

Мамедов Р.Р. студент гр. 263-20-1

Науковий керівник: Столбченко О. В., доцент кафедри охорони праці та цивільної безпеки

(Національний технічний університет "Дніпровська політехніка", м. Дніпро, Україна)

ПСИХОФІЗИОЛОГІЧНІ ЧИННИКИ УМОВ ПРАЦІ

У зв'язку з розвитком продуктивних сил суспільства відбувається безперервна зміна трудових процесів. Тому організація праці повинна враховувати вплив нових технічних досягнень з урахуванням процесів, що відбуваються в організмі людини, можливостей і здібностей формувати і підтримувати робочий стан організму в умовах мінливого дихання, серцебиття, кровообігу та інше. Основою психофізіологічних умов праці є здатність організму витримувати в процесі трудової діяльності відповідне фізичне і нервово-психічне навантаження, бути в працездатному стані протягом усієї робочої зміни.

Зміни психофізіологічних функцій та їх наслідки.

Кожна конкретна праця вимагає певних фізичних зусиль, нервово-психічних витрат, емоційної напруги та здійснюється в різних санітарно-гігієнічних та кліматичних умовах. Психофізіологічну основу праці складає працездатність, тобто здатність організму підтримувати під час трудового процесу відповідне фізичне і нервово - психологічне навантаження та забезпечувати нормальний біг трудової діяльності у визначений час. Динамічні зміни психофізіологічних функцій, які виникають як безпосередній результат праці та викликають зниження працездатності людини, мають назву виробничого стомлення, а пов'язаний з ним психологічний стан втомою.

Втома - сукупність тимчасових змін у фізіологічному та психічному стані людини, які з'являються внаслідок напруженої чи тривалої діяльності і призводять до погіршення її кількісних та якісних показників.

Перевтома - сукупність стійких несприятливих для здоров'я працівників функціональних порушень в організмі, які виникають внаслідок накопичення втоми.

В сучасних умовах високий рівень нервово-емоційного напруження виконавців зумовлений розвитком науково-технічного прогресу, який характеризується збільшенням обсягу інформації, зростанням ступеня відповідальності за результати діяльності, ускладненням стосунків між людьми, істотною зміною виробничої обстановки та умов праці.

Психофізіологічні чинники умов праці.

В групу психофізіологічних чинників умов праці включають нервово-психічні навантаження, фізичні зусилля, робочу поставу, темп роботи, ступінь її монотонності і відповідний режим праці і відпочинку.

Нервово-психічні навантаження характеризуються ступенем напруження органів зору, слуху, зосередженістю, обсягом і розподілом уваги, кількістю навмисних переключень уваги за одиницю часу.

Забезпечення оптимального нервово-психічного навантаження необхідно добиватися шляхом встановлення науково обґрунтованих норм праці, періодичної зміни різних видів навантаження протягом робочого дня.

Фізіолого-гігієнічна проблема втоми та перенапруження, зважаючи на те, що вона пов'язана з працездатністю працюючих, а отже, з продуктивністю праці, є важливою соціальною проблемою. Тому боротьба з втомою та перенапруженням має проводитись комплексно, включаючи технічні, організаційні, гігієнічні та психофізіологічні заходи.

Зміна працездатності протягом робочого дня проходить три стадії. Перша називається стадією втягування у роботу, яка полягає в переході функціональних систем організму до робочого стану і характеризується підвищенням працездатності.

Друга стадія динаміки працездатності протягом робочого дня називається стадією стійкої працездатності, яка характеризується високим постійним рівнем.

У кінці зміни в деяких випадках може спостерігатись невелике підвищення працездатності, яке одержало назву кінцевого пориву, внаслідок психологічного впливу, пов'язаного із закінченням роботи та майбутнім відпочинком.

Працездатність — це функціональні можливості організму, які характеризуються кількістю та якістю виконаної роботи при максимальній її інтенсивності або тривалості. Розрізняють працездатність людини неспецифічну (загальну) та специфічну, тобто здатність виконувати певний вид діяльності. Працездатність людини зумовлена станом здоров'я, віком, статтю та рівнем функціонального стану всіх систем організму.

Найважливішими показниками, що визначають зниження стомлення є такі умови: раціональна організація робочого місця, правильне розташування на ньому обладнання щодо запобігання зайвих рухів.

Дотримання загального ритму працездатності, тобто чергування праці і відпочинку (пасивного чи активного) в залежності від умов праці створення максимально сприятливої, комфортної робочої зони.

Ритм - основа виробництва, особливо з важкими та шкідливими умовами праці. Змінюванням виробничих операцій декілька разів за час праці, а також чергуванням їх з відпочинком, досягається поступового відновлення працездатності внаслідок позачергового вмикання в роботу півкулею головного мозку, які надають одна одній відпочинок.

Перелік посилань

1. Саноям Г.Г. Методи обліку працездатності. - М.: Економіка, 1968. - с. 13
2. Громов М.М. Наукова організація та нормування на сільськогосподарських підприємствах. - М: Економіка, 1980. - с. 57
3. Психофізіологічні чинники умов праці Режим доступу https://studopedia.com.ua/1_232291_psihofiziologichni-chinniki-umov-pratsi.html