

Психология безопасности жизнедеятельности

Психология безопасности – это дисциплина, изучающая применение психологических знаний для обеспечения безопасности деятельности человека. Психологией безопасности рассматриваются психические процессы, свойства и особенно подробно анализируются различные формы психических состояний, наблюдаемых в процессе трудовой деятельности.

При освещении данной проблемы практический интерес представляет изучение особенностей психических процессов и психических состояний человека, психологических причин возникновения несчастных случаев, методов и путей повышения психологической надежности безопасности антропогенной деятельности.

Психологические процессы и их состояния

- Познавательные;
- Эмоциональные;
- Волевые психические процессы (ощущения, восприятие, память и т. д.).

Стресс



Реакция организма на внешние воздействия в процессе жизнедеятельности постоянно меняется, так как человек, преодолевая возникающие трудности и опасности, стремится приспособиться к изменяющимся условиям окружающей среды. При этом возникает психическое состояние – стресс.

Дистресс



При превышении уровня стресса в организме развивается процесс гипермобилизации, которая влечет за собой нарушение механизма саморегуляции, и результаты деятельности ухудшаются вплоть до полного срыва – дистресс.

В условиях современного технически насыщенного производства рабочим приходится сталкиваться с различными факторами (стрессорами), действующими отрицательно на функции центральной нервной системы и психику:

- Интенсивность выполнения производственных заданий;
- Давление фактора времени;
- Изолированность и недостаточные межличностные контакты людей при выполнении технологических операций;
- Однообразие и монотонность работы;
- Низкая двигательная активность;
- Комплекс внешних воздействий производственной среды (шум, вибрации, высокие или низкие температуры и т.д.).

В настоящее время выделяют два типа запредельного психического напряжения:

- *Тормозной тип* (скованность и замедление движений, снижение памяти, повышение рассеянности);
- *Возбудимый тип* (гиперактивность, многословие, дрожание рук, вспыльчивость, раздражительность).

Неблагоприятные факторы, повышающие напряжение:

- Физиологический дискомфорт (несоответствие условий обитания);
- Биологический страх;
- Дефицит времени на выполнение поставленной задачи;
- Повышенная трудность задачи;
- Наличие релевантных помех;
- Перегрузка информации.

Психологические причины возникновения опасностей

- Лень;
- Экономия времени;
- Адаптация к опасности или ее недооценка;
- Ориентация на идеалы;
- Сознательное игнорирование правил безопасного поведения;
- Привычка работать с нарушениями;
- Склонность к риску.

Методы повышения психологической надежности и безопасности жизнедеятельности

Выделяют три функциональные части:

1. Мотивационная;
2. Ориентировочная;
3. Исполнительная.

Целенаправленные профилактические мероприятия против опасностей

- Создание психологического настроения на безопасность;
- Стимуляция безопасности жизнедеятельности;
- Обучение безопасности жизнедеятельности;
- Правила безопасности;
- Профессиональный отбор, контроль и оптимизация психофизического состояния.

Законы, регулирующие безопасность человека

- Федеральный закон «О безопасности»
- Трудовой кодекс Российской Федерации от 21.12.2001г. №197-ФЗ // СЗ РФ. – 2001.
- Закон «об охране труда»