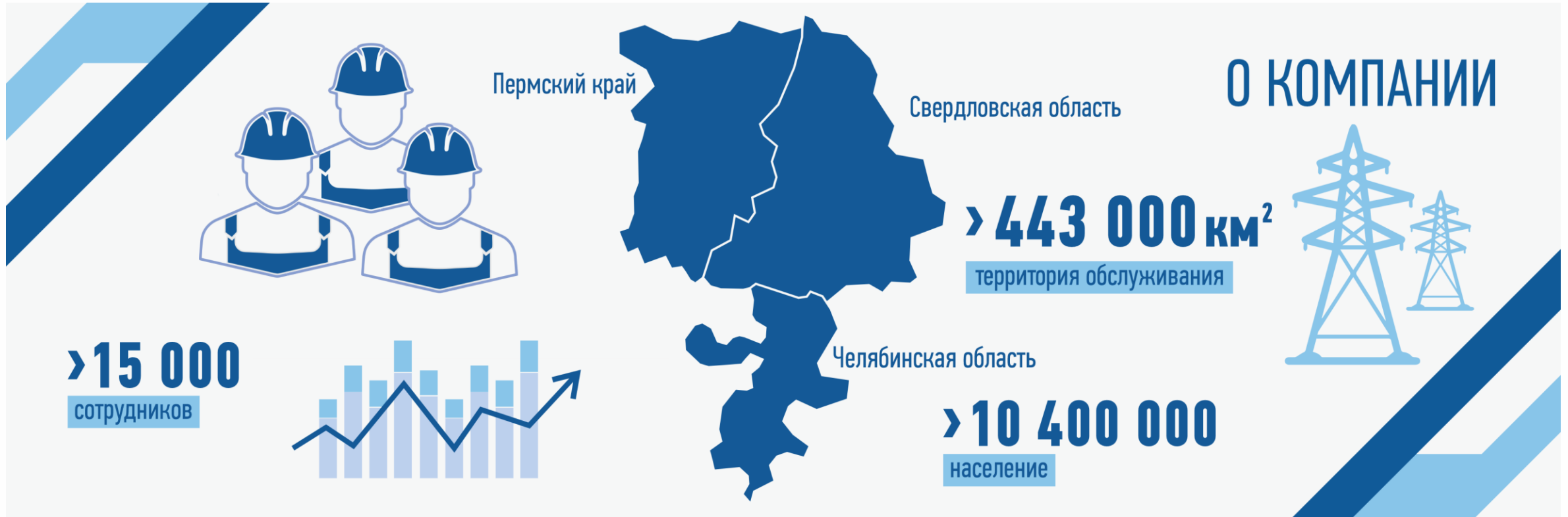


Управление психофизиологическим ресурсом персонала. Практический опыт в электроэнергетике.

М.Н. Овчинникова
к.с.н., начальник отдела психофизиологического обследования,
Департамент производственной безопасности, охраны труда и
производственного контроля

МАРТ 2025 ЕКАТЕРИНБУРГ



ПАО «Россети Урал» – российская электросетевая компания, осуществляющая транспорт электроэнергии по электрическим сетям напряжением 0,4-220 кВ и технологическое присоединение клиентов к электросетям на территории Свердловской, Челябинской областей, а также Пермского края.

Бизнес-задача

управление психофизиологическим ресурсом* электротехнического персонала для обеспечения надежности профессиональной деятельности (безаварийной работы при сохранении здоровья работника и его работоспособности)

Владелец бизнес-процесса

Первый заместитель Генерального директора – Главный инженер ПАО «Россети Урал»

Область распространения

электротехнический персонал ПАО «Россети Урал» - организующий и осуществляющий техническое обслуживание, ремонт, управление режимом работы электроустановок

**Психофизиологический ресурс работника*

психологические особенности личности, уровень физического и психического здоровья работника, определяющие его работоспособность

Психофизиологическое обследование (ПФО)

- Первичное ПФО кандидатов при приеме на работу (в режиме «Единого окна»);
- Мониторинговое ПФО
- Диагностика под особые задачи:
 - Расследование несчастных случаев;
 - Отбор для отдельных видов деятельности (работа под напряжением);
 - Отбор для конкурсов профессионального мастерства).

до 2,5 тыс. чел. в год

Профилактика и коррекция

- Комплексная программа реабилитации;
- Коррекционная программа психолого-педагогического внимания;
- Профилактические тренинги по саморегуляции;

> 330 чел. в год

Организационно-кадровое обеспечение:

- Подразделение в структуре блока охраны труда и производственной безопасности
- 8 штатных психологов

Инфраструктурное обеспечение:

- Автоматизированный диагностический комплекс (собственная разработка)
- Аппаратные средства диагностики

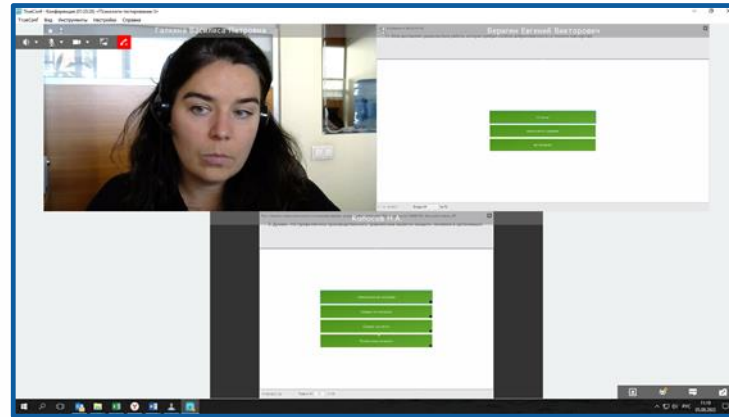
Методолого-методическое обеспечение:

- Корпоративные стандарты
- Диагностические модели
- Программы коррекции и профилактики

I. Профессионально-важные качества -

индивидуальные качества субъекта, которые включены в процесс профессиональной деятельности и оказывают влияние на ее результативность

Дистанционная диагностика с помощью **автоматизированного комплекса**



Уровни ПВК

I группа II группа III группа

II. Функциональное состояние -

состояние психофизиологических характеристик, влияющих на самочувствие, адаптивность, активацию резервов организма

Очная диагностика с помощью **устройства психофизиологического тестирования «Психофизиолог»**



Уровни ФС

оптимальное
 близкое к оптимальному
 допустимое, близкое к расслабленному
 допустимое
 предельно-допустимое
 негативное
 негативное, близкое к критическому

РЕЗУЛЬТАТЫ

- Заключение
- Обратная связь работнику - рекомендации
- Обратная связь руководителю – точки внимания

РЕШЕНИЯ

Профессионально-важные качества

Качества когнитивной сферы	Устойчивость внимания
	Распределение и переключение внимания
	Способность оценивать пространственное положение объектов
Качества личностной сферы	Адекватная склонность к рискованному поведению
	Смелость
	Самоконтроль поведения
	Моральный контроль поведения
	Расслабленность, низкое рабочее напряжение
Качества психофизиологической сферы	Время реакции
	Стабильность реакций

Поведение

Фокус внимания на дорожной обстановке

Анализ и внимание ко всем факторам дорожной ситуации

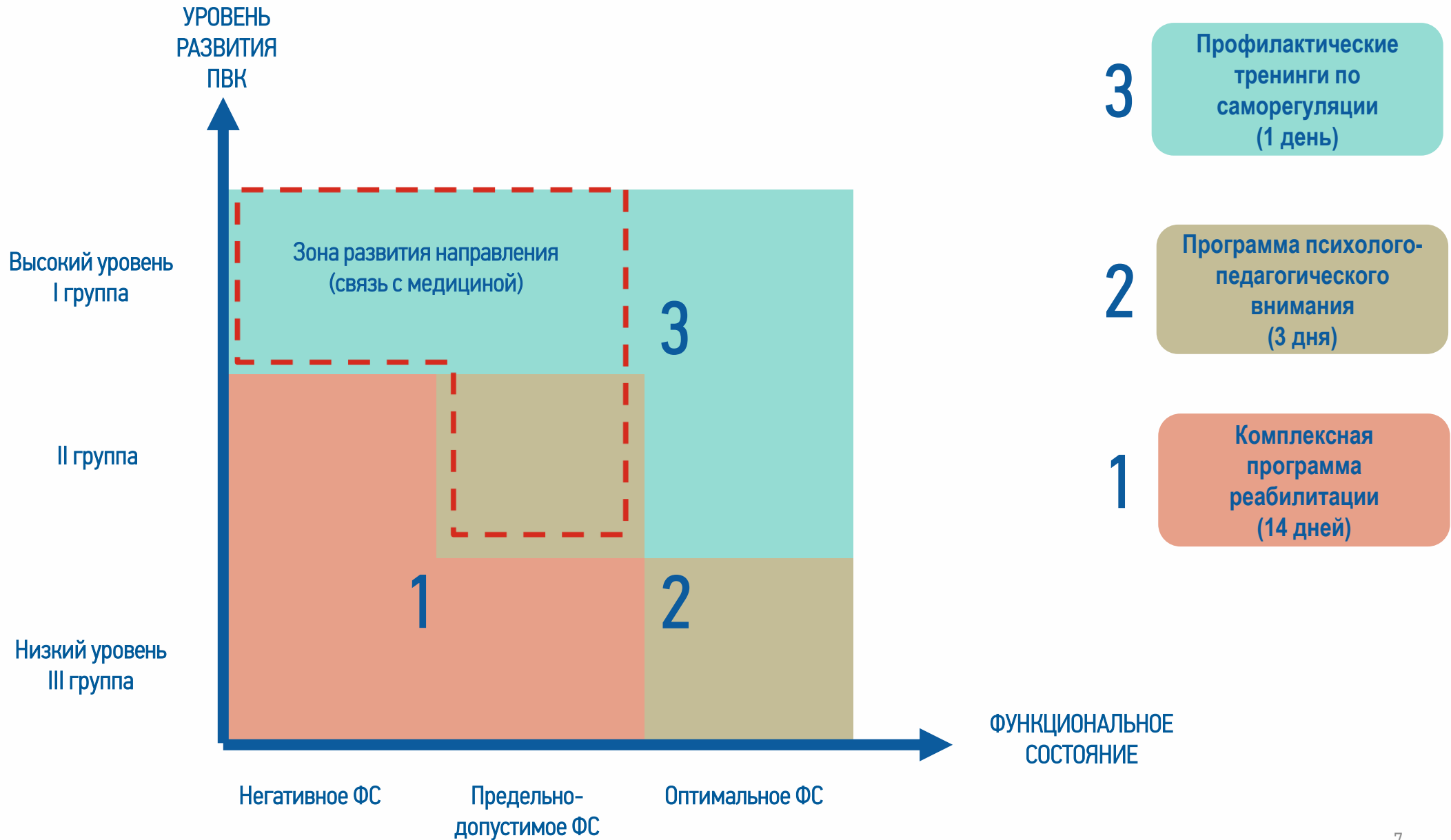
Оценка расстояния, дистанции, габаритов, размеров

Способность действовать при повышенной вероятности возникновения аварийных ситуаций

Соблюдение правил дорожного движения

Самоконтроль, настроение не влияет на поведение за рулем

Быстрое реагирование на внезапно возникающие сигналы и факторы на дороге



Причина направления на программу	по результатам мониторинга - неблагополучное функциональное состояние и сниженный уровень ПВК
Группы профессионально-психологической пригодности	II и III группа
Продолжительность	14 дней
Содержание программы	<ul style="list-style-type: none">• восстановительные мероприятия в Центре восстановительной медицины РЖД• обучающие занятия по развитию ПВК в Учебном Центре «МРСК Урала»• сопровождение психолога• ведение дневника самонаблюдения• повторная диагностика через 6 месяцев• обратная связь от непосредственных руководителей участников
Эффективность	88 % - изменение итоговой группы и положительная динамика по развитию ПВК, ФС

Обратная связь участников

«Очень нужная программа. Я стараюсь в работе **применять те знания**, что получил на программе, у меня получается. Регулярно посещаю врача, занялся своим здоровьем. Что запомнил - **обучаю бригаду**»

«Мне программа очень понравилась и помогла понять, что **здоровье очень важно**. Хожу к врачу. Вот полностью обследовался, теперь впереди интенсивное лечение. Спасибо, что есть такая программа»

«Очень хорошая программа. Помогает **осознать ценность жизни и здоровья**. Я немного **изменил взгляд на правила ОТ**»

Обратная связь непосредственных руководителей

«Программа хорошая. Что точно вижу - **взялся за своё здоровье**. Стал ходить по врачам. Лечится, выполняет их рекомендации. Это хорошо»

«Программа очень хорошая. Заметно даже изменение в поведении работника. **Стал активнее на работе, изменил подход в коммуникациях с подчиненными**. Учит членов бригад некоторым упражнениям. Заботится о здоровье»

«Настроение улучшилось, позитив появился, **коммуникабельность изменилась**. Внимательное отношение к своему здоровью. Посещает врачей»

Комплексная программа реабилитации. Содержание программы

восстановительные мероприятия в Центре восстановительной медицины РЖД

- Проживание в стационаре с пятиразовым питанием;
- Приёмы специалистов;
- Процедуры (массаж, гидропроцедуры душ);
- Групповые занятия (ЛФК, бассейн);
- Аппаратная физиотерапия;
- Медикаментозная поддержка;
- Приём специалиста «на выходе» с выдачей медицинских рекомендаций.

обучающие занятия по развитию ПВК в Учебном Центре «МРСК Урала»

- Методы и приемы развития ПВК разных сфер (интеллектуально-мнестическая; эмоционально-личностная; психофизиологическая);
- Человеческий фактор в культуре безопасного труда;
- Психические состояния в чрезвычайных ситуациях и способы их регулирования (стресс, паника, агрессия, страх).

сопровождение психолога + ведение дневника самонаблюдения

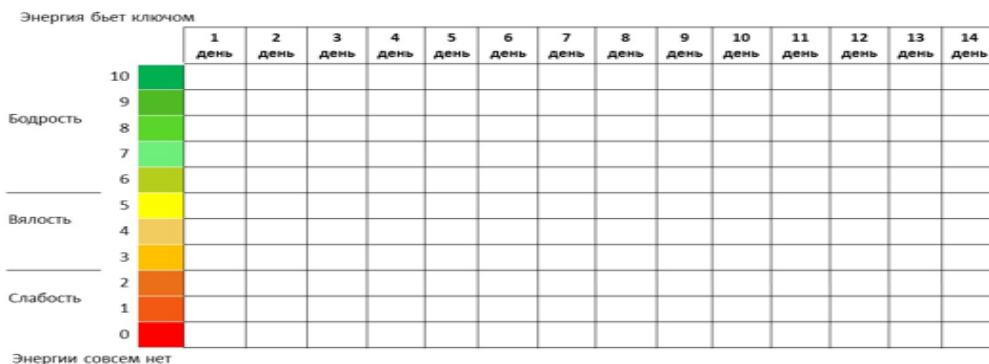
- Мотивация на вдумчивое прохождение программы;
- Акцент на ценность жизни и здоровья;
- Помощь в заполнении дневника самонаблюдения.

День 1-14

УТРО:

Отметьте пожалуйста на десятибалльной шкале свои утренние ощущения:

Шкала самочувствия



Дневник самонаблюдения

День 1:

- Занятие в УЦ ПАО «Россети Урал»:
Сегодня было занятие о: _____
Из того, о чем было сегодня занятие, Вы точно будете пользоваться: _____

- Занятия в ВРЦ РЖД
Сегодня Вы посещаете назначенные процедуры: _____

Вечер 1:

- Для Вас сегодня было полезно / ценно: _____

Причина направления на программу	по результатам мониторинга - сниженный уровень ПВК
Группы профессионально-психологической пригодности	в основном - II группа, реже - III
Продолжительность	3 дня
Содержание программы	<ul style="list-style-type: none">• обучающие занятия по развитию ПВК в Учебном Центре «МРСК Урала»• повторная диагностика через 6 месяцев
Эффективность	79 % - изменение итоговой группы и положительная динамика по развитию ПВК

Обратная связь участников

«Очень впечатлен программой, благодарен за то, что дали множество методик для «вовремя расслабиться» в копилочку. Понравились организаторы, задали хороший темп и настроение»

«Программа понравилась. Считаю, что съездил **не зря, полезно для общего развития**, к тому же там были коллеги-мастера. Хотелось бы программу 5-дневную, чтобы были еще физ.процедуры, например, лфк, массаж»

Причина направления на программу	в целях профилактики, для приоритетной категории «мастер»
Продолжительность	4 часа
Содержание программы	<ul style="list-style-type: none">• тема «Приемы психоэмоционального восстановления на рабочем месте»• проводят психологи филиалов, очно, на рабочих местах в РЭС или ПО• изначально разработан для мастерского состава
Эффективность	80 % положительная ОС после тренингов

Обратная связь участников

- 86 % опрошенных отметили важность рассматриваемой темы для своей практической деятельности;
- 60 % пользуются способами снятия психоэмоционального напряжения на рабочем месте и вне работы;
- 79 % отмечают, что полученные знания помогли изменить отношение к своему психоэмоциональному состоянию;
- 89 % порекомендовали бы тренинг коллегам;
- 81 % хотели бы продолжить освоение темы тренинга;
- 40 % называют вопросы, которые хотелось бы изучить более подробно (поведение в стрессовых ситуациях и конфликтах, аутотренинг, медитация, сон во время стресса, снижение усталости глаз и др.)

Положительные тренды

Т Р Е Н Д Ы

- ❖ Впервые зафиксирована положительная тенденция по результатам диагностики **мастерского состава** (наличие двух целевых программ).
- ❖ На протяжении двух лет отмечается **эффективность программ коррекции и реабилитации**. Формирование у персонала фокуса внимания к психоэмоциональному состоянию и состоянию здоровья.

Отрицательные тренды

- ❖ **Снижение качества кандидатов** при первичном ПФО: от 5 % до 26 % в зоне риска.
- ❖ Ежегодное снижение психофизиологических показателей: **нарастание усталости персонала** и истощение адаптационных резервов.

Р Е К О М Е Н Д А Ц И И

- ❖ Акцент на теме заботы и сохранения здоровья – потребность в **формировании системы управления состоянием персонала**:
 - Расширенный медосмотр для выявления отклонений на начальном этапе.
 - Реабилитационные и профилактические мероприятия для персонала в области медицины (сан.курортное лечение, профилактории).
 - Психокоррекционные мероприятия для персонала.
 - Соблюдение режима труда и отдыха.
 - Внедрение производственной гимнастики; поддержание физической активности (пинг-понг, турник, мячи, эспандеры).
 - Оснащение мест отдыха.
- ❖ Профилактические тренинги по **саморегуляции и управлению эмоциональным состоянием**
- ❖ Развитие каналов информирования и сбора обратной связи (горячая линия психологов, публикации в корпоративных СМИ).

**СПАСИБО
ЗА ВНИМАНИЕ!**

