

УМОВИ ПОПЕРЕДЖЕННЯ СТРЕСУ В ПРОФЕСІЙНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ СИСТЕМНОГО ІНЖЕНЕРА

Вінницький національний технічний університет

Анотація.

В статті розглянуто причини виникнення та умови попередження стресу в професійній діяльності системного інженера. Оскільки спостерігається низька мотивація щодо підвищення безпеки праці не тільки у роботодавців, а й у самих працівників, недостатня інформованість персоналу про професійні ризики, які пов'язані з виконанням трудових функцій та наявні у виробничій діяльності, тому виникає питання цілеспрямованого формування культури охорони праці ще на етапі підготовки фахівців.

Ключові слова: професійна діяльність, системна інженерія, стрес, охорона праці.

Abstract:

In the article the causes and prevention of stress in the system of professional engineer. There is low motivation to improve safety not only employers but also the workers themselves. Lack of awareness of available professional staff about the risks associated with the performance of job functions. So the question is focused creating a culture of health and safety at the stage of training.

Keywords: professional activity, system engineering, stress, labor protection.

У зв'язку з [автоматизацією процесів](#) виробництва та [управлінням](#), розвитком обчислювальної техніки значного розповсюдження набули професії в яких комп'ютер використовується як основний засіб праці. Комп'ютери використовуються в [інформаційних](#) і обчислювальних центрах, на підприємствах зв'язку, [поліграфії](#), в диспетчерських пунктах управління технологічними процесами і [транспортними](#) перевезеннями. Відповідно, користуються попитом фахівці з системної інженерії, які безпосередньо займаються обслуговуванням та налагодженням систем автоматизації виробництва, комп'ютерних система та мереж тощо.

Охорона праці в процесі підготовки системних інженерів вивчається з метою набуття необхідного в подальшій фаховій діяльності спеціаліста рівня знань та умінь з правових і організаційних питань охорони праці, з питань гігієни праці, виробничої санітарії, техніки безпеки та пожежної безпеки, визначеного відповідними державними стандартами освіти, а також активної позиції щодо практичної реалізації принципу пріоритетності охорони життя та здоров'я працівників по відношенню до результатів виробничої діяльності.

З 90-х років ХХ століття, стрес на роботі став однією з актуальних психологічних проблем, пов'язаних із фізичним та психічним здоров'ям професіоналів, їх професійним благополуччям. Це стосується пошуку способів зниження негативних наслідків професійного стресу, пошуку детермінант, знання яких дозволило б передбачати, прогнозувати та управляти ймовірністю виникнення негативного професійного стресу, його проявів [1].

Професійний стрес – це складна галузь дослідження стресових станів, як і психологічний стрес, який співвідноситься з негативними та позитивними емоціями і почуттями, та створюється факторами, які носять характер загрози або перешкод [2, 116].

Професійна діяльність системного інженера може бути ускладнена впливом стресорів різної природи:

1. Організація і зміст професійної діяльності. Сюди відносяться такі чинники як: організація робочого місця, перевантаження роботою, фізичні фактори (температура, шум, багатолюдність), складність виконуваної діяльності, незадоволення комунікацією, стурбованість наслідками можливих помилок, підвищена відповідальність, тощо.

2. Професійна кар'єра: проблема статусу, зміна службових обов'язків, перехід на іншу роботу, незадоволеність перспективою, тощо.

3. Оплата праці: відсутність ясності в оплаті праці, нерівна оплата праці, тощо.

4. Взаємовідносини на роботі: неприємності з керівництвом, конфлікти з колегами, несприятливий клімат в колективі, тощо.

5. Поза організаційні джерела стресу: проблеми в сім'ї. проблеми зі здоров'ям, фінансові проблеми, проблеми особистих та організаційних цінностей.

Крім того, серед працівників, які використовують комп'ютер в професійній діяльності, виявлено новий тип захворювання – синдром комп'ютерного стресу (СКС), який проявляється головним боєм, **запаленням** слизової оболонки очей, підвищеною дратівливістю, млявістю і депресією.

Причинами різноманітних симптомів СКС є:

- носіння невідповідних окулярів або контактних лінз;
- неправильна **організація робочого місця**;
- наднапружена **робота** очей і неправильне положення тіла;
- підсумовування фізичних, розумових і візуальних навантажень; низький рівень візуальної підготовленості для роботи з комп'ютером [1, 103].

Формування поняття про професійний стрес та умови його попередження в професійній діяльності системного інженера на етапі підготовки фахівців ми здійснюємо за допомогою наступних кроків:

1. Опрацювання теоретичних відомостей про професійний стрес під час вивчення відповідного розділу з охорони праці.

2. Ознайомлення та опрацювання нормативно-правових актів, які регламентують роботу системного інженера **Культура** виробництва досягається правильною **організацією** трудових процесів і відносин між працюючими, благоустроєм робочих місць, естетичним **перетворенням** середовища. Для того щоб фахівець з системної інженерії знав та вмів організувати комфортне середовище при роботі з **персональним** комп'ютером, йому необхідно вивчити вимоги до нього, регламентовані **відповідними** нормативно-технічними документами, можливі засоби і способи захисту від несприятливих факторів у разі перевищення у реальності нормованих величин.

3. Усвідомлення значення безпеки у фаховій діяльності, яке формується під впливом внутрішніх (бажання працювати в безпечних умовах праці) та зовнішніх (матеріальна та адміністративна відповідальність) мотивів безпечної поведінки на робочому місці. Навчання безпечній праці повинно бути органічно пов'язане з навчанням професії.

Формуючи культуру охорони праці ще на етапі підготовки фахівців, необхідно постійно привертати увагу кожного студента на необхідність дотримання виробничої безпеки, що, в свою чергу, сприятиме роботі без аварій і травм. Потрібно змінити ставлення людей до власної безпеки на робочому місці, підвищити рівень культури виробництва як працівників, так і роботодавців.

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Офіційний сайт Фонду соціального страхування від нещасних випадків на виробництві та професійних захворювань України. [Електронний ресурс]. – Доступний з <http://www.social.org.ua>

2. Амоша О.І. Регіональне управління охороною праці / Амоша О.І., Новікова О.Ф., Крот В.І. – Донецьк: ІЕП НАН України, 2000. – 244 с.

3. Охорона праці радіо-та електронної промисловості: Підручник для технікумів. - 2-е видання, перероблене і доповнене / С.П. Павлов, Л.С.Виноградов, Н.Д. Крилова та ін; Під ред. С.П. Павлова. - М.: Радіо і зв'язок, 2005. – 348 с.

Дембіцька Софія Віталіївна, кандидат педагогічних наук, доцент, доцент кафедри БЖД, Вінницький національний технічний університет, Вінниця, e-mail: sofia.dem@mail.ru, тел. +380972199843, Україна, 21027, м. Вінниця, просп.Юності 83, кв. 107

Dembitskaya Sofiya V., associate professor, assistant professor of of Department of Life Safety, Vinnytsia National Technical University, Vinnitsa, mail: sofia.dem@mail.ru, tel.+380972199843, Ukraine, 21027, Vinnytsya, Yunosty str., 83/107