

ПСИХОФІЗІОЛОГІЧНИЙ СТАН ОСОБИСТОСТІ

Дьяконов О.В., Голубничий М.О., Симусенко І.В.

Харківський національний технічний університет сільського господарства
імені Петра Василенка
(61050, Харків, пр. Московський, 45, каф. «Безпека життєдіяльності»,
тел.: (057) 732-86-63; факс: (057) 700-38-88)

Психофізіологічний стан відображає єдність, збалансованість фізичних, енергетичних і нервово – психічних параметрів особистості. У процесі будь – якої діяльності людини можуть виникати тимчасові фізіологічні зрушення, що накладаються на стійкі індивідуальні якості та можуть відбиватися на їх результатах.

На психофізіологічний стан впливає стрес. Стан емоційної напруги – виникає у складних життєвих та професійних ситуаціях. У стресовому стані людина припускається помилок уваги, у неї порушуються перебіг пізнавальних процесів, спостерігається розлад координаційних рухів, неадекватній емоційній реакції, дезорганізації і гальмування всієї діяльності.

Коли стрес перевищує критичний рівень, виникає дистрес, у результаті якого виникають небезпечні ситуації, підвищується ймовірність нещасних випадків.

Стрес можна подолати за допомогою мобілізаційних ресурсів організму, однак часта мобілізація негативно відбивається на здоров'ї людей. Дослідженнями встановлено, що тривалі стреси істотно знижують компенсаторні функції організму.