

# ИЗМЕНЕНИЕ ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНЫХ ПРОЦЕССОВ П



# ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНЫЕ СИМПТОМЫ СТРЕССА

- Возникают проблемы с запоминанием новой информации.
- Трудности концентрации внимания.
- Забывчивость , неорганизованность
- Постоянное и чаще всего возвращение к одной и той же мысли, одной и той же проблеме;
- Трудности в принятии решений;
- Преобладание негативных мыслей.



Интеллектуальные  
признаки стресса

Внимание

Трудность  
сосредоточения,  
повышенная  
отвлекаемость,  
сужение поля  
внимания

Мышление

Нарушение логики, спутанное мышление, трудность принятия решений, частые сбои в вычислениях, снижение творческого потенциала

Память

Ухудшение показателей оперативной памяти, проблемы с воспроизведением информации

- Нарушение продуктивности профессиональной деятельности усиливают общий стресс
- Нарушения интеллектуальной деятельности затрудняют поиск выхода из стресса

# СПЕЦИФИКА ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНОГО ТРУДА

- После прекращения работы мысли не покидают человека, “рабочая доминанта” полностью не угасает.
- Невозможно скомандовать себе: “Все, кончаю думать!” И в свободное время врача не оставляют мысли о сложном больном, инженера преследуют чертежи, планы, а исследователь вновь и вновь мысленно анализирует результаты неудавшегося опыта, пытаясь отыскать ошибку, руководитель производственного коллектива продолжает “прокручивать” в голове варианты решения производственных задач.
- Утомление нарастает при неудовлетворенности работой, неудачах.



# УМСТВЕННЫЕ ВИДЫ ТРУДА

- 1. Труд инженеров, экономистов, бухгалтеров, работников канцелярий, требующий преимущественно напряжения мыслительных процессов и выполняемый по заранее разработанному плану.
- 2. Управленческий характер труда, который типичен для руководителей учреждений, предприятий, больших и малых коллективов, для преподавателей. Его отличительные черты — неравномерность нагрузки, необходимость принимать нестандартные решения, возможность возникновения конфликтных ситуаций.
- 3. Для труда научных работников, конструкторов, писателей, композиторов, артистов, художников характерно создание новых продуктов творческой деятельности, нерегламентированный график, периодически возникающее повышение степени нервно-эмоционального напряжения.
- 4. Операторский труд охватывает большую группу профессий, связанных с управлением машинами, оборудованием, технологическими процессами. Работа отличается особой ответственностью и высоким нервно-эмоциональным напряжением.
- 5. Труд с большой нагрузкой на мелкие группы мышц, требующий напряжения отдельных анализаторов и функций внимания, типичен для наборщиков, контролеров, сборщиков и др.
- 6. Труд медицинских работников связан с большой ответственностью, часто с дефицитом информации, нужной для принятия правильного решения, сложностью взаимоотношений с больными, что обуславливает его высокое нервно-эмоциональное напряжение.
- 7. Учение как труд. Освоение новых знаний требует от обучающихся напряжения памяти, внимания, мыслительных процессов, необходимых для восприятия и воспроизведения новой информации.



- Подготовка к сдаче вступительных или выпускных экзаменов.







Интеллектуальная женщина из государственного учреждения переходит на работу в большую коммерческую фирму. Здесь совсем другая обстановка: напряженная, интенсивная работа, неблагоприятный психологический климат, конкуренция, бесцеремонная манера общения со стороны руководства.

