

**Психологія безпеки праці** — галузь психологічної науки, яка вивчає психологічні причини нещасних випадків, що виникають у процесі праці та інших видів діяльності, і розробляє психологічні методи підвищення безпеки. Об'єктом досліджень є психічні процеси (сприйняття, увага, пам'ять та ін.), які породжуються діяльністю людини і впливають на психічний стан людини, властивості особистості та її безпечну поведінку під час праці.

**Здоров'я людини** — це не тільки відсутність хвороб, а й певний рівень фізичної тренованості та психічного благополуччя. У праці важливу роль відіграють властивості й особливості психіки і свідомості. Характер трудової діяльності людини визначається не тільки фізичним навантаженням, а й величиною нервового та емоційного напруження, ритмом і темпом роботи, її монотонності, об'єму сприймання і перероблення Інформації. Від цього залежить встановлення раціонального режиму праці і відпочинку, організація робочого місця, проведення професійного добору, професійної орієнтації тощо.

На безпеку праці людини впливає її психічний стан: наявність конфліктів, втома, захворювання, залежність від наркотичних засобів, алкоголю, нікотину, особливості психіки людини. При наявності небезпечних чинників (рухомі деталі ми шин, захаращення проходів, погане освітлення тощо) та пригніченому стані психіки людини можуть виникати нещасні випадки.

Аналіз виробничого травматизму показує, що основна причина травм і загибелі людей на робочих місцях — це поганий психічний стан працівників під час виконання трудових обов'язків. У таких випадках не допомагає ні інстинкт самозбереження, ні знання небезпек виконуваної роботи. На це впливає також надмірна самовпевненість і переоцінка власних можливостей, які знижують увагу людини й призводять до нехтування правилами безпеки. Наприкінці робочого дня і тижня в організмі людини нагромаджується втома та дратівливість. Тому в ці періоди треба бути дуже уважним і розсудливим при виконанні робіт.

У діяльності із запобігання виробничому травматизму важливе значення має забезпечення надійності та безперебійності виробничого процесу. Зупинки виробництва з різних причин, які зараз часто трапляються, призводять не тільки до різкого спаду продуктивності праці, виробничих втрат, а й до різкого погіршення самопочуття і психологічного стану персоналу, призводять до виникнення різного роду помилок у роботі, стресового стану, підвищення ризику виникнення аварій і травматизму. Таке виробництво супроводжується значним нервово-психічним напруженням, порушенням нормального ритму праці, суперечками робітників з колегами і керівництвом цеху.

Виходячи з цього, в умовах нестабільності виробництва, поряд зі створенням безпечного стану обладнання і виробничого середовища, значна увага з боку керівництва підприємств і його підрозділів повинна приділятися підвищенню надійності людського чинника в системі "людина—машина—середовище". Необхідно не тільки підвищувати якість навчання й інструктажу персоналу з питань охорони праці, а перш за все проводити відповідну психологічну роботу з тим, щоби виховувати в робітників психологію безпечної роботи, щоби вони оцінювали кожний крок і кожен дію з точки зору її безпечного виконання.

Перед виникненням нещасного випадку, як правило, створюється певна небезпечна ситуація, коли людина може усвідомити наближення такого випадку і може вжити необхідних заходів для його запобігання. Невміння людини вчасно усвідомити небезпечну ситуацію і вжити адекватних заходів призводить до нещасних випадків і аварій. Людина повинна прогнозувати, передбачати розвиток трудового процесу і свою поведінку, вчасно усвідомлювати небезпечну ситуацію і тим самим запобігати нещасним випадкам. Інколи такі випадки розглядаються як наслідок неадекватної поведінки самої людини в небезпечній ситуації.

Безпека поведінки людини на виробництві залежить від таких чинників:

- — стану безумовних рефлексів, якими людина несвідомо відповідає на різні небезпеки, що загрожують її організму (наприклад, самовільне відсунення руки від гарячого предмета);

- — психофізіологічних якостей людини, які виявляються у чутливості її до сигналів небезпеки, її швидкісних можливостях реагувати на такі сигнали, у її емоційних реакціях на небезпеку, у визначенні небезпечної ситуації і реагуванні на неї (на поведінку людини впливає і її емоційний, психічний і фізичний стан: так, стан тривоги загострює почуття небезпеки, стан втоми зменшує можливості людини щодо визначення і протидії їй);
- — професійних якостей та досвіду людини, тобто знання професії і правил безпеки, життєвий досвід;
- — мотивації до безпечної праці (у різних людей є різні мотиви до праці та заходів безпеки).

**Людина** — це складна саморегульовальна система, що здатна, залежно від ситуації, гнучко використовувати свої можливості для досягнення результатів праці та усунення небезпеки. Якщо в людини невисокі біологічні й психофізіологічні якості до протидії небезпеці, вона може гарантувати безпеку за рахунок розвитку професійних навичок і високої мотивації до безпеки праці.

Політика в галузі охорони праці повинна бути спрямована на колективний пошук шляхів запобігання нещасним випадкам. Кожний на своєму місці повинен вносити пропозиції у цьому напрямі. Потрібно виробляти психологічний настрій у колективі на безпеку праці. Виховання мотиву безпечної праці може бути підсилено за рахунок її стимулювання.

Причиною більшості нещасних випадків (до 75%) є людський чинник, тому головним напрямом профілактичної роботи повинно бути підвищення працездатності працівників і збереження її протягом робочого часу. Важливим напрямом цієї роботи є рання діагностика профпатологій і хворобливого стану нервової системи, оскільки нещасний випадок є результатом не прийняття до уваги людиною потенційної небезпеки.

Робітники повинні знати і виконувати інструкції з охорони праці під час роботи. Однак в інструкціях неможливо всього передбачити. Життєдіяльність значно складніша від найдетальнішої інструкції. Тому дуже важливо виховувати у працюючих здатність спостерігати, бути обачливими та обережними.

Шкідливі звички, такі, як вживання алкоголю і куріння, значно впливають на безпеку праці. З'ясовано, що при концентрації 0,8 ‰ алкоголю в крові водія автотранспорту вірогідність аварії зростає в 2,5 рази; 1,2 ‰ — у 10 разів; 1,6 ‰ — у 27 разів. Навіть на другий, третій день після прийому алкоголю в організмі залишаються рештки алкогольного отруєння, і людина перебуває у невірноваженому психологічному стані, що призводить до нещасних випадків на виробництві.

Перші прикмети сп'яніння з'являються після вживання 30 г алкоголю для людини масою 60 кг. Якщо людина ввечері випила, зранку її не можна вважати тверезою. Після двох кухлів пива кількість алкоголю в крові людини масою 75 кг становить 0,9 ‰; 0,5 л вина — 1,2 ‰; чарки горілки чи коньяку — 1,1 ‰.

Куріння негативно впливає на серцево-судинну систему, органи дихання, шлунок, сприяє виникненню злоякісних утворень, знижує працездатність людини. Навіть пасивне куріння погіршує розумову і фізичну працездатність людей, які працюють в одній кімнаті з курцем. Тютюновий дим погіршує іонний стан повітря у приміщенні. Одна викурена сигарета в шість разів перевищує нормативний рівень співвідношення кількості важких іонів до легких, а три сигарети — навіть у 50 разів.

Наркотики — це речовини, які призводять до стану заціпеніння, отруєння, запаморочення. Поняття "наркотик" сьогодні охоплює широке коло речовин і рослин, а також продуктів, які з них отримують з метою наркотичної дії.

Під наркоманією розуміють не тільки стимулювання наркотичними засобами збудженого чи пригніченого стану центральної нервової системи, а й звикання організму до них, бажання їх уживати. Головною причиною такої пристрасті є ейфоричний ефект. Наркоманія характеризується появою типових змін у психіці людей та їх пристрасті до постійного вживання однієї чи декількох речовин, які мають наркотичні властивості. При цьому більше ніж у 50 % випадків спостерігаються чіткі ознаки

зниження пам'яті та інтелекту, а в 71 % хворих помітне зниження морально-етичних якостей, деградація особистості.

Безпека праці робітника значною мірою залежить від його психофізіологічного стану, який визначає ефективність і безпеку діяльності. Людина може мати піднесений, нейтральний або пригнічений настрій, але для ефективного та безпечного виконання робіт вона повинна перебувати в оптимальному психологічному робочому стані (ОПРС). Робітнику треба навчитися на початку роботи вводити себе в такий стан, а керівники, відповідно, мають підтримувати його та зберігати цей стан до кінця робочого дня.

Для кожного працівника досягнення ОПРС відбувається індивідуально і складається з трьох компонентів: фізичного, емоційного та розумового (кваліфікаційного).

Фізичний компонент — сукупність фізичних характеристик людини (м'язова сила, гнучкість, легкість, рухомість та ін.), яка залежить від фізичної підготовленості працівника, володіння навичками і прийомами праці. Оптимальний фізичний стан досягається шляхом фізичних вправ і тренувань.

Емоційний компонент характеризується рівнем емоційного збудження людини. Емоції можуть бути позитивні, які сприяють життєдіяльності людини, і негативні — шкідливі. Дуже важливо, щоби перед роботою у людини був оптимальний для даної діяльності рівень емоційного збудження, що легко визначається за настроєм працівника. Людина повинна вміти самостійно створювати свій емоційний стан, позитивний настрій і з ним входити в трудовий ритм, перемагати всі труднощі.

Розумовий компонент — це процес мислення, наявність чіткої програми дій для виконання даної роботи, зібраність, зосередженість уваги, але без зайвої напруги. Якщо людина не має, не уявляє конкретної програми і послідовності виконання роботи, вона не зосереджена, її думки й почуття розпорошені. Передбачувана робота повинна бути добре продумана, чітко уявлена і сформульована, людина мусить бути повністю зосереджена на цій роботі, на кожному з її елементів, знати безпечність виконання операцій та прийомів праці, не допускати відволікання уваги сторонніми розмовами, діями та ін.