

ДЕТЕРМІНАНТИ ДІАГНОСТИЧНО-РЕАБІЛІТАЦІЙНИХ ЗАХОДІВ ЩОДО ЗБЕРЕЖЕННЯ ПСИХОФІЗІОЛОГІЧНОГО ЗДОРОВ'Я ФАХІВЦІВ МОРСЬКОЇ ГАЛУЗІ

*Шмалей С.В., Фін Л.Є
м. Київ*

Анотація. В статті представлено комплекс діагностичних методів для забезпечення збереження психофізіологічного *здоров'я* фахівців морської галузі.

Ключові слова: психофізіологічне *здоров'я* , морська галузь .фахівці.

Професійна діяльність суттєво впливає на стан здоров'я та працездатність фахівців морської галузі, зумовлює психоемоційний стрес, гіпертонічні коливання тиску, ішемічні стани серцевого м'яза, порушення мозкового кровотоку, зниження когнітивних характеристик, погіршення показників вищих психічних функцій. Професійна діяльність фахівців морської галузі реалізується в напружених виробничих умовах, серед яких стресогенними вважають: складний графік роботи з аритмічними навантаженням; довготривалий режим вахти та відрив від звичного родинного і соціального кола; впливи комплексних хімічних та фізичних факторів середовища та судового обладнання; кліматичні та часові десинхронози [2,с.230;5.с.407].

Формування та підтримка повної професійної адаптації персоналу зумовлює мету роботи – обґрунтування комплексу діагностичних та реабілітаційних заходів для фахівців морської галузі.

Виклад основного матеріалу. Обсяг і набір методів і засобів психофізіологічного обстеження можуть варіюватися в широкому діапазоні[1.с.14; 4,с.120]. Аналіз наукових джерел дозволяє вказати, що для забезпечення надійності професійної діяльності і збереження здоров'я персоналу рекомендується здійснювати наступні види психофізіологічного обстеження:

- психофізіологічні обстеження в інтересах первинного професійного відбору;
- психофізіологічний моніторинг функціонального стану працівників;
- поглиблені періодичні психофізіологічні обстеження;
- нові перспективні нейропсихологічні і нейрофізіологічні методи оцінки психофізіологічної і психічної адаптації персоналу і прогнозування його поведінки.

Психофізіологічні обстеження в інтересах первинного професійного відбору здійснюються у випадках, встановлених національним законодавством Психологічний відбір являє собою комплекс заходів, спрямованих на здійснення якісного комплектування персоналу галузі. При первинному професійному відборі, проведеному підрозділами психофізіологічного забезпечення професійної діяльності фахівців морської галузі , рекомендований обсяг психофізіологічних методів може включати:

- збір анамнестичних даних, вивчення документів і професійних якостей працівника;
- методи і засоби аналізу антропометричних даних;
- методи і засоби долікарського обстеження;
- методи індивідуальної бесіди і психофізіологічного спостереження;
- методи і засоби оцінки соціально-психологічної адаптації персоналу, включаючи схильність до корупційних дій;
- методи психодіагностичних досліджень актуального психофізіологічного стану, особливостей особистості, акцентуації характеру;
- методи і засоби дослідження особливостей мислення та інтелекту;
- методи і засоби нейрофункціональної діагностики та стану основних аналізаторів персоналу;
- методи і засоби оцінки операторської (психофізіологічної) працездатності;
- методи і засоби поглибленого вивчення стану серцево-судинної системи і фізичної працездатності персоналу;

- методи визначення рівнів психічної і фізіологічної надійності персоналу (рівні готовності до професійної діяльності).

Під психофізіологічним моніторингом розуміється систематичне, безперервне в часі спостереження (діагностика) поточного (актуального) психофізіологічного стану окремої людини або великих груп людей з числа персоналу. Методи психофізіологічного моніторингу функціонального стану персоналу рекомендується використовувати з метою:

- психофізіологічних обстежень фахівців перед початком небезпечних робіт;
- психофізіологічного супроводу навчання і професійної підготовки;
- оптимізації та вдосконалення режимів праці та відпочинку;
- психофізіологічного супроводу функціональної реабілітації.

Психофізіологічні обстеження перед початком небезпечних робіт у випадках, передбачених національним законодавством, проводяться в інтересах підвищення рівня надійності та безпеки виробничої діяльності. Їх основна мета – визначення психофізіологічної готовності працівника і виявлення осіб за поточним функціональним станом, рівнем працездатності і станом здоров'я непридатних в даний момент часу до виконання небезпечних робіт. До складу психофізіологічного обстеження перед початком небезпечних і відповідальних робіт рекомендується включати наступні методики:

- вимірювання артеріального тиску;
- варіаційну хронокардіометрію на основі аналізу ритму серцевої діяльності, що оцінює функціональні можливості організму людини і стан фізичної працездатності, надійності та готовності діяльності;
- автоматизований математичний аналіз тривалих записів ритму серця і артеріального тиску персоналу безпосередньо в ході надання конкретних видів і процедур функціональної реабілітації за допомогою автоматизованої системи тривалого моніторингу серцевого ритму і артеріального тиску;
- варіаційну зорову сенсометрію на основі простої зорово-моторної реакції, тестів на розподіл уваги, що оцінюють функціональний стан центральної нервової системи і рівень психічної працездатності, надійності та готовності до діяльності;
- автоматизований математичний аналіз тривалих записів ритму серця і артеріального тиску персоналу безпосередньо в ході надання конкретних видів і процедур функціональної реабілітації за допомогою автоматизованої системи тривалого моніторингу серцевого ритму і артеріального тиску;
- методика диференційованої самооцінки загального функціонального стану (САН);
- методика оцінки психофізіологічної напруги і стану тривожності;
- голосову фонетико-психофізіологічну експертизу.

Психофізіологічний супровід навчання, професійної підготовки та реабілітації може проводитися в навчальних закладах, навчально-курсівих комбінатах, центрах і пунктах підготовки працівників морської галузі з метою виявлення працівників за поточним функціональним (в тому числі психофізіологічному) станом, рівнем працездатності і станом здоров'я; оптимізації режимів навчання і професійної підготовки та діяльності в цілому.

Основними завданнями психофізіологічного супроводу навчання і професійної підготовки можуть бути:

- вивчення вихідного функціонального стану фахівців, що проходить психофізіологічне обстеження, рівня працездатності і стану здоров'я, а також визначення впливу на ефективність навчання, професійної підготовки і тренаж працівників;
- оперативна корекція поточного функціонального стану і реабілітація працівників, що проходять навчання та професійну підготовку;
- оптимізація режимів навчання, професійної підготовки та професійної діяльності, періодів відпочинку та діяльності в цілому.

Дослідники відзначають високу реабілітаційну ефективність використання терапії біологічно зворотного зв'язку для поліпшення стану психофізіологічного здоров'я фахівців морської галузі [3, с.42].

БЗЗ терапія (Біологічний зворотній зв'язок, Biofeedback) включена в перелік методів лікування, які офіційно застосовуються в медичній реабілітації

Метод дозволяє лікарю і пацієнту природним, безмедикаментозним шляхом оптимізувати нормальні фізіологічні функції організму і скорегувати порушені, на підставі спеціальної обробки інформації про роботу його внутрішніх органів і систем, згідно з даними біоелектричної активності головного мозку, серця, різних м'язів і органів дихання та показників, які знімаються діагностичними датчиками.

З клінічної точки зору за допомогою БЗЗ пацієнт навчається довільно регулювати деякі функції, наприклад частоту серцевих скорочень і дихання, напругу скелетної мускулатури, тонус і кровонаповнення судин. Протягом курсу БЗЗ-сеансів можливо посилити або послабити даний фізіологічний показник, а, отже, рівень тонічної активації тієї регуляторної системи, чію активність даний показник відображає.

БЗЗ-терапія наочно демонструє, як можна використовувати свідомість для безпосереднього контролю над власним організмом і вироблення необхідних навичок. БЗЗ дозволяє здійснювати не тільки повну функціональну діагностику організму, але і комп'ютерну біологічну регуляцію різних функціональних систем організму на основі візуального та звукового біологічного зворотного зв'язку за стандартними параметрами ЕЕГ, ЕМГ, ЕКГ, пульсового кровонаповнення судин, термометрії шкіри і шкірного опору. БЗЗ терапія практично єдина медична технологія, де пацієнт є активним учасником оздоровлення, лікування і тренінгу в одній процедурі, в результаті якої навчиться справлятися зі стресом, розладом сну, безсонням, головною білью напруги, мігренню, артеріальною гіпертензією, нападами бронхіальної астми, вегето-судинною дистонією, фобіями та іншими психосоматичними проявами, а також впливати на підвищення працездатності і стійкості до стресу.

Висновки. Для обґрунтування системи алгоритмізованих саногенних заходів визначено розрахункові формули, враховуючи параметри психофізіологічних функцій та показники вегетативного статусу; розроблено алгоритмізовану систему охорони та гігієни праці фахівців морської галузі, програму психофізіологічних обстежень фахівців морської галузі; рекомендації щодо застосування технології біологічного зворотного зв'язку.

Список використаних джерел:

1. Бобир В.А. Контроль над людським фактором на морському флоті. Матеріали наук. техн. конф. «Інтегровані комплекси транспортних засобів та безпека судноплавства», (Одеса, 23-24 травня 2006 р.). – Одеса, 2007. – С. 13–14.
2. Крайнюк В.М. Психологія стресостійкості особистості. К.: Ніка Центр, 2007. – 432 с.
3. Риміна Т. М. Психофізіологічна характеристика, стрес у професійній діяльності морських лоцманів в портах України. Одеса: Морський тренажерний центр, 2016. – 78с
4. Шафран Л.М., Псядло Е.М. Теорія і практика професійного психофізіологічного відбору моряків. Одеса: Фенікс, 2008. – 292 с.
5. Шмалей С. В., Нікулін Є. О., Фін Л. Є. Психофізіологічні показники професійного стресу фахівців морської галузі. X Міжнародная научно-практическая конференція «MODERN SCIENCE: PROBLEMS AND INNOVATIONS» (13-15 декабря 2020 года). Стокгольм, Швеція. – С 406–409.

СОЦІАЛЬНІ НЕБЕЗПЕКИ ТА ЇХ КЛАСИФІКАЦІЯ

*Шовкова А. О.
м. Полтава*

Анотація. У статті розглянуто сучасні підходи до визначення поняття соціальної небезпеки. Висвітлено суть поняття та проаналізовано класифікацію категорії соціальної небезпеки

Ключові слова: небезпека, соціальна безпека, соціальна небезпека, безпекознавство.