

ПСИХОЛОГІЯ ОХОРОНИ ПРАЦІ

Студ. Косьменко М.В, ПТ КІСумДУ

В умовах промислового виробництва залежно від особливостей технологічного процесу, застосованих матеріалів, обладнання, продукції, що випускається, на людину в процесі праці діють фізичні, хімічні, біологічні небезпечні та шкідливі чинники. Проте в сучасному виробництві на людину діє велика кількість психофізіологічних чинників, зумовлених фізичними та нервово-психічними перевантаженнями працівника, його індивідуальними якостями та психічним станом.

Автоматизація, механізація та комп'ютеризація виробничих процесів, різке зростання швидкості та об'ємів виробничих, інформаційних та соціальних взаємодій у сучасному виробництві збільшили навантаження на центральну нервову систему працівника, і психофізіологічні фактори стали належати до ряду найважливіших небезпечних і шкідливих виробничих чинників.

Крім того, сучасний етап реформування економіки України характеризується збільшенням частки підприємств, де переважає розумова праця, під час якої домінують психофізіологічні навантаження. Отже, комплекс психофізіологічних небезпечних і шкідливих факторів та захисту від їх дії на сьогодні є актуальним питанням охорони праці.

Праця – це сукупність фізіологічних та психічних процесів, які спонукають, програмують і регулюють діяльність людини. У процесі праці відбувається функціональне напруження людини, яке зумовлене двома видами навантажень: м'язовими і нервовими.

М'язові навантаження визначаються робочою позою, характером робочих рухів, напруженням фізіологічних функцій тих органів, які задіяні при виконанні робіт стоячи або сидячи. Нервові навантаження зумовлені напругою уваги, пам'яті, активізацією процесів мислення та емоційної сфери.

Залежно від співвідношення м'язових і нервових навантажень праця поділяється на фізичну й розумову. Фізична праця відрізняється великими витратами енергії, швидким стомленням та відносно низькою продуктивністю. На відміну від фізичної, розумова праця супроводжується меншими витратами енергетичних запасів, але це не свідчить про її легкість. Під час розумової праці значно активізуються функції центральної нервової системи, прийом і переробка інформації, виникають нові комплекси умовних рефлексів, зростає роль функцій

уваги, пам'яті, навантаження на зоровий та слуховий аналізатори. Розвивається особливий стан організму – втома, що з часом може перетворитися на перевтому.

Під час розумової праці люди працюють не лише 8-12 годин на добу, а майже постійно з короткими переключеннями. Це і є підтвердженням інформативної теорії, згідно з якою людина під час сну перероблює інформацію, отриману в період бадьорості.

Кожний вид праці характеризується певним рівнем загальної активності працівника, вимагає вибіркової, специфічної психічної активності, пов'язаної з пізнанням, сприйняттям, спілкуванням.

Несприятливі умови праці можуть призвести до стомлення нервової системи, що послаблює її функцію й може спровокувати розлад ряду фізіологічних систем: серцево-судинної, шлунково-кишкової, дихальної тощо або призвести до різних захворювань. При виникненні перевантажень на організм людини нервова система визначає ступінь їхнього впливу і формує адаптаційно-захисну реакцію.

Адаптація – процес пристосування організму та його органів до умов зовнішнього середовища. Фізіологічна адаптація – це сукупність фізіологічних реакцій, які є в основі пристосування організму до змін оточуючих умов і направлені на збереження відносної постійності його внутрішнього середовища.

Психічна адаптація – це процес встановлення оптимальної відповідності особистості до оточуючого середовища в процесі діяльності. Психічна адаптація залежить від психічного стану працівника, кваліфікації, культури, особливостей професійної діяльності. Соціальна адаптація – це пристосування працюючої людини до системи відносин у робочому колективі з його нормами, правилами, традиціями, ціннісними орієнтаціями.

Професійна адаптація – це адаптація до трудової діяльності з усіма її складовими: до робочого місця, знарядь та засобів праці, об'єктів та предметів праці, особливостей технологічного процесу, часових параметрів роботи тощо. Адаптація вважається завершеною тоді, коли працівник досягає кваліфікації, що відповідає стандартам.

Кожен вид адаптації впливає на працездатність та здоров'я працівника, формує в нього певний рівень чутливості та стійкості до психоемоційних перевантажень, внаслідок розвитку яких може істотно змінитися надійність професійної діяльності.

Організм людини може безболісно переносити вплив небезпечних та шкідливих чинників доти, доки вони не перевищують допустимих рівнів та часу витривалості, що зумовлено

функціональними можливостями людського організму. При роботі в умовах перевищення гігієнічних нормативів відбувається зниження працездатності, розвивається втомилення, яке суб'єктивно сприймається як втома. Утома – це сукупність змін у фізіологічному та психологічному стані людини, які з'являються внаслідок напруженої чи тривалої праці й призводять до погіршення її кількісних та якісних показників, нещасних випадків. Перевтома – це сукупність стійких несприятливих для здоров'я працівників функціональних зрушень в організмі, які виникають внаслідок накопичення втоми. Боротьба зі втомою зводиться до покращення санітарно-гігієнічних умов виробничого середовища (ліквідація забруднення повітря, шуму, вібрації, нормалізація мікроклімату, раціональне освітлення тощо). Особливу роль відіграють професійний відбір, організація робочого місця, правильне робоче положення ритм роботи, раціоналізація трудового процесу, використання емоційних стимулів, впровадження раціональних режимів праці і відпочинку.

При аналізі небезпечних та шкідливих чинників велике значення приділяється стресу. Під стресом прийнято розуміти стан психічної напруженості, викликаний небезпеками, що виникають у людини при вирішенні важливої для неї задачі. На сучасному етапі сильним стресом є **моббінг** – «війна» на робочому місці, яка призводить до виникнення стресового стану. Причини – страх втратити робоче місце, психологічний терор, зумовлений заздрістю, створення інтриг, пліток, нудьга на роботі тощо. Для профілактики стресу рекомендуються вправи, що включають психотерапію, фізичні, водно-повітряні процедури, масаж, адекватне харчування, релаксуючу музику та вправи, аутогенне тренування тощо.

Серед психофізіологічних якостей працівників слід виділити наступні: недостатня концентрація уваги, мислення, низька обережність, недостатня спостережливість, розсудливість, недостатня установка до трудової діяльності, надмірна критичність до керівництва й менша до себе, гордовитість, самовпевненість, неповага до інших тощо. Основними соціальними якостями робітника при створенні безпечних умов праці є ставлення до роботи, рівень освіти і культури, стан здоров'я, рівень задоволеності своєю працею та інше. Найбільш важливими виробничими якостями працівника, які впливають на безпеку праці, є стаж та досвід роботи. Із метою захисту здоров'я працівників під час роботи необхідно проводити професійний психофізіологічний відбір для широкого кола професій. У процесі праці проявляються мотиви вигоди та безпеки. Мотив вигоди проявляється в отриманні нагороди за результати праці. Для

підсилення мотиву безпеки необхідно створювати психологічний клімат в колективі, при якому падіння авторитету через порушення правил безпеки зводило б до мінімуму матеріальні вигоди, які могли б бути досягнуті за рахунок порушень правил безпеки.

Одним з напрямків підвищення безпеки праці є організація безпечної поведінки в процесі праці. Для цього необхідно створювати психологічний настрій на безпечну поведінку; стимулювати безпечну поведінку; навчати безпечній діяльності; виконувати та контролювати правила безпеки праці; виховувати безпечну поведінку; створювати психологічний клімат в колективі. Значне місце приділяється пропаганді безпечних умов праці. Основні напрямки пропаганди - повернути увагу працюючих до актуальних питань охорони праці. Засобами пропаганди щодо охорони праці є преса, радіо, телебачення.

Проблему захисту працівника від дії шкідливих та небезпечних виробничих чинників необхідно вирішувати не тільки шляхом створення безпечної техніки, покращення технічних засобів захисту та удосконалення їх використання в процесі праці, але й з урахуванням "людського чинника".

У колективах повинна забезпечуватися максимальна сумлінність виконання обов'язків, налагодження доброзичливих міжособистісних відносин, напрацювання правильного колективного ставлення до вимог охорони праці.

Практичне врахування психологічних аспектів підвищує продуктивність праці на виробництві та суттєво зменшує нещасні випадки. Належна кваліфікація й обізнаність працівників з питань охорони праці зменшує ризик отримати травму чи професійне захворювання. Тому одним з найбільш пріоритетних напрямків зменшення травматизму є підвищення рівня знань працівників з цих питань, яке має забезпечуватися закладами освіти і безпосередньо шляхом навчання працівників у процесі їх трудової діяльності.

ЗАБРУДНЕННЯ ҐРУНТІВ СУМСЬКОЇ ОБЛАСТІ

Студ. Зозуля Л., КІ СумДУ

До кінця минулого сторіччя сільськогосподарські угіддя Сумської області складала приблизно 1632,9 тис. га або 71,9% її території. По розораності території (вона складає 55,4%) Сумська область займає одне з перших місць в Україні, хоча й поступається деяким південним областям.