

ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ВЫГОРАНИЕ

или от чего болит голова на рабочем месте



**Одна из самых
серьезных
потерь
в битве
– потеря головы**

ПРИЧИНЫ ГОЛОВНОЙ БОЛИ

МИГРЕНЬ



ГИПЕРТОНΙΑ



СТРЕСС



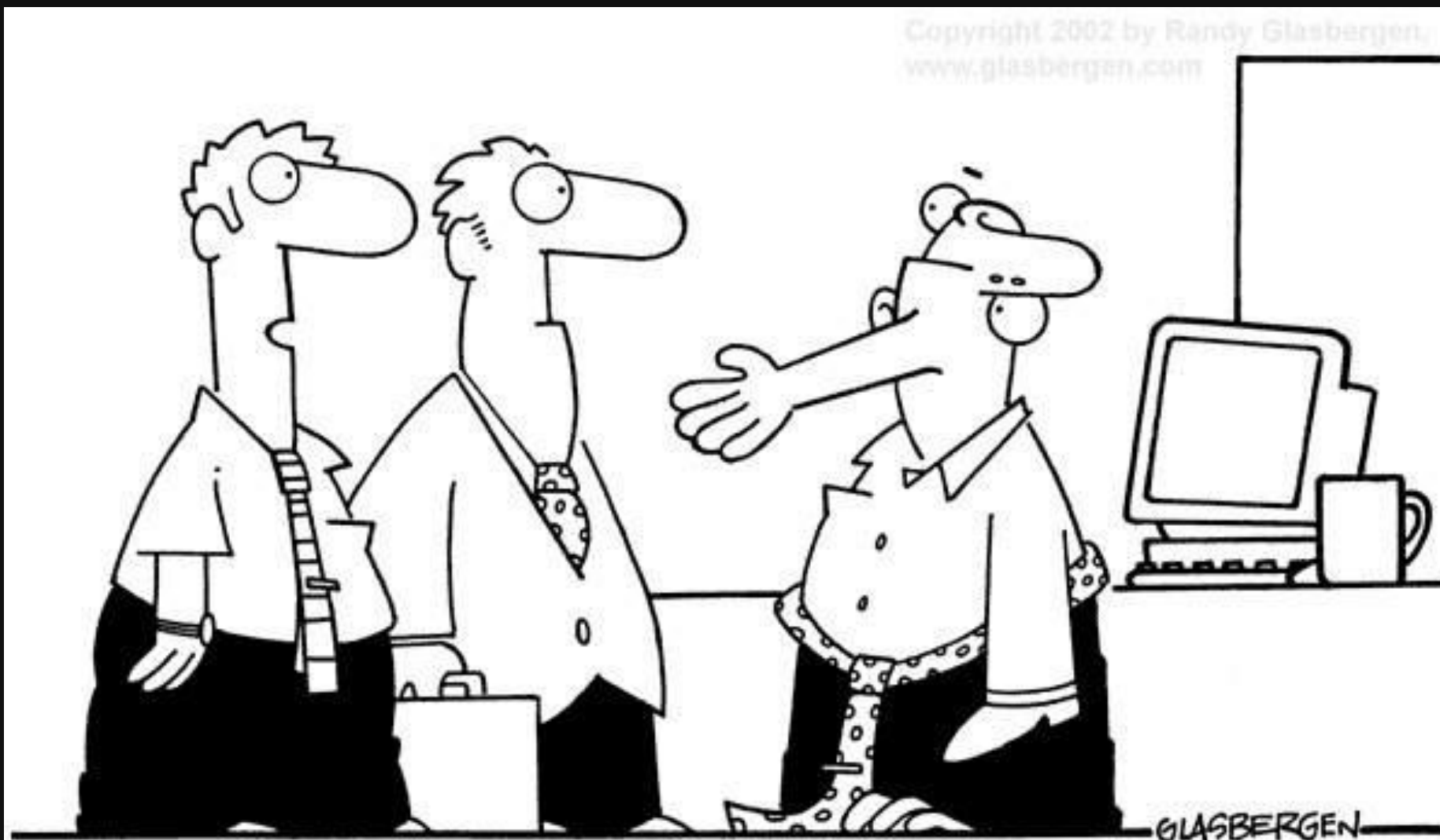
ИБ В КЫРГЫЗСТАНЕ



Голова первого лица



Голова отраслевого руководителя

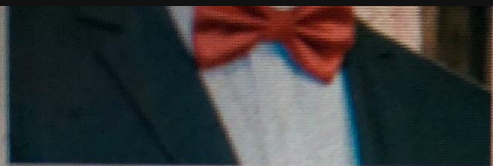


«Это наш ИТ-директор. Он зашифрован в целях безопасности»

Голова финансового руководителя



Голова эксплуатанта



IT-специалист

Информационные технологии, интернет, телеком

- Компьютерная безопасность
- Сетевые технологии
- Поддержка, Helpdesk

Занятость: полная занятость

График работы: полный день, вахтовый метод

Голова эксплуатанта

Информационные технологии, интернет, телеком

- Компьютерная безопасность
- Сетевые технологии
- Поддержка, Helpdesk

Занятость: полная занятость

График работы: полный день, вахтовый метод

Опыт работы 9 лет 4 месяца

Март 2018 —

по настоящее время
4 месяца

Казахстан

Финансовый сектор ... Показать еще

Стажер в Департаменте информационной безопасности

Администрирование систем информационной безопасности:

- * система предотвращения утечек информации McAfee Data Loss Prevention;
- * система контроля и защиты веб-трафика McAfee Web Gateway;
- * система шифрования конечных устройств McAfee Drive Encryption;
- * система формирования отчетов веб-трафика McAfee Web Reporter;
- * система защиты почтового трафика TRITON AP-EMAIL;

Январь 2016 —

декабрь 2017

2 года

Промышленное оборудование, техника, станки и комплектующие ... Показать еще

Менеджер по логистике

- Прием и учет заявок на транспортировку из Европы, России и Китая
- Поиск и заказ транспорта, подписание договоров и заявок с перевозчиками
- Контроль перевозок и сопутствующих процессов/услуг

Голова пользователя



Перебор стратегий



Коммуникации внутри компании

Тяжело быть минотавром-интровертом



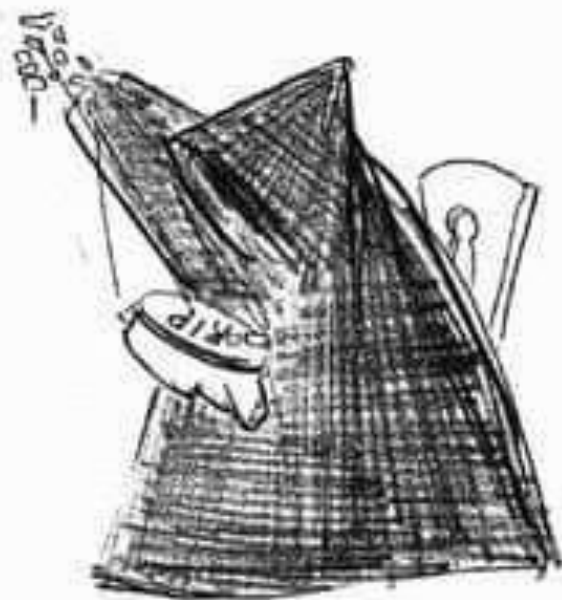
Сдвиг приоритетов



Ограничение ресурсов



МРАЧНЫЙ
ЖНЕЦ

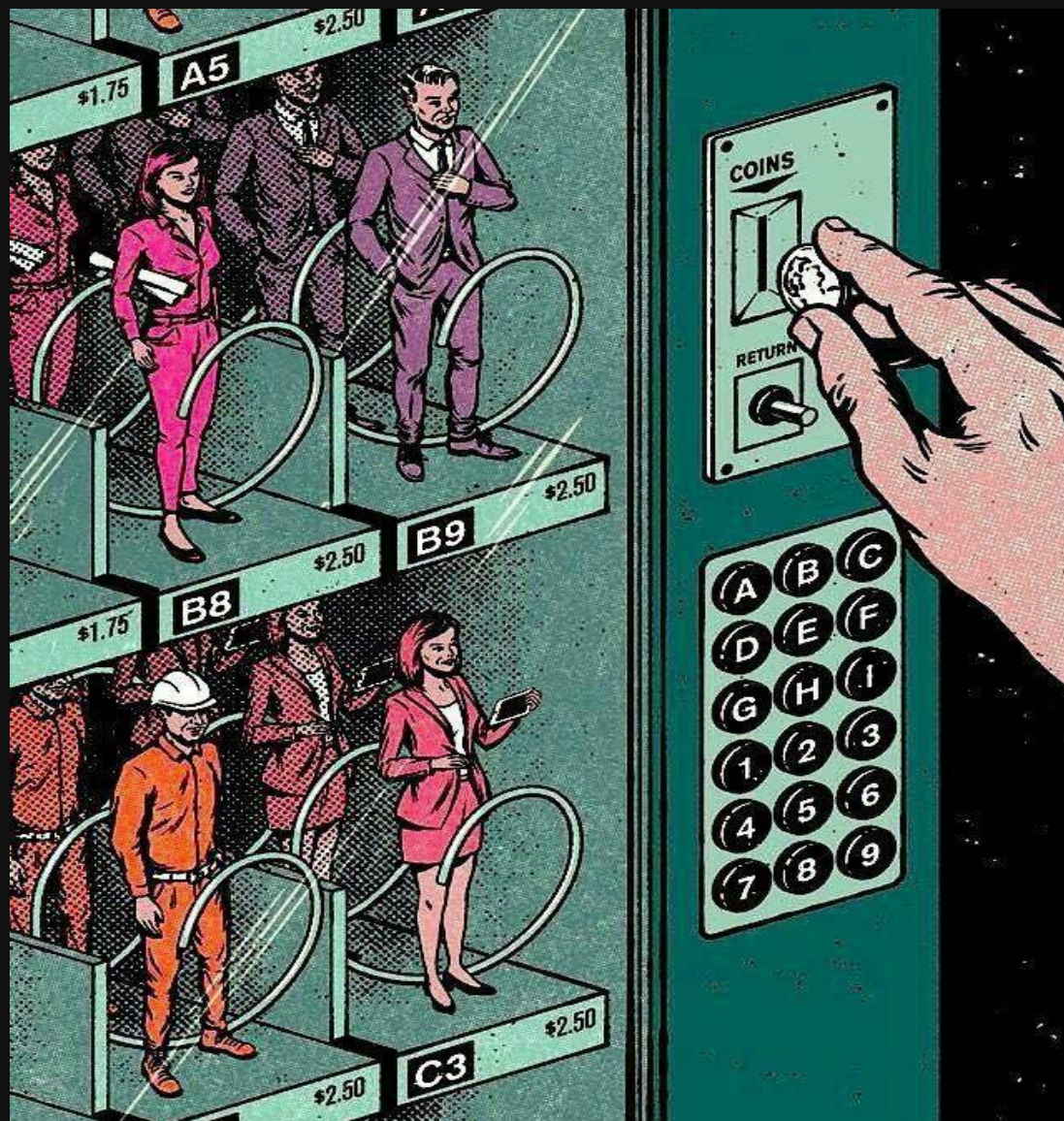


МРАЧНЫЙ
ШВЕЦ

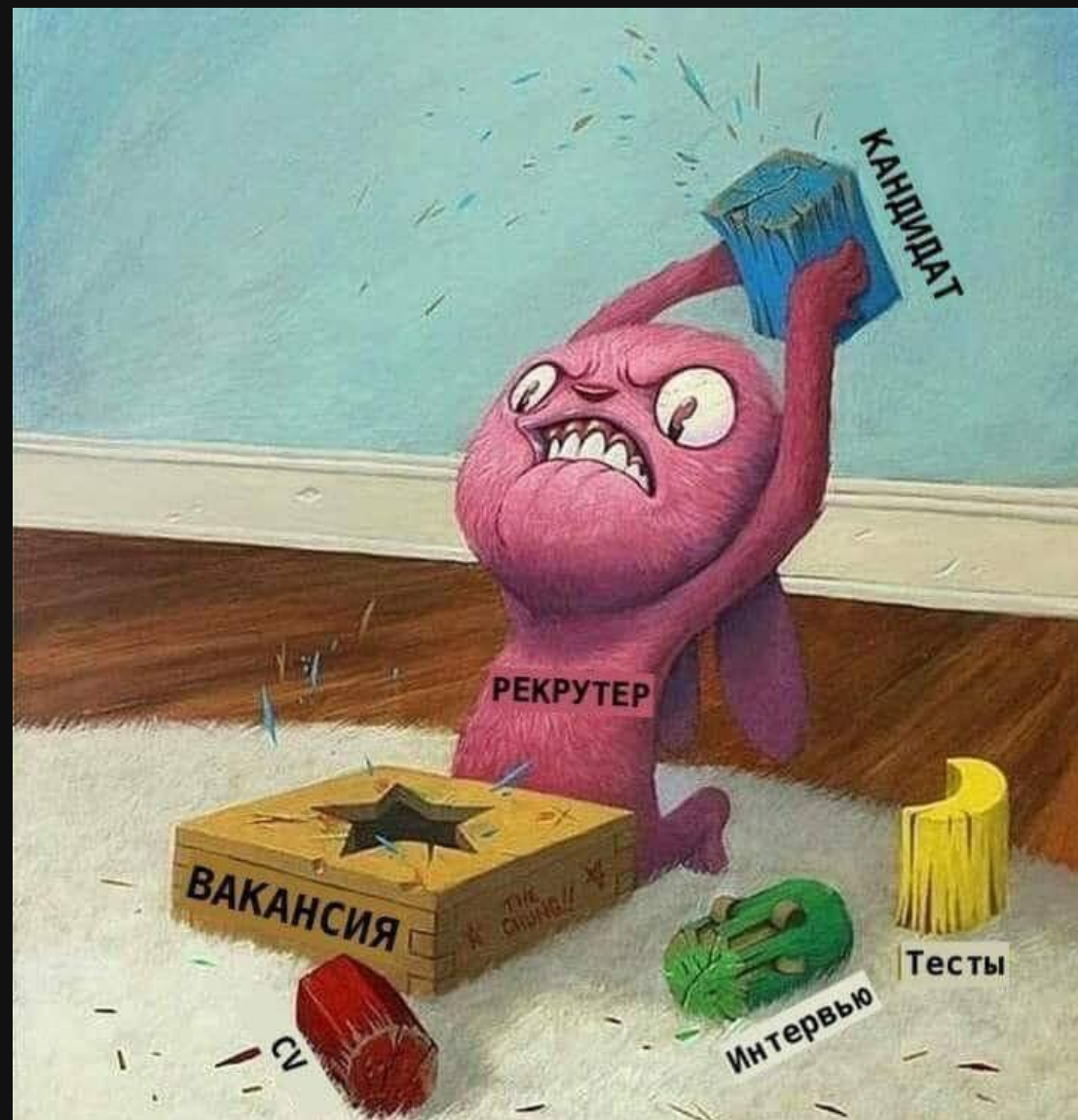


МРАЧНЫЙ
НА ДУДЕ ИГРЕЦ

Кадровые метания (про себя)

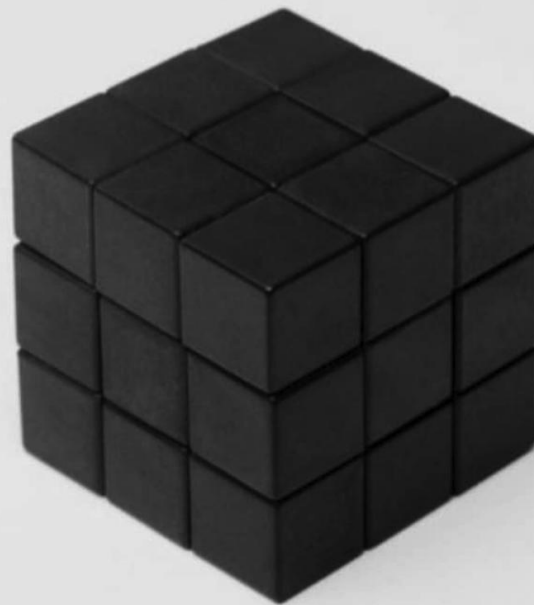


Кадровые метания (про других)



Утрата веры в себя

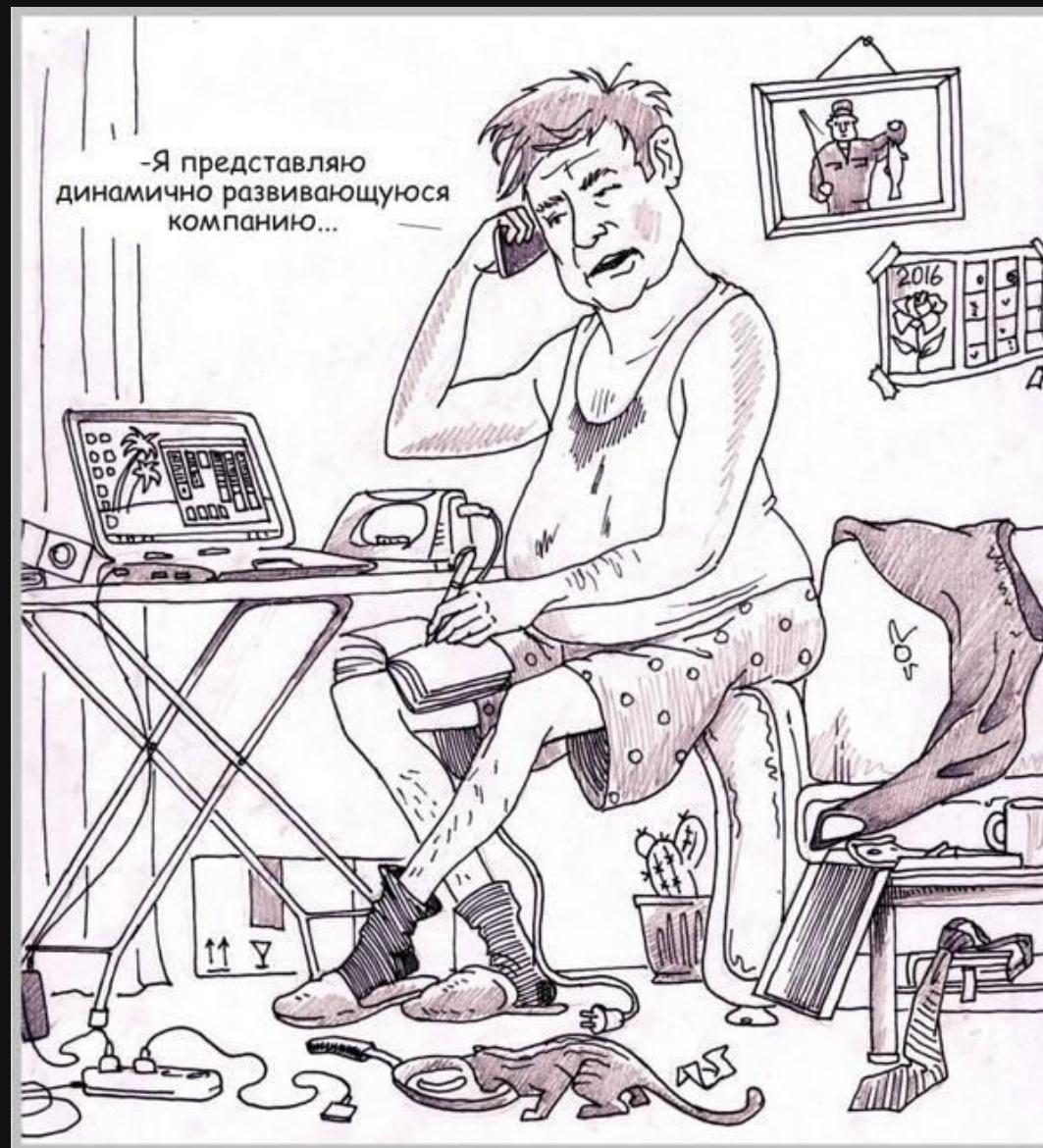
Кубик Депресубика. Всегда собран правильно, но тебя это не радует.



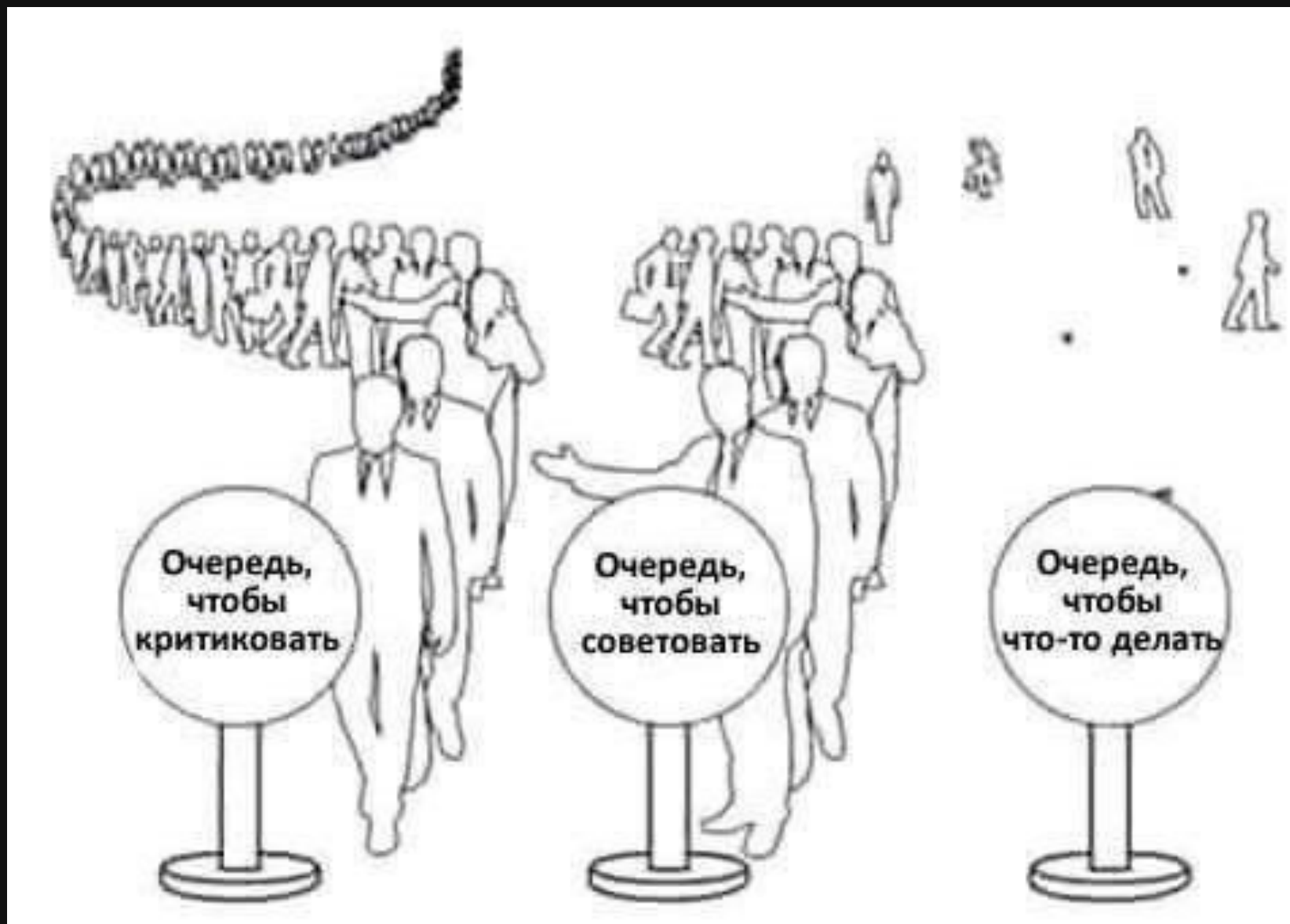
ЭФФЕКТ ДАНИНГА – КРЮГЕРА



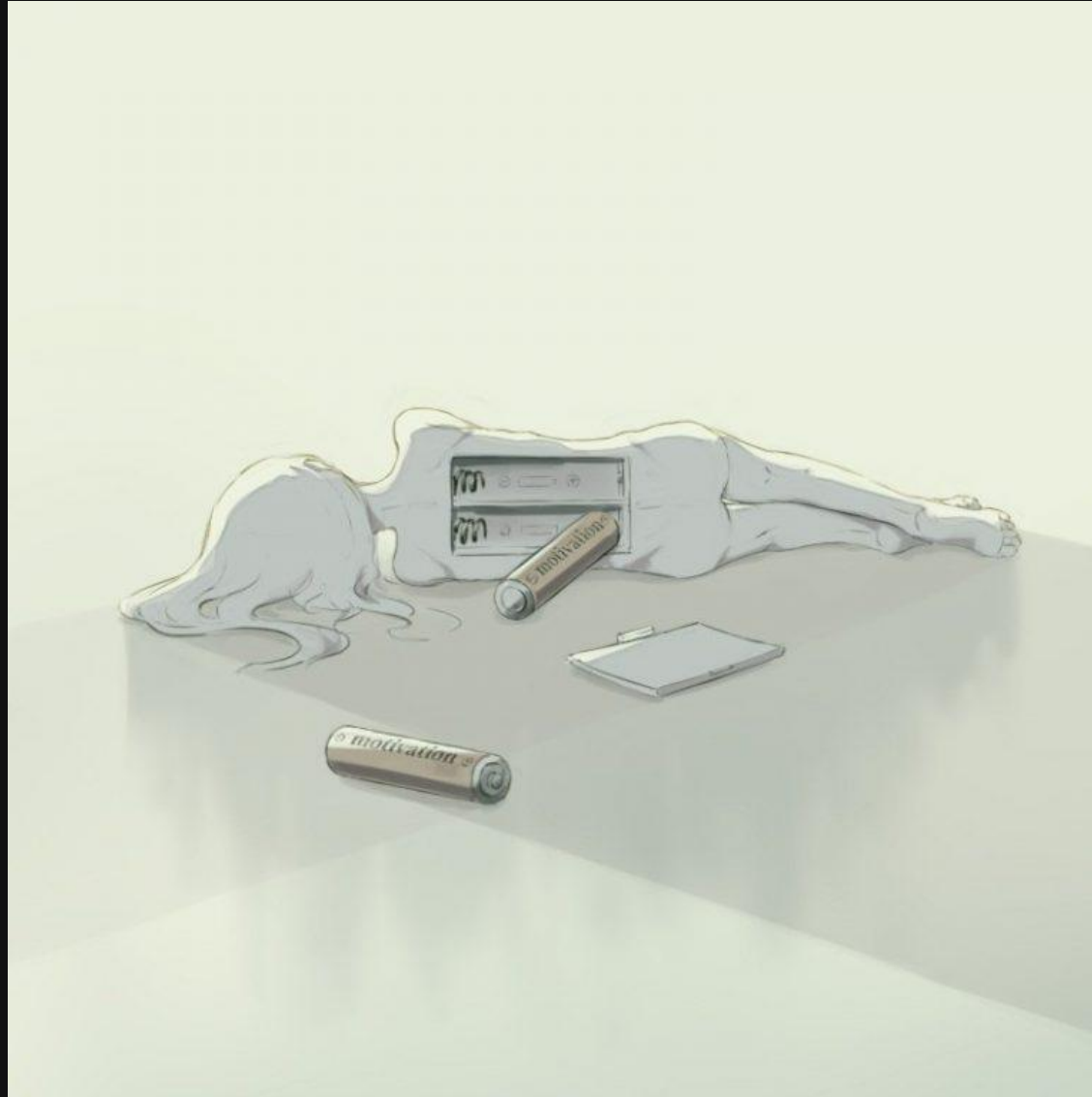
Утрата доверия к другим

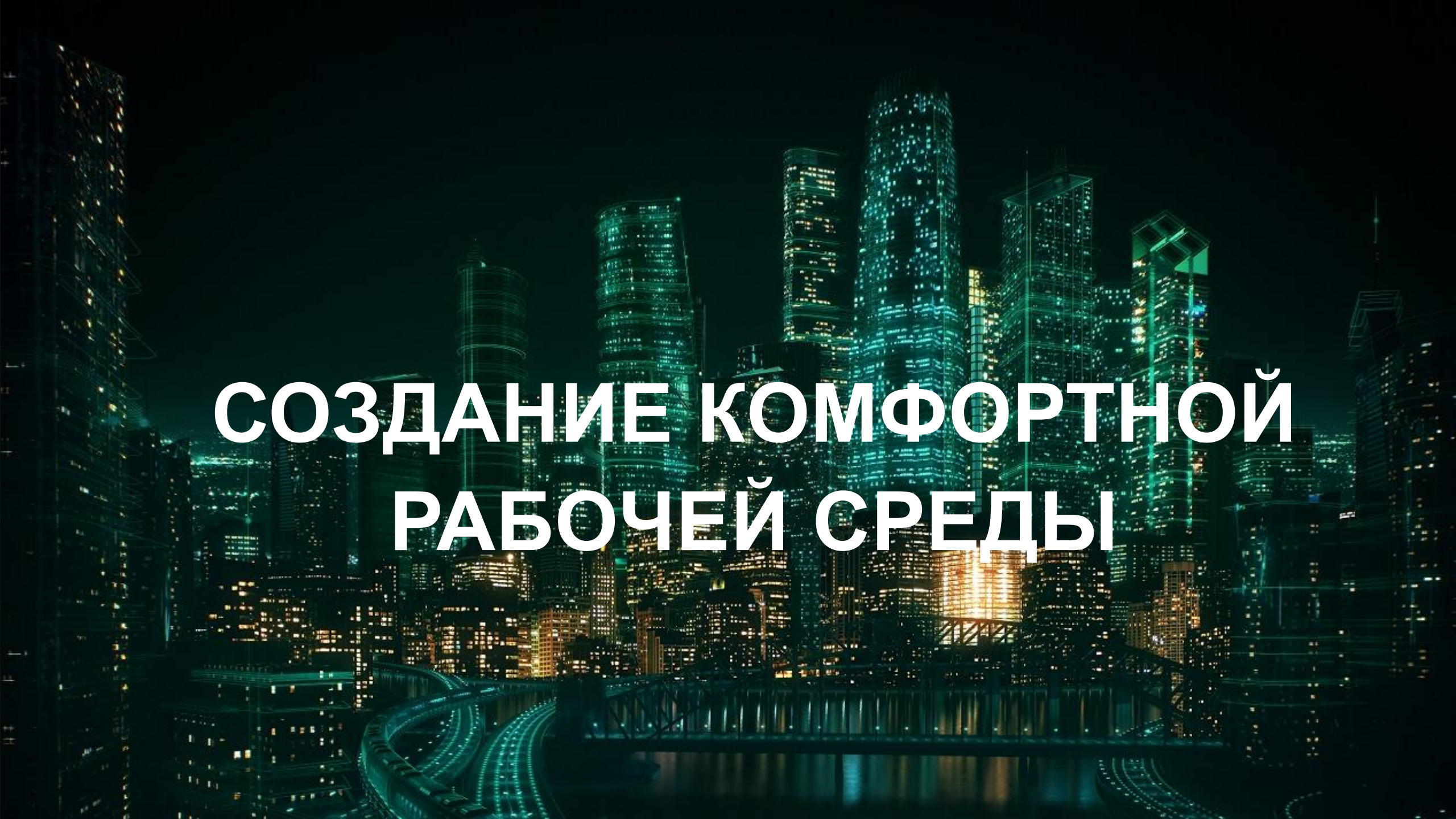


Бесконечный заплыв против течения



И вот наступил момент атаки...





СОЗДАНИЕ КОМФОРТНОЙ РАБОЧЕЙ СРЕДЫ



- Коммуникации внутри компании (защита проектов)
- Формирование отношения к ИБ с позиции риск-менеджмента
- Сбалансированная политика инвестиций в ИБ/ИТ проекты
- Развитие доверенной экосистемы мнений
- Подготовка инструментария киберразведки
- Коммуникации наружу (готовность в момент атаки на компанию)
- Превентивная подготовка кадровой среды
- Пропаганда ИБ-ценностей внутри компании (регулярные киберучения)

