

Жирков Р.А., Кубдашева Н.К.

ПСИХОФИЗЕОЛОГИЯ ВОДИТЕЛЯ

Волгоградский Государственный Технический Университет

The paper presents the basis of the factors affecting the psychophysiology of driver. The relationship between professional reliability and driver's self-regulation system.

Keywords: traffic psychology, driver, professional activities.

В работе представлены основные факторы влияющие на психофизиологию водителя. Взаимосвязь между профессиональной надежностью и системой саморегуляции автоводителей.

Ключевые слова: транспортная психология, водитель, профессиональная деятельность.

В процессе управления автомобилем к психике водителя выдвигаются высокие требования. В его обязанности входит не только объективно и быстро воспринимать дорожные условия, оценивать и реагировать на их изменения, но и выполнять все необходимые для управления автомобилем действия.

Водителя автомобиля можно рассматривать как оператора сложной системы водитель-автомобиль-дорога-среда (ВАДС). Установлено, что психологические особенности его труда при работе на разных видах транспорта отличаются и зависят от специфики выполняемой работы (водители автобусов, такси, грузовых автомобилей, фур, тракторов и т.д.) [2]. Однако, выделяются психологические особенности деятельности, являющиеся общими для водителей любой специализации, в т.ч. для автолюбителей. Деятельность водителя осуществляется в навязанном темпе, с нарушением режимов труда и отдыха, предъявляет повышенные требования к вниманию, подвижности нервных процессов, скорости реакций оператора. Такая специфика формирует самые высокие требования к психофизиологическим качествам водителей, помимо этого, психологические особенности данной деятельности зачастую приводят к выраженному нервно-психическому напряжению водителя

автотранспортного средства, что снижает эффективность и качество его труда.

На основе исследований специалистов в области автотранспорта выделены важнейшие профессионально-важные качества (ПВК) водителей. Учеными отмечается, что среди ПВК водителей, наиболее важными качествами, от которых напрямую зависит эффективность водительского труда и безопасность дорожного движения, являются психофизиологические: восприятие, внимание, длительность сенсомоторных реакций, эмоциональная и стрессоустойчивость, память, мышление, бдительность [1]. Изучение обобщенных данных исследований показало, что четкие критерии оценки данных качеств для водителей не выведены и требуют экспериментального уточнения.

Продолжительность времени реакции является важнейшим показателем, характеризующим надежность работы водителя. В процессе движения по дороге водитель определяет свои действия по управлению автомобилем на основании информации, источником которой является дорожная обстановка. Отдельные элементы дорожной обстановки или их совокупности в данном случае выступают носителями информации и с позиций инженерной психологии определяются как сигналы (раздражители), вызывающие со стороны водителя определенную реакцию.

Время реакции зависит от яркости и положения сигнала в поле зрения водителя. Так, для светового сигнала (светофор, световые табло) продолжительность обнаружения почти вдвое меньше, чем для объектов, имеющих небольшое отличие по яркости от фона. К числу таких объектов относятся пешеходы, животные, автомобили, препятствия и разрушения покрытия. В темное время суток щиты с внутренней или наружной подсветкой препятствуют распознаванию водителем дорожных знаков.

Основными практическими задачами в области профессионального труда водителя являются повышение эффективности, результативности и качества его деятельности. Их решение невозможно без обеспечения качественной профессиональной и психологической подготовки водителей, обеспечивающей их безопасную, безаварийную работу.

Результаты психологического анализа профессиональной деятельности водителей показали, что ее эффективность и безопасность во многом определяются исходным уровнем развитости профессионально важных психофизиологических качеств водителя, сформированностью системы саморегуляции и влиянием биопсихосоциальных факторов на его успешную адаптацию к современным дорожным условиям.

Комплекс постоянных физических, интеллектуальных и психоэмоциональных перегрузок, при воздействии которых осуществляется деятельность водителя, приводит к его психической дезадаптации. Биопсихосоциальные факторы являются потенциальной угрозой расстройств адаптации водителей и подтверждению необходимости психологической коррекции нарушений биопсихосоциальных факторов как важного параметра эффективности и безошибочности профессиональной деятельности водителей.

Так же важна взаимосвязь между профессиональной надежностью и системой саморегуляции автоводителей. Необходимо обучение водителей методикам рефлексопрофилактики, что позволяет им путем применения простых приемов точечного массажа эффективно бороться со стрессом, усталостью, повышать активность и реакцию.

Недостаточное развитие одних психофизиологических особенностей водителя может компенсироваться развитием других и проявляться лишь в сложных дорожных условиях, когда предотвращение аварии и разрядка острой дорожной ситуации зависят от быстроты оценки ситуации, умения применить навыки управления автомобилем, от скорости и от точности реакции, самообладания, решительности и настойчивости.

Для снижения вероятности дорожно-транспортного происшествия (ДТП) каждый водитель должен соблюдать следующие рекомендации:

1. Заниматься любым видом спорта. Для улучшения периферического и центрального зрения занятия настольным теннисом, большим теннисом и стрельбой повышают его остроту.

2. Перед работой необходим непрерывный сон продолжительностью не

менее 7 часов.

3. Приступая к работе, полезно выполнить упражнения на координацию, возбуждающие нервные центры. Для предупреждения утомления выполнять упражнения через 3-5ч езды.

4. Обращать внимание на всю необходимую информацию о ДТС и правильно оценить ее.

5. Понять верные ли принял решения и правильно ли выполнил действия по управлению автомобилем.

6. Постоянно развивать навыки профессионального мастерства.

Из выше сказано можно сделать вывод, что каждый водитель для снижения вероятности ДТП должен улучшать навыки вождения путем самоанализа ситуаций в процессе управления автомобилем и критически объективно оценивать собственные действия, так же обязан заботиться о своем здоровье и поддерживать его в тонусе.

Литература:

1. Котик М.А. О показателях безопасной работы водителя// Автомобильный транспорт, 1992. – №9. – С. 24–25.

2. Э.Цыганков Высшая школа водительского мастерства, Транспорт, 1995, 272с