Е. А. КАНТАРЮК
Кандидат философских наук, доцент кафедры дизайна и художественной обработки материалов Липецкого государственного технического университета (Липецк, Россия)
e-mail: e.abaeva@mail.ru

С. А. ГРЕБЕНИКОВА
Студентка 4 курса кафедры дизайна и художественной обработки материалов Липецкого государственного технического университета (Липецк, Россия)
e-mail: saharnitsa074@mail.ru

E.A. KANTARYUK
Candidate of Philosophical Sciences, Associate Professor of the Department of Design and Artistic Processing of Materials of Lipetsk State Technical University (Lipetsk, Russia)
e-mail: e.abaeva@mail.ru

S. A. GREBENIKOVA
4th year student of the Department of Design and Artistic Processing of Materials, Lipetsk State Technical University (Lipetsk, Russia)
e-mail: saharnitsa074@mail.ru

DOI: 10.37485/1997-4663_2023_4_3_205_209

ЭРГОДИЗАЙН ПРОИЗВОДСТВЕННОЙ СРЕДЫ ДЛЯ ЛЮДЕЙ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ

ERGODESIGN OF WORKING ENVIRONMENT FOR PEOPLE WITH LIMITED HEALTH CAPABILITIES

В данной работе рассматриваются особенности условий труда для людей с ограниченными возможностями. Обсуждаются варианты применения комнат психологической разгрузки для людей с ограниченными возможностями в зависимости от нарушенных функций.

This paper examines the features of working conditions for people with disabilities. Options for using psychological relief rooms for people with disabilities are discussed, depending on the impaired functions.

Ключевые слова: люди с ограниченными возможностями, условия труда, комната психологической разгрузки, оборудование.
Key words: people with disabilities, working conditions, psychological relief room, equipment.

В настоящее время государство расширяет границы жизни людей с ограниченными возможностями. Города обустраивают специальными дорожками и подъездами для людей с инвалидностью, почти на каждом государственном учреждении главная информация на плакатах продублирована шрифтом Брайля. Трудовой кодекс также позволяет людям с различными ограничениями здоровья полноценно работать на предприятиях и получать достойную оплату труда. Для людей с инвалидностью особенно важны качественные условия труда, соответствующие характеру их ограничений. В трудовом законодательстве существуют положения, соблюдение которых необходимо работодателю при устройстве на работу человека с ограниченными возможностями.

Рабочее место человека с инвалидностью должно соответствовать положениям, указанным в приказе № 685 «Об утверждении основных требований к оснащению (оборудованию) специальных рабочих мест для трудоустройства инвалидов с учетом нарушенных функций и ограничений их жизнедеятельности» [1]. Согласно приказу необходимо провести анализ потребностей инвалида по программе реабилитации и провести оснащение рабочего места в соответствии с характером труда и трудовыми функциями. Для людей с нарушениями зрения предусматривается специальная техника, такая как яркое освещение, видеоувеличители, лупы, также возможно использование устройств с шрифтом Брайля и средств для озвучивания визуальной информации. Для инвалидов по слуху рабочее место может быть оснащено звукоусиливающей аппаратурой либо аппаратурой, преобразующей звук речи в бегущую строку. Оборудование рабочего места для людей с нарушениями опорно-двигательной системы должно быть выстроено с соблюдением эргономических принципов, то есть обеспечивать работнику максимально удобное расположение элементов. Высота и наклон рабочей поверхности, положение

сидения, угол наклона спинки стула должны быть регулируемыми. Для работников, передвигающихся на кресле-коляске, необходимо создать возможность свободного подъезда к рабочему месту. Элементы мебели должны оставлять достаточное пространство под ними для подъезда и работы на кресле-коляске [1].

Данные требования являются базовыми для обеспечения качественного труда работника с инвалидностью, но отражают только физическую сторону трудового процесса. Психологическая составляющая труда является не менее важной и играет основополагающую роль в трудоспособности работника. Людям с инвалидностью особенно важно поддерживать здоровое психологическое состояние во время адаптации на рабочем месте. Руководители учреждений с трудоустройством инвалидов должны уделять особое внимание не только физическому, но и психическому здоровью своих сотрудников, избегая перегрузок [2].

Для решения проблемы психологической перегрузки есть немало способов, одним из которых является создание комнаты психологической разгрузки, специально оборудованной под особенности рода деятельности использующих ее людей. Эргодизайн помогает создать оптимально адаптированное под работников пространство, позволяющее добиться максимального эффекта от использования подобных комнат. [3].

Рассмотрим определения, наиболее важные для понимания данной проблемы, а также основные особенности комнаты или кабинета психологической разгрузки. Чайнова Л. Д. в статье «Эргодизайн как современная инновационная технология человеко-ориентированного проектирования» пишет: «Цель эргодизайна, в наиболее широком понимании, состоит в обеспечении успеха и благополучия человека во многих сферах его деятельности, что достигается путем обеспечения единства трех аспектов проектирования - удобства, комфорта и эстетического совершенства средств и условий деятельности человека. Механизм феномена «эргодизайн» выражается в интеграции дизайна и эргономики, достигаемой в результате совместной деятельности представителей этих двух профессий» [4]. Согласно Психотерапевтической энциклопедии, кабинетом психологической разгрузки «называется усовершенствованный вариант комнаты отдыха, в которой созданы оптимальные условия для быстрого и эффективного снятия эмоционального перенапряжения, восстановления работоспособности, проведения психотерапевтических и психогигиенических мероприятий» [5]. Соблюдение ряда требований к

такому пространству обеспечивает максимальный расслабляющий эффект за небольшой промежуток времени. Основными цветами, доминирующими в дизайне интерьера, должны быть голубой и зеленый, так как они оказывают успокаивающее воздействие на нервную систему. Такой интерьер позволит легко интегрировать в пространство лесные и морские мотивы, которые также положительно настраивают человека и помогают ему отвлечься от образов города, где и находятся крупные офисы. Комната должна быть оборудована хорошей системой вентиляции и отопления, должна поддерживаться оптимально комфортная для человека температура воздуха 19–22 градуса тепла. Для усиления эффекта в таких помещениях зачастую используются плотные темные жалюзи и шторы, которые не допускают проникновения лишнего света. Вся мебель комнаты психологической разгрузки должна быть обита мягкой не шуршащей тканью, не иметь острых углов и отвлекающих деталей [5].

В настоящее время существует большой выбор оборудования разных типов для комнат психологической разгрузки. Набор оборудования может отличаться в зависимости от целевого назначения, параметров помещения, возрастной группы пользователей [6].

Для людей с любыми нарушениями жизнедеятельности можно качественно подобрать необходимое оборудование комнаты психологической разгрузки. Для инвалидов по слуху, которые в своей работе и жизни опираются на визуальную информацию, сенсорная комната может дать приглушенное освещение, отсутствие мигающих элементов, благоприятные для психики цвета интерьера. Фоновые шумы и вибрации, которые может улавливать слабослышащий человек, отсутствуют в комнате психологической разгрузки. Это качество будет особенно важно для инвалидов по зрению, которые нуждаются в тихой обстановке для восстановления сил. Тихая классическая музыка или психотерапевтические аудиальные формулы также могут быть хорошим дополнением сенсорной комнаты для человека с нарушениями зрения. Для людей с нарушениями опорно-двигательной системы, если это позволяет их реабилитационная программа, могут быть установлены массажные кресла. Отдых в массажных креслах будет не только психологически расслаблять человека и восстанавливать его ресурсы, но и благоприятно сказываться на здоровье.

Комнаты разгрузки являются одним из самых универсальных инструментов для снятия сенсорного и психологического напряжения. Разнообразие оборудования и специальных программ позволяют подо-

брать комплекс разгрузки, максимально адаптированный к особенностям труда и нарушениям здоровья работников на конкретном предприятии. Эргономические и дизайнерские исследования, касающиеся цвета и освещения помогают создать максимально эффективное оборудование для комнат психологической разгрузки, которое поможет любым работникам восстанавливаться и качественно выполнять свои рабочие обязанности.

Список литературы:

1. МинТруд России. Приказ Минтруда России № 685 от 19 ноября 2013 г. «Об утверждении основных требований к оснащению (оборудованию) специальных рабочих мест для трудоустройства инвалидов с учетом нарушенных функций и ограничений их жизнедеятельности». — Текст: электронный // 2014. — 6 с. — URL: https://mintrud.gov.ru/docs/mintrud/orders/225 [Дата обращения 10.11.23.]

2. Кабинет психологической разгрузки (сенсорная комната). — Текст: электронный URL: https://clck.ru/bkzDT (Дата обращения: 18.04.23).

3. *Назарова О.М.* Требования, предъявляемые к кабинету психологической разгрузки, и его роль в психологической реабилитации личного состава МЧС России / О.М. Назарова, В.А. Петелина. — Текст: непосредственный // Молодой ученый. — 2016. — № 27 (131). — С. 794–796. — URL: https://moluch.ru/archive/131/36425/ (Дата обращения: 10.11.23).

4. *Чайнова Л. Д.* Эргодизайн как современная инновационная технология человеко-ориентированного проектирования / Л.Д Чайнова, Т.Г. Богатырева — Текст: непосредственный // Дизайн-ревю. — 2008. — № 1–2. — С. 33–42.

5. Психотерапевтическая энциклопедия. Кабинет психологической разгрузки Текст: электронный / URL: https://psychotherapeutic.slovaronline.com/121-KABINET_PSIHOLOGICHESKOY_RAZGRUZKI (Дата обращения: 10.11.23).

6. *Кантарюк Е.А.* Эргодизайн: синтез теории и практики на примере комнаты психологической разгрузки / Е.А. Кантарюк, С.А. Гребеникова / Человек. Общество. Наука. Электронное периодическое издание. Липецкий государственный технический университет. — Т. 4. — № 4. — 2023. — С. 25–33.