la stimularea satisfacției profesionale, influențând starea emoțională, ce are ca impact ameliorarea stării de bine a angajaților. De asemenea, meloterapia influențează schimbarea percepției mediului şi atitudinii față de muncă a angajaților în una pozitivă, doar că trebuie neapărat să ținem cont de mai mulți factori atunci când elaborăm un program meloterapeutic, cum ar fi: temperamentul individului, educația, contextul sociocultural şi, bineînțeles, propria alegere a piesei muzicale şi interpretarea acesteia, deoarece răspunsurile afective ale unei lucrări muzicale sunt influențate de factorii enumerați.

Cercetarea dată poate fi foarte utilă pentru angajații departamentului Resurse umane, sau pentru traineri organizaționali, ca studiu practic în elaborarea unui program eficient de intervenție în diverse probleme cum ar fi: monotonia la locul de muncă, rutina, relațiile interpersonale nesatisfăcătoare, carențe în coeziunea grupului, stresul şi astenia profesională, lipsa satisfacției şi stării de bine la locul de muncă.

Referințe:

1. IAMANDESCU, I.B. *Muzicoterapia receptivă: premise psihologice şi neurofiziologice. Aplicații profilactice şi terapeutice.* Bucureşti: Info Medica, 2004.
2. GAGIM, Ion. Dimensiunia psihologică a muzicii. Iaşi: Timpul, 2003.
3. PITARIU, Horia. *Managementul resurselor umane.* Bucureşti: ALL Beck, 2000.
4. LIVITIN, Daniel. *This is your Brain on Muzic.* Dutton, 2006.
5. MOYNE – LARPIN, Y. *Musique pour renaitre.* Desclee de Brouwer, 1988.
6. http://academia.edu/258576/Crossmodal_transfer_of_emotion_by_music.

Recomandat
Ana SÂRBU, dr., conf. univ.