

Психологія водія.

Коноплянко В.І. Основи безпеки дорожнього руху.

Фізичні та психофізичні вимоги до водія можуть бути визначені виходячи з аналізу діяльності водія: водій повинен сприймати безліч інформації про характер і режим руху всіх його учасників, про стан значної кількості параметрів догори, навколишнього середовища, засобів регулювання, про стан вузлів і агрегатів автомобіля (за допомогою приладів) тощо; водій повинен не тільки сприймати величезний потік інформації, але і проводити аналіз, в результаті чого приймати відповідне рішення і на його підставі робити дії; враховуючи швидкоплинність дорожньо-транспортної ситуації, водій може робити неправильні дії; брак часу на весь процес сприйняття, переробки, прийняття рішення і здійснення відповідної дії.

Причини ДТП внаслідок помилкових дій водія:

* Сприйняття водієм інформації не відповідає дійсності;

* Інформація сприйнята правильно, однак її переробка невірна (наприклад, водій наближаючись до перехрестя вважає, що палаючий жовтий сигнал світлофора зміниться зеленим, проте включається червоний);

* Сприйняття, переробка інформації правильні, однак прийнято неправильне рішення (наприклад, замість маневру, єдино необхідного в ситуації, що склалася на дорозі, водій приймає рішення екстрено гальмувати..,

* Всі попередні дії процесу, (сприйняття, переробка інформації, прийняття рішення,) правильні, проте помилкова сама дія (наприклад, прийняте правильне рішення провести екстрене гальмування, проте водій помилково натискає на педаль акселератора, збільшуючи тим самим швидкість).

Необхідно відзначити, що перераховані причини можуть з'явитися, крім того наслідком психічного стану водія в даний момент. Ось чому водієві при управлінні автомобілем важливо тривалий час зберігати оптимальний психічний стан, при якому найбільш швидко та якісно протікає весь процес, від сприйняття інформації до здійснення відповідних дій, в постійно мінливих дорожньо-транспортних ситуаціях.

Відхилення в той чи інший бік від оптимального психічного стану (збудження, чи депресія) ускладнюють процес сприйняття і переробки інформації і тим самим збільшують ймовірність помилкових дій водія. Саме тому психічні особливості водія мають дуже велике значення для продуктивної та без аварійної роботи.

Для правильного розуміння індивідуально-психологічних особливостей водія не достатньо тільки вивчення окремих психічних процесів. Необхідно знання психологічних якостей, які характеризують людину, як особистість. Адже особистість складається з великого різноманіття якостей, взаємопов'язаних між собою. Це - здібності, інтереси, темперамент, характер, схильності, відношення до своєї професії та іншим видам діяльності, до суспільної праці. Особисті якості водія багато в чому визначають і його професійні якості, які підтверджуються фразою " Людина керує автомобілем так, як живе".

Статистика говорить про велику кількість дорожньо-транспортних пригод з вини водія. Аналіз цих пригод дозволяє виявити фактори які їх спонукали (перевищення швидкості, не дотримання правил проїзду перехресть тощо), проте не завжди вдається виявити дійсні причини ДТП. І якщо можна кваліфікувати дії водія, як необережні, легковажні то причину подібних дій, перед усім необхідно шукати в самій особистості водія з його переживаннями, життєвими потребами, конфліктами, радостями та прикрощами. Це закономірно. Турботи, неприємності, образи не залишають водія навіть під час руху, хоча увага його повинно бути повністю направлена на сприйняття дорожньої обстановки. І якщо під час цієї дуже напруженої діяльності водій думає про свої конфлікти, то у зв'язку з цим виникає негативний емоційний стан, який може стати причиною дорожньо-транспортної пригоди. Діяльність водія формує риси характеру, які мають безпосереднє значення в його роботі. До таких рис відносять відповідальність, ініціативу, волю, наполегливість.

Зорові відчуття

Відчуття - це відображення в свідомості людини окремих якостей предметів та явищ матеріального світу, які безпосередньо впливають на органи відчуття. Зорове поле - це вимірювана

в градусах область, видима фіксованим (нерухомим) оком. В середньому поле зору для білого кольору розповсюджується до зовнішнього боку на 90° , до внутрішнього боку - на 65° , до верху - 65° , до низу - на 75° . Поле зору для кольорових об'єктів значно менше. Поєднане поле зору (обом очима) дорівнює приблизно $120-130^\circ$. Якщо об'єкт розглядається сумісною, для обох очей ділянкою поля зору, то очі бачать найбільш чітко. Це називається - **біокулярним зором**. Здібність ока бачити форму предмета та чітко розрізняти його обриси називається - **гострота зору**.

При зміні умов освітлення, око до нього звикає. Цей процес називається адаптацією. Час адаптації, тобто час, який необхідний очам для перестроювання на новий рівень освітлення є важливою фізіологічною особливістю зору, яка безпосередньо впливає на безпеку дорожнього руху.

Сприйняття - більш складний розпізнавальний процес ніж відчуття. Процес сприйняття пов'язаний з розумінням сутності предметів та явищ. Водій, керуючи автомобілем, повинен сприймати велику кількість зорових, звукових та інших подразників. Якість сприйняття, тобто його швидкість, повнота та точність залежать від знань, навиків та досвіду водія. Досвідчений водій, при однакових умовах "побачить" більше і швидше, ніж новачок.

Сприйняття простору. На оцінку відстані до предмету впливають колір, в який забарвлені предмети. Наприклад, відстань до автомобіля темного кольору переоцінюється, тобто автомобіль здається далі. А автомобілі світлого кольору, навпаки здаються ближче.

Правильне сприйняття часу - найважливіша якість водія. Вміння точно оцінити часові інтервали, особливо при здійсненні різних маневрів на великих швидкостях, має вирішальне значення в забезпеченні безпеки руху. Оцінка швидкості руху автомобілів, пішоходів та інших рухомих об'єктів лежить в основі динамічного окоміру, який є одним з основних елементів визначаючих майстерність водія. На точність сприйняття часу впливають індивідуальні особливості людини, його емоційний стан.

На практиці керування автомобілем іноді зустрічається неправильне сприйняття оточуючих об'єктів, яке називається **ілюзією**. Чим вища швидкість автомобіля, тим більше спотворюється співвідношення пропорцій оточуючих предметів. Дорога стає вужчою, тощо. Ілюзорні сприйняття небезпечні. Навіть при невеликому спотворенні дійсності вони можуть призвести до аварійних ситуацій. Умовами для виникнення ілюзій у водія можуть бути: втомлюваність, невпевненість, страх, послаблення уваги, стан алкогольного чи наркотичного сп'яніння. Ілюзію слід відрізняти від **галюцинації**, яка є результатом хворобливого стану людини. При галюцинаціях водій бачить предмети, чи чує звуки, яких насправді немає. При ілюзіях об'єкт сприйняття завжди існує але сприймається викривлено.

Рівновага, прискорення, вібрація.

Рівновага - це здатність сприйняття зміни положення тіла в просторі, а також дія на організм прискорень та перевантажень. В збереженні рівноваги важливу роль відіграє вестибулярний апарат, зір, м'язово-суглобове відчуття та тактильна чутливість.

Прискорення з'являється при зміні швидкості або напрямку руху тіла.

Лінійні прискорення виникають при збільшенні або зменшенні швидкості без зміни напрямку (розгін, гальмування на прямій ділянці дороги); радіальні або доцентрові, чи відцентрові прискорення - при зміні напрямку руху, (рух по кривій). Загальний стан людини під дією прискорення характеризують відчуттям тяжкості у всьому тілі або в області живота, спочатку утрудненим а в подальшому повною відсутністю можливістю руху, особливо кінцівками. Надвеликі перевантаження призводять до розладу зору. Своєчасне припинення прискорення веде до нормалізації всіх функцій. Під час частих прискорень можлива поява таких розладів, як - погане самопочуття, нудота, запаморочення.

Вібрація (механічні коливання) істотно впливає на людський організм, при чому інтенсивність та характер її дії залежать від виду коливань, способу їх збудження та інтенсивності. Основним параметром вібрації являється амплітуда - найбільше відхилення віброуючого тіла від положення рівноваги.; частота та періодичність.

Слухові відчуття і сприйняття

Слуховим відчуттям називають реакцію слухової системи людини на звук. Водій оцінює якість роботи агрегатів автомобіля на слух, сприймає інформацію, яку передають сигналами інші водії,

дзвінки біля залізничних переїздів, сирени автомобілів, зумери внутрішньої сигналізації а також інші шуми, інтенсивність та частота яких дає деяку інформацію про швидкість руху та зміну напрямку.

Реакція

Реакція - це відповідна дія організму на якийсь подразнювач. Вся діяльність водія являє собою безперервний ланцюг різних рухомих реакцій. Несвоєчасна або неточна реакція призводять до дорожньо-транспортних пригод. Тому визначення часу рухових реакцій має суттєве значення для безпеки руху. Проста рухова реакція - це швидка, заздалегідь відома відповідь одиночним рухом на сигнал, що раптово з'явився. Складна реакція - це відповідні дії, котрі можуть бути неоднаковими і залежать від кількості і якості характеристик різних сигналів та місця їх появи.

Якщо для виконання рухового акту необхідно вибрати одну, конкретну дію із ряду можливих то це називають - **реакція вибору**. Це важка реакція. Якщо ж при зміні сигналу або зміні обстановки необхідно змінити і дію, то така реакція називається - **реакцією з переключанням**.

Реакція залежить від професійних навиків, індивідуальних якостей та психо-фізіологічних особливостей водія.

Стан, який виникає під дією зробленої роботи і позначається на рівні працездатності називають **стомленням**. Стомлення складне та різноманітне явище. Часто воно впливає на організм не прямо а опосередковано. Наприклад, трудові операції, які раніше виконувались легко, автоматично, через декілька годин вимагають підвищеної уваги та зусилля. Іншою ознакою стомлення може бути збільшення, так би мовити, не значних, помилкових дій. В деяких професіях ці помилки не впливають на хід виробничого процесу. Але це не стосується водіїв. У результаті стомлення водій втрачає готовність до екстрених дій, тобто відбувається зниження пильності. А це в свою чергу підвищує ймовірність дорожньо-транспортної пригоди. Під дією стомлення погіршуються зорові функції, рухова реакція, знижується інтенсивність уваги, втрачається відчуття швидкості. Притупляється відчуття відповідальності.

Увага

Увага - активна спрямованість свідомості людини на ті чи інші предмети та явища дійсності або на визначення властивості та якості при одночасному відволіканні від решти. Під час руху водій не може зосередити увагу тільки на виконанні однієї роботи. Адже обстановка змінюється постійно. Бажано вміти концентрувати увагу на одному, не виключаючи й інші зміни в обстановці. Найважливішими якостями уваги, необхідними водію, є стійкість, концентрація, об'єм, розподілення і перемикання.

Стійкість уваги - це здатність зосередитися в процесі роботи на довгий час. Зі стійкістю уваги тісно пов'язана така якість, як **концентрація** - зосередження уваги тільки на одному об'єкті з одночасним відволіканням від решти. Наприклад, при проїзді пішохідних переходів, зупинок маршрутних транспортних засобів, залізничних переїздів, при зустрічному роз'їзді, тощо.

Об'єм уваги характеризується кількістю об'єктів, які можуть бути сприйняті одночасно. Людина, одночасно може обхвалити 4 - 6 об'єктів, якщо умови сприйняття не дуже важкі. У водіїв зі стажем об'єм уваги більший ніж у початківців.

Розподілення уваги - це здатність людини до розподілення уваги на декілька об'єктів, та одночасному виконанню декількох різних дій. Під час керування авто водій повинен одночасно дивитись, думати та діяти. Єдність і злагодженість забезпечують правильність дій в складній обстановці.

Перемикання уваги - це здатність швидко змінювати об'єкти уваги або швидко переходити від одного виду дій до іншого. Швидкість перемикання уваги мають важливе значення для водія. Вона допомагає водію сприймати ті об'єкти, які водій не може охопити одночасно. Якості уваги не являються не змінними, їх можна розвивати та удосконалювати.

Навички

Система навчання водінню відіграє важливу роль в забезпеченні безпеки дорожнього руху. Водій, сприймаючи оточуючу обстановку, виконує різні дії; натискає на педалі зчеплення, гальма,

акселератора, перемикає важіль коробки передач, кермує. Ці дії будуть найбільш досконалі тільки у випадку необхідних знань, вмінь та навичок.

Знання - це сукупність засвоєних водієм вмінь та навичок, необхідних для безпечного керування автомобілем.

Вміння - це здатність водія своєчасно та цілеспрямовано застосовувати спеціальні знання та навички під час керування автомобілем.

Навички - це здатність здійснювати необхідні та ефективні дії під час керування автомобілем. (ступінь удосконалення - доведення до автоматизму). Навички формуються в процесі виконання вправ, тобто повторне виконання дій для удосконалення способу їх виконання.