

## 1.9. Психология БЖД

Антропогенные опасности инициируются человеком и обусловлены свойствами нервной системы, его психологическим статусом и психическим состоянием.

Психические процессы контролируют регуляцию поведения человека, благодаря чему обеспечивается адаптация организма к окружающей среде и возможность жизнедеятельности.

**К ним относятся познавательные психические процессы:**

ощущения

память

восприятия

мышление

## Свойства нервной системы человека

- Динамичность** - характеризует скорость протекания психических процессов (темп деятельности, скорость обучения, скорость принятия решений).
- Подвижность** - скорость переделки, то есть насколько быстро возбуждение сменяется торможением и наоборот.
- Продуктивность в стрессе** - стрессовые ситуации требуют быстроты принятия решений.
- Лабильность** - скорость возникновения и прекращения нервного процесса.

## Психологический статус человека

Различают четыре характерных типа темперамента:

**Сангвиник** характеризуется высокой динамичностью. Он живой, подвижный, легко и быстро обучаемый, продуктивен в стрессе, не расположен к монотонной деятельности.

**Холерик** напорист, активен, но неуравновешен и конфликтен. Нервная система холерика отличается высокой подвижностью. Может принимать поспешные, необдуманные решения и создавать опасные ситуации.

**Меланхолик** легко раним, мнителен, нерешителен. Нервная система отличается низкой подвижностью. В стрессе он недостаточно продуктивен.

**Флегматик** Отличается низкой подвижностью и динамичностью нервной системы. Его непродуктивность в стрессе может привести к опасным ситуациям.

## Виды психических состояний

Психическое состояние отражает уровень психической активности, обусловленной функциональным состоянием мозга. Виды психических состояний:

**Гиперактивность**

**Ровное состояние**

**Депрессия**

### Особые психические состояния:

*Пароксизмальные*

*Психогенные изменения настроения*

*Связанные с приёмом активных средств*

# Характеристика особых психических состояний

**Пароксизмальные состояния** - это группа таких расстройств как эпилепсия, обмороки и др. Подобные заболевания могут оказывать губительные последствия при деятельности, связанной с повышенным риском.

**Психогенные изменения настроения** или аффективные состояния сопровождаются ухудшением самоконтроля, эмоциональным сужением объёма сознания. Лица, склонные к таким состояниям, относятся к категории с повышенным риском травматизма.

**При употреблении наркотических веществ и алкоголя** замедляются реакции, снижается чувство осторожности, повышается вероятность ошибки.

# Психологические методы повышения безопасности

Функциональные части  
деятельности

Методы повышения  
безопасности

