ПАВЛЮЧИК Л.Ф.

МЕТОДИКИ ОЦЕНКИ ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКОГО СОСТОЯНИЯ ЧЕЛОВЕКА И ЕГО АДАПТАЦИИ

В настоящее время человек вынужден включаться в непрерывный процесс смены технологий, постоянно учиться, накапливать огромное количество знаний. Проблема адаптации человека к различным экзогенным факторам актуальна во все времена и наработаны многочисленные корреляты ее дисциплинарного решения различными науками: генетикой, биохимией, физиологией, психологией, нейробионикой, биокибернетикой, биоинформатикой, инженерной психологией и т.д. Прогрессивным инструментом для реализации принципиально новых возможностей понимания механизмов адаптации человека, оценки его функциональной надежности, в частности в человеко-машинных (ЧМ) системах, являются компьютерные технологии. Они увеличивают количество творческих компонентов исследовательской деятельности, существенно расширяют диапазон решения проблемы в плане разноаспектности, системности, динамичности, междисциплинарности, формируя представления о целостном образе человека, его адаптационном социопсихофизиологичсском портрете.

В данной работе был произведен обзор методик оценки психофизиологического состояния человека и его адаптации. Эти методики универсальна, ими можно пользоваться для диагностики работоспособности человека, его способность выдерживать физические или нервно-эмоциональные нагрузки, справляться со стрессовыми ситуациями и др. в любых сферах деятельности.

Социопсихофизиологические исследования технологически обеспечиваются компьютерными системами АСНИ, Эффект, Цвет, Комфорт, которые с помощью системы Конструктор могут быть использованы в различных последовательностях, диапазонах и сочетаниях предъявлений. Кроме того, достоинством технологии является возможность самостоятельного использования каждой из систем.

Компьютерная программа «АСНИ» дает возможность реализовать междисциплинарный *компьютерный эксперимент* и получить индивидуальный социопсихофизиологичсский портрет личности обследуемого, включающий индивидуально-типологические свойства, тип реагирования, позицию личности, эмоциональный фон, скоростные свойства анализаторных систем, особенности высших психических функций, поведение в стрессе, способы биологической защиты, вегетативное реагирование, направленность болезней, тип оптимальной работоспособности, профессиональной ориентации, психологического климата в коллективе; рекомендации по выбору профессии, режимов труда и отдыха, индивидуализации обучения, оптимизации межличностных отношений.

Система «ЭФФЕКТ» используется для прогнозирования эффективности и надежности деятельности (или других заданных характеристик) работоспособности человека-оператора.

Система «Цвет» позволяет качественнее, быстрее, с сохранением работоспособности, реализовывать процесс восприятия, переработки и использования полученной информации во всех сферах применения компьютерных средств - в работе, учебе, лечении, отдыхе, играх и др. Система «КОМФОРТ» разработана для профилактики недопущения психоэмоционального напряжения. Реализация системы основана на индивидуализации режимов релаксации и ее профессиональной специфики, цветодиагностике и цветокоррекции (экспресс-диагностические тесты Люшера и Айзенка). Система помогает пользователю ПК сформировать оптимальный цветовой климат экрана компьютера в зависимости от его актуального функционального состояния, предлагает информацию по оптимизации зрения, мышечного тонуса, психоэмоциональной сферы (психостимуляция, психорелаксация).

Также была рассмотрена методика Г.И. Мороз «Экспресс-диагностика функционального состояния и работоспособности человека». Методика основана на показателях вариационной хронорефлексометрии — динамических характеристиках времени простой зрительно-моторной реакции.

Методика не требует предварительного обучения. Тестирование занимает примерно 10 минут, после этого компьютерная программа выдает результат теста и определяет, в каком функциональном состоянии находится человек и можно ли допустить его к профессиональной деятельности.

Методика особенно полезна для диагностики работоспособности тех специалистов, которые работают непосредственно с техникой (диспетчеры, машинисты, пилоты, водители и т.д.) и несут ответственность за жизнь других людей.

С ее помощью можно оценить, в каком состоянии находится человек на момент обследования и какая у него работоспособность. Информативными показателями работоспособности человека считаются прямые и косвенные ее показатели. Прямым показателем является эффективность деятельности (количество и качество выполняемой работы), а в качестве косвенного выступает функциональное состояние организма (психофизиологические показатели различных его систем).

Сейчас методику используют для выявления и оценки функционального состояния наркоманов (проверяют, помогает им проводимое лечение, или нет), специалисты пользуются ею при изучении состояния школьников и студентов в процессе обучения, в клинических исследованиях, для оценки состояния больных. Результаты некоторых исследований опубликованы в научных журналах. Методика позволяет со стопроцентной точностью выявлять изменения в центральной нервной системе после приема алкоголя и других возбуждающих средств, а также симуляцию заболеваний.