

Аспекты организации трудовой деятельности человека в современных условиях

Иванов Антон Сергеевич

*Магнитогорский государственный технический университет им Г.И.Носова,
Россия*

e-mail: pitko-olga@mail.ru

Аннотация. Статья посвящена изучению различных аспектов организации трудовой деятельности человека в современных условиях. Рассматривается понятие эргономических требований, предъявляемых к рабочему месту и различным его элементам. В статье автор приходит к выводу о зависимости удовлетворенности трудом от организации рабочего места.

Ключевые слова: трудовая деятельность, рабочее место, менеджер, удовлетворенность трудом, эргономика, информационные технологии

Aspects of labor organization in modern conditions

Ivanov Anton Sergeevich

Nosov Magnitogorsk State Technical University, Russia

e-mail: pitko-olga@mail.ru

Abstract. The article is devoted to study of various aspects of the work organization in modern conditions. The author discusses the concept of ergonomic requirements to a workplace and its various elements. In the article the author comes to the conclusion about the dependence of job satisfaction from the work place.

Keywords: work, workplace, manager, job satisfaction, ergonomics, information technology

В условиях современной экономики успех предприятия зависит от персонала, в том числе и от того, как он чувствует себя на работе. Когда человек не имеет желания работать, его не удовлетворяет обустройство рабочего места (РМ) - это сказывается и на производительности труда. Это не означает, что данный процесс неуправляем. Напротив, при правильной

эргономической организации рабочего места можно сделать так, что персонал будет замотивирован выполнять свою работу без какого либо внешнего воздействия. «Для того, чтобы в полной мере изучить поставленную проблему, необходимо, прежде всего, определить специфику профессиональной среды и разобрать ее основные составляющие» [6].

Термин «эргономика» в переводе с греческого означает «закон работы». Предмет эргономики - труд во всей его сложности и многообразии. И, чтобы труд был не только нужным, но и удобным, эффективным, надежным и безопасным, необходима правильная организация рабочего места. Необходимо отметить, что «эргономика как научная дисциплина базируется на синтезе достижений социально-экономических, технических и естественных наук и комплексно изучает функциональные возможности человека в трудовых и бытовых процессах, в том числе психические процессы и состояния» [5]. Для изучения оптимальных условий работы «в эргономических исследованиях используются методы различных наук и техники, на стыке которых возникают и решаются качественно новые проблемы изучения системы «человек – машина (предмет) – среда» и системы «человек-техника» [4].

Эргономика осуществляет системный подход к трудовым процессам и оперирует эргономическими показателями: гигиеническими, антропометрическими, физиологическими, психофизиологическими, эстетическими. Эргономическая биомеханика на основе антропометрических признаков (таких как размеры тела, конечности, головы, кистей, стопы, угла вращения суставов, досягаемости руки и др.) дает рекомендации по организации рабочего места и проектированию его элементов.

Эргономика играет важнейшую роль едва ли не во всех видах человеческой деятельности, поэтому при организации рабочих мест должны соблюдаться следующие основные условия: обеспечить человеку рабочее пространство, достаточное для выполнения всех необходимых движений (или перемещения) при эксплуатации и техническом обслуживании оборудования; обеспечить достаточные физические, зрительные и слуховые связи между человеком, оборудованием и средой; обеспечить оптимальное размещение оборудования, главным образом, средств отображения информации и органов управления для обеспечения удобного положения человека при работе и др.

При конструировании рабочих мест следует предусматривать меры, предупреждающие или снижающие преждевременное утомление человека, предотвращающие возникновение у него психофизического стресса, а также появление ошибочных действий. Конструкция РМ должна обеспечивать быстроту, безопасность, простоту и экономичность технического обслуживания

в нормальных и аварийных условиях, полностью отвечать функциональным требованиям и предполагаемым условиям эксплуатации. Эффективность функционирования системы «человек - техника» преимущественно находится в прямой зависимости от подготовленности работников и специалистов.

В современном мире человек стремится сделать свое пребывание как на работе, так и дома наиболее комфортным для себя. В силу того, что на работе мы проводим до 14 часов в сутки, это желание более чем оправданно. Трудовая деятельность и рабочее место должны быть организованы с учетом требований, предъявляемых в том числе и самим работником.

За каждым трудящимся человеком закреплено свое рабочее место, оно представляет собой производственную площадь, на которой размещено необходимое и вспомогательное оборудование. Рабочее место - это важный элемент в производственном процессе.

На сегодняшний день в России существует система стандартов ССЭТО, в которой предусмотрены некоторые нормативные документы, термины, определения, показатели и характеристики человека; общие эргономические требования к организации человеко-машинных комплексов; к деятельности; к техническим средствам; программы и методики эргономической экспертизы.

В трудовой деятельности необходимо обеспечивать эффективность, безопасность и комфорт рабочего процесса, то есть создать такие условия на РМ, которые будут способствовать снижению утомляемости и сохранению здоровья человека. Для этого рабочее место должно быть удобным, комфортным, там должно быть размещено все необходимое оборудование для выполнения трудовой деятельности. От того, насколько хорошо оно организовано, зависит, насколько труд будет эффективен, как вырастет производительность труда и другие показатели.

С технической стороны на рабочем месте должно быть оборудование, необходимое для выполнения производственных задач. С организационной стороны все оборудование должно располагаться на своем месте. Перемещения работника можно сократить за счет правильной распланировки рабочего пространства и размещения на нем оборудования. Необходимо подобрать такой вариант обслуживания РМ, который обеспечит безопасные условия работы. С экономической стороны рабочее место должно обеспечить занятость работников настолько, чтобы производительность труда и качество работы постоянно росли.

Появившееся в последнее время понятие «офисного работника» заставляет по-новому взглянуть на проблему проектирования рабочих мест. Преимущественно занимаемое им положение сидя приводит такого человека к

различным болезням опорно-двигательного аппарата, остеохондроза, неврологическим и другим заболеваниям. Чаще всего работники не соотносят возникшие проблемы со здоровьем с вопросом «положение тела во время работы». Практически никто не думает о том, как он сидит во время работы. Рабочие место офисного работника необходимо проектировать с учетом основных эргономических требований к его деятельности. Основная цель создать оптимальные условия, при которых учитываются антропологические и психофизические особенности конкретного человека (работника).

Одним из основных элементов рабочего места современного менеджера, является рабочее кресло. С точки зрения эргономики оно помогает в поддержке рабочей позы человека в положении сидя. Тип рабочего кресла выбирается в зависимости от продолжительности работы: при долгой работе - массивное рабочее кресло, при кратковременной - кресло легкой конструкции, которое свободно передвигается.

«Каковы эргономические требования к рабочим сиденьям»? Такой вопрос задали ученикам и директорам фирм, т.е. тем, кто проводит большое количество времени на работе, сидя в рабочем кресле. И те, и другие испытывали затруднение, чтобы перечислить эргономические требования, предъявляемые к офисному креслу. И при покупке этого товара также возникают определенные трудности, т.к. далеко не у всех кресел указан такой важный показатель как «эргономичность».

В качестве примера необходимо привести ряд требований, предъявляемый к рабочему сиденью.

- оно должно обеспечить необходимые изменения для рабочей позы;
- сиденье не должно затруднять деятельность основных мышц и не вызывать болевых ощущений;
- глубина не должна быть чрезмерно вдавлена;
- необходимо обеспечить свободное перемещение сиденья относительно рабочих движений (желательно, чтобы сиденье обеспечивало вращающую функцию):
- важно обеспечить возможность регулировать сиденье по высоте, угол наклона спинки, высота спинки.

Обивка сиденья лучше полумягкая, не скользкая, не электризующаяся, воздухопроницаемая, влагоотталкивающая.

На кресле необходимо иметь пять опор для предотвращения травматизма (опрокидывания). Оно должно быть удобным, иметь закругленные края, наклоняться по отношению к горизонтали вперед на два градуса и назад на четырнадцать градусов. Размер кресла должен быть не менее, чем 40 на 40 см.

На рабочем кресле необходимо учесть элемент регулировки каждого параметра для удобства изменения угла наклона или изменения высоты кресла. Правильный выбор рабочего кресла приводит к повышению трудоспособности и снижает вероятность нанесения ущерба опорно-двигательному аппарату. Регулировка кресла должна быть легкой и комфортной для работника. Подлокотники нужны для того, чтобы человеку было удобно работать с компьютерной клавиатурой. Колесики необходимы для передвижения по рабочему месту. Материалы, используемые для обивки кресла, должны быть обязательно из плотной ткани или высококачественной кожи. Нижняя и задняя часть кресла может выполняться, как из пластика, так и из других материалов.

Высота спинки кресла рекомендуется 48-50 см от поверхности сидения и с регулировкой в передне-заднем направлении. На высоте 10-20 см от поверхности сидения ее следует оборудовать поясничным опорным валиком. Кресло с подлокотниками рекомендуется при эпизодической работе, т.к. при постоянной работе они ограничивают движение. Высота сиденья от пола должна регулироваться в пределах 42-55 см по желанию сидящего человека, устанавливается подставка для ног размером 40-30-15 см и углом наклона 0-20 градусов с нескользящим покрытием и не перемещаемая по полу.

Конструкция рабочего стула (кресла) должна обеспечивать поддержание рациональной рабочей позы при работе на компьютере и позволяет изменять позу с целью снижения статического напряжения мышц шейно-плечевой области спины для предупреждения развития утомления.

Рабочий стул (кресло) должен быть подъемно-поворотным и регулируемым по высоте и углам наклона сидения и спинки, при этом регулировка каждого параметра должна быть независимой, легко осуществляемой и иметь надежную фиксацию. Поверхность сиденья спинки и других элементов стула (кресла) должна быть полумягкой, что позволяет достичь удобства в эксплуатации. При выборе кресла необходимо на него сесть и попробовать все регулировки и функции.

Правильный выбор рабочего кресла - главный фактор сохранения высокой работоспособности и здоровья. Итак, сформулируем минимальный набор требований для рабочего кресла: наличие подлокотников, возможности пяти точек касания тела, вращающиеся колесики, возможность одной рукой, не вставая с кресла, изменять высоту сиденья и наклон спинки. Все регулировки должны быть легкими и приятными.

Современная научно-техническая революция привела к изменениям в сфере трудовой деятельности - характер и содержание труда меняется: снижается объем физических нагрузок, работа приобретает характер

преимущественно умственной деятельности, повышаются требования к квалификации кадров, увеличивается доля высокоспециализированных специалистов.

Трудовая деятельность современного менеджера проходит, зачастую в стрессовых условиях, и ему, как «человеку, управляющему современными высокоскоростными процессами, нередко приходится действовать в критериях «цейтнота» - острого недостатка времени» [1]. С развитием информационных технологий все чаще трудовая деятельность протекает в интернете, который «превращается в источник разносторонней полезной информации для пользователей» [7]. Они «уже оценили достоинства всемирной паутины, с помощью которой можно решить многие задачи общества» [8]. Это «имеет огромное влияние на человека и становление его личности в современном мире» [3]. И чем лучше оснащено рабочее место различной оргтехникой, тем более высокоэффективная трудовая деятельность. Это «как некий эквивалент степени профессионализма: чем лучше знает свое дело человек» [10], тем более он успешен.

Необходимо выделить еще один аспект организации трудовой деятельности человека – удовлетворенность его своим трудом. Так, Трапицина С.Ю. отмечает [2] «удовлетворенность трудом – это положительное эмоциональное состояние, вызванное реализацией потребности в труде (его содержательной или процессуальной сторонами)». Р. Штольберг [2] выделяет следующие факторы: удовлетворенность деятельностью; удовлетворенность рабочей средой; удовлетворенность рабочим местом и отношениями, устанавливаемыми трудовым законодательством. Таким образом, задачами, стоящими перед работодателем есть выработка основных мер и решений по эффективной работе персонала. Тем актуальнее встает вопрос об эргономической организации РМ. Оказывается, что на трудоспособность оказывает влияние достаточно много факторов, в том числе и удовлетворенность рабочим местом

Подводя итог вышесказанному, можно отметить - удовлетворенность трудом персонала напрямую зависит от эргономики рабочего места. Руководителям организации необходимо как можно больше уделять внимания организации рабочего места и дать возможность работать персоналу в комфортных условиях. Таким образом, правильная организация рабочего места человека не только создает комфорт во время рабочего дня, но и повышает производительность труда.

Список литературы:

1. Баксанов И.В., Питько О.А. Безопасность человека в трудовой деятельности: эргономические аспекты // Научные исследования и разработки в эпоху глобализации: сборник статей Международной научно-практической конференции –Уфа: Аэтерна, 2015. – 206 с. - С. 149-152.
2. Герцберг Ф., Б. Моснер Мотивация к работе – М.: Вершина, 2007. –240 с
3. Питько О.А. Виртуальная реальность как атрибут бытия человека // Традиционные национально-культурные и духовные ценности как фундамент инновационного развития России. 2014. № 1. С. 58-64.
4. Питько О.А. К вопросу изучения эргономики и инженерной психологии в ходе on-line обучения // Современное состояние и перспективы развития психология и педагогики: сборник статей Международной научно-практической конференции – Уфа: Аэтерна, 2015. – 206 с. - С 143-145
5. Питько О.А. К вопросу о функциональных асимметриях человека // Научные труды SWorld. 2007. Т. 7. № 1. С. 10-11.
6. Питько О.А. Персональный брендинг как инструмент саморекламы в контексте продвижения специалиста в профессиональной среде // Научный информационно – аналитический журнал «Инновационный вестник регион» 2013/4.2 (34) - С. 23-27
7. Питько О.А. Психологические аспекты интернет-коммуникаций // Традиционные национально-культурные и духовные ценности как фундамент инновационного развития России. 2015. № 1 (7). С. 57-59.
8. Питько О.А. Психологический аспект зависимости пользователей от сети интернет // Традиционные национально-культурные и духовные ценности как фундамент инновационного развития России. 2014. № 1. С. 54-58.
9. Питько О.А. Феномен виртуальной реальности в контексте бытия человека: опыт философского анализа // диссертация на соискание ученой степени кандидата философских наук, Магнитогорск, 2005
10. Pitko O. Personal brand: creating, promoting, strengthening // Scientific enquiry in the contemporary world: theoretical basics and innovative approach. 4 edition. Vol. 1 Humanities and social sciences: research articles B&M Publishing, San Francisco, California. 2015. 124 pp. – P 30-33

References:

1. Baksanov I.V., Pit'ko O.A. Bezopasnost' cheloveka v trudovoj dejatel'nosti: jergonomicheskie aspekty // Nauchnye issledovaniya i razrabotki v jepohu

- globalizacii: sbornik statej Mezhdunarodnoj nauchno-prakticheskoj konferencii –Ufa: Ajeterna, 2015. – 206 s. - S. 149-152.
2. Gerberg F., B. Mosner Motivacija k rabote – M.: Vershina, 2007. –240 s
 3. Pit'ko O.A. Virtual'naja real'nost' kak atribut bytija cheloveka // Tradicionnye nacional'no-kul'turnye i duhovnye cennosti kak fundament innovacionnogo razvitija Rossii. 2014. № 1. S. 58-64.
 4. Pit'ko O.A. K voprosu izuchenie jergonomiki i inzhenernoj psihologii v hode on-line obuchenija // Sovremennoe sostojanie i perspektivy razvitija psihologija i pedagogiki: sbornik statej Mezhdunarodnoj nauchno-prakticheskoj konferencii – Ufa: Ajeterna, 2015. – 206 s. - S 143-145
 5. Pit'ko O.A. K voprosu o funkcional'nyh assimetrijah cheloveka // Nauchnye trudy SWorld. 2007. T. 7. № 1. S. 10-11.
 6. Pit'ko O.A. Personal'nyj brending kak instrument samoreklamy v kontekste prodvizhenija specialista v professional'noj srede // Nauchnyj informacionno – analiticheskij zhurnal «Innovacionnyj vestnik region» 2013/4.2 (34) - S. 23-27
 7. Pit'ko O.A. Psihologicheskie aspekty internet-kommunikacij // Tradicionnye nacional'no-kul'turnye i duhovnye cennosti kak fundament innovacionnogo razvitija Rossii. 2015. № 1 (7). S. 57-59.
 8. Pit'ko O.A. Psihologicheskij aspekt zavisimosti pol'zovatelej ot seti internet // Tradicionnye nacional'no-kul'turnye i duhovnye cennosti kak fundament innovacionnogo razvitija Rossii. 2014. № 1. S. 54-58.
 9. Pit'ko O.A. Fenomen virtual'noj real'nosti v kontekste bytija cheloveka: opyt filosofskogo analiza // dissertacija na soiskanie uchenoj stepeni kandidata filosofskih nauk, Magnitogorsk, 2005
 10. Pitko O. Personal brand: creating, promoting, strengthening // Scientific enquiry in the contemporary world: theoretical basiss and innovative approach. 4 edition. Vol. 1 Humanities and social sciences: research articles B&M Publishing, San Francisco, California. 2015. 124 pp. – P 30-33

Сведения об авторе:

Иванов Антон Сергеевич, магистрант, Магнитогорский государственный технический университет им Г.И.Носова (Россия)