



Подпишитесь на DeepL Pro для  
редактирования данного документа.  
Дополнительную информацию можно  
найти на странице [www.DeepL.com/Pro](http://www.DeepL.com/Pro).

# 6 ПСИХОСОЦИАЛЬНЫХ ФАКТОРОВ РИСКА



# 1. ТРЕБОВАНИЯ К РАБОТЕ

К первой категории относятся понятия "психологические требования" и "усилия".

В более широком смысле, они ставят вопрос **об интенсивности и сложности работы**, которая характеризуется, в частности, :

- Ограничения по темпу,
- Нереалистичные цели,
- Противоречивые предписания ...



Чем больше рабочая нагрузка, тем менее удовлетворительны условия для выполнения работы. Ситуации перегрузки на работе также могут привести к **трудностям в совмещении работы и личной жизни**, что сказывается на здоровье работников.

## 2. ЭМОЦИОНАЛЬНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ

В процессе своей деятельности работник может столкнуться с отношениями, которыми эмоционально трудно управлять:

- Трудные контакты с разными собеседниками;
- необходимость скрывать свои настоящие эмоции в присутствии людей;
- физическое или словесное насилие.

# 3. ОТСУТСТВИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОСТИ И ПРОСТРАНСТВА ДЛЯ МАНЕВРА

Автономия на работе означает возможность быть действующим лицом в своей работе.

Источниками ПСР могут быть следующие факторы:

- мало места для маневра при выполнении задач;
- ограничения по темпу работы;
- недоиспользование навыков работника.

# 4. ПЛОХИЕ СОЦИАЛЬНЫЕ И ТРУДОВЫЕ ОТНОШЕНИЯ

К ним относятся отношения с коллегами или с иерархией, перспективы карьерного роста, соответствие задания для личного развития, процедуры оценки работы, внимание к благополучию сотрудников (**СОЦИАЛЬНАЯ ПОДДЕРЖКА**).

Качество социальных и трудовых отношений также играет роль в возникновении ПСР:

- Смущенное восприятие задач, которые необходимо решить,
- Отсутствие солидарности среди коллег,
- Отсутствие рабочих форумов и обмена мнениями между коллегами,
- Физическое или моральное насилие в компании,
- Отсутствие признания проделанной работы, предоставленного качества и приложенных усилий,

 очень активное местное руководство

Они могут привести к таким "патологиям" социальных отношений, как, например, моббинг.

# 5. КОНФЛИКТЫ ЦЕННОСТЕЙ И ПРЕПЯТСТВОВАНИЕ КАЧЕСТВУ

Под ценностными конфликтами понимаются все интрапсихические конфликты, возникающие в результате искажения между тем, что требуется на работе, и профессиональными, социальными или личными ценностями сотрудников.

Для работника отсутствие возможности обмениваться мнениями с коллегами или руководством о методах и целях своей работы является фактором психосоциального риска, ведущего к :

- Потеря или отсутствие чувства цели для работника;
- Ощущение, что делаешь бесполезную работу.



**BROWN OUT:** это восприятие бессмысленной работы. Это приводит к определенной усталости или цинизма со стороны жертвы.

# 6. НЕБЕЗОПАСНОСТЬ РАБОЧЕЙ СИТУАЦИИ

Небезопасность рабочей ситуации включает в себя:

- социально-экономическая незащищенность,
- риск неконтролируемого изменения задачи и условий труда
- контекст здоровья (COVID-19)