

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ХАРКІВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ ЕКОНОМІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ СЕМЕНА КУЗНЕЦЯ**

ОХОРОНА ПРАЦІ В ГАЛУЗІ

Навчальний посібник

для студентів галузі знань

0501 "Інформатика та обчислювальна техніка"

всіх форм навчання

Харків, ХНЕУ ім. С. Кузнеця, 2015

УДК
ББК
К

Рецензенти: докт. техн. наук, професор, завідувач кафедри охорони праці та навколишнього середовища Національного технічного університету "Харківський політехнічний інститут" – *Березуцький В. В.*; канд. техн. наук, доцент кафедри метрології та безпеки життєдіяльності Харківського національного автомобільно-дорожнього університету – *Крайнюк О. В.*

Рекомендовано до видання рішенням вченої ради Харківського національного економічного університету імені Семена Кузнеця.

Протокол № від 2015 р.

Кобзін В. Г.

К Охорона праці в галузі : навчальний посібник для студентів галузі знань "Інформатика та обчислювальна техніка" / В. Г. Кобзін, С. М. Логвінков, О. М. Борисенко. – Х. : ХНЕУ ім. С. Кузнеця, 2015. – 116 с. (Укр. мов.)
ISBN

Викладено основні положення міжнародних і державних норм щодо ефективного управління охороною праці відповідно до навчальної програми нормативної дисципліни.

Подано матеріал, що спрямований на поглиблене вивчення студентами питань, які стосуються створення, підтримання й контролю безпечних умов праці в галузі, на підвищення рівня їх компетентності в майбутній професії.

Рекомендовано для студентів галузі знань 0501 "Інформатика та обчислювальна техніка".

УДК
ББК
К

© Харківський національний економічний університет імені Семена Кузнеця, 2015
© Кобзін В. Г.,
Логвінков С. М.,
Борисенко О. М. 2015

ISBN

Зміст

Вступ.....	5
1. Міжнародні норми в галузі охорони праці.....	8
1.1. Соціальне партнерство в охороні праці.....	8
1.2. Основні принципи соціальної відповідальності.....	14
1.3. Законодавча основа Євросоюзу з питань охорони праці.....	16
1.4. Трудові норми Міжнародної організації праці.....	18
1.5. Міжнародне співробітництво в галузі охорони праці.....	20
1.6. Контрольні запитання для самодіагностики.....	22
2. Основні законодавчі та нормативно-правові акти з охорони праці в галузі.....	24
2.1. Законодавчі та нормативно-правові акти з охорони праці в галузі.....	24
2.2. Основні нормативно-правові акти охорони праці.....	28
2.3. Контрольні запитання для самодіагностики.....	30
3. Система управління охороною праці в організації.....	31
3.1. Основні вимоги до побудови і функціонування системи управління охороною праці.....	31
3.2. Види планування та контролю стану охорони праці.....	34
3.3. Інтегровані системи менеджменту в галузі охорони праці.....	38
3.4. Регіональні та галузеві системи управління охороною праці...	40
3.5. Контрольні запитання для самодіагностики.....	44
4. Травматизм та професійні захворювання в галузі. Соціальне страхування від нещасного випадку та професійного захворювання на виробництві.....	45
4.1. Розслідування та облік нещасних випадків, хронічних профе- сійних захворювань і отруень на виробництві.....	45
4.2. Фонд соціального страхування від нещасних випадків.....	49
4.3. Дослідження та профілактика виробничого травматизму.....	51
4.4. Контрольні запитання для самодіагностики.....	53
5. Актуальні проблеми охорони праці в наукових дослідженнях та спеціальні розділи охорони праці в галузі професійної діяльності.....	54
5.1. Актуальність проблем в галузі охорони праці.....	54
5.2. Аналіз видів енергоінформаційного впливу, що призводить до порушення стану здоров'я.....	55
5.3. Аналіз впливу зворотної полярності на людину.....	60

5.4. Аналіз негативного впливу факторів навколишнього середовища в побутових умовах	66
5.5. Дослідження валеологічних основ як важливіших факторів підвищення рівня здоров'я працівників на підприємствах	74
5.5.1. Актуальність валеологічних біоенерго-інформаційних технологій.....	74
5.5.2. Результати досліджень валеологічних основ корекції здоров'я працівників підприємства	76
5.6. Аналіз функціональних станів оператора персонального комп'ютера.....	89
5.6.1. Класифікація функціональних станів оператора персонального комп'ютера	89
5.6.2. Результати аналізу функціональних станів оператора персонального комп'ютера	92
5.7. Аналіз функціонування людини як енергоінформаційної системи.....	102
5.8. Аналіз біолокаційного способу визначення стану організму людини.....	106
5.9. Контрольні запитання для самодіагностики	114
6. Основні заходи пожежної профілактики на галузевих об'єктах.....	116
6.1. Причини пожеж і вибухів у промисловості	116
6.2. Категорії приміщень і будівель підприємств за пожежною і вибухопожежною небезпекою	119
6.3. Класифікація будівель і споруд за ступенем вогнестійкості і приміщень за пожежо- і вибухонебезпечністю	120
6.4. Контрольні запитання для самодіагностики	123
7. Показчик основних термінів і понять з охорони праці	125
8. Використана та рекомендована літератури	128

Вступ

"Охорона праці в галузі" – навчальна дисципліна, яку вивчають у вищих навчальних закладах із метою формування у майбутніх фахівців знань щодо стану і проблем охорони праці в галузі відповідно до напрямку підготовки, складу і функціонування системи управління охороною праці та шляхів, методів і засобів забезпечення умов виробничого середовища і безпеки праці в галузі згідно з чинними законодавчими та іншими нормативно-правовими актами.

Навчальна дисципліна "Охорона праці в галузі" спрямована на поглиблене вивчення студентами окремих питань, що стосуються створення, підтримання і контролю безпечних умов праці на підприємстві, в організації або установі, що дозволить розкрити особливості майбутньої професії. Матеріал навчальної дисципліни базується на знаннях, що одержані студенти під час вивчення таких навчальних дисциплін, як "Безпека життєдіяльності" та "Основи охорони праці".

Наукова основа навчальної дисципліни складається з результатів сучасних досліджень з фізіології та психології праці, гігієни праці, ергономіки, інженерної психології, що забезпечує системність знань, що одержує студент.

Мета вивчення дисципліни полягає у формуванні у майбутніх фахівців (спеціалістів і магістрів) умінь і компетентностей для забезпечення ефективного управління охороною праці та поліпшення умов праці з урахуванням досягнень науково-технічного прогресу та міжнародного досвіду, а також в усвідомленні нерозривної єдності успішної професійної діяльності з обов'язковим дотриманням усіх вимог безпеки праці у конкретній галузі.

Завдання вивчення дисципліни передбачає забезпечення гарантії збереження здоров'я і працездатності працівників у виробничих умовах конкретних галузей господарювання через ефективне управління охороною праці та формування відповідальності у посадових осіб і фахівців за колективну та власну безпеку.

У процесі навчання студенти отримують необхідні знання під час лекційних і практичних занять. У ході цього важливою складовою ефективного засвоєння матеріалу студентами є їхня самостійна робота з навчальними посібниками, законодавчими та нормативно-правовими документами, державними стандартами.

Основні професійні компетентності згідно з національною рамкою кваліфікацій, яких набувають студенти під час вивчення навчальної дисципліни наведені в табл. 1.1 [18].

Основні професійні компетентності

Рівень	Знання	Уміння	Комунікація	Автономність і відповідальність
7	1. Сучасні методи дослідження та аналізу ризиків, загроз і небезпек на робочих місцях та виробничих об'єктах	1. Готовність застосовувати сучасні методи дослідження і аналізу ризиків, загроз і небезпек на робочих місцях та виробничих об'єктах. 2. Здатність поставити завдання та організувати наукові дослідження з визначення професійних, виробничих ризиків, загроз на робочих місцях. 3. Упроваджувати організаційні та технічні заходи із метою поліпшення безпеки праці	1. Здатність до організації діяльності виробничого колективу з обов'язковим урахуванням вимог охорони праці. 2. Упровадження ефективного розподілу функцій, обов'язків і повноважень з охорони праці у виробничому колективі	1. Управління діями щодо запобігання виникненню нещасних випадків, професійних захворювань та аварій на виробництві. 2. Здатність та готовність до врахування положень законодавчих і нормативно-правових актів з охорони праці під час виконання виробничих та управлінських функцій

У результаті вивчення навчальної дисципліни студент повинен **знати**: законодавчу і нормативно-правову базу з охорони праці, систему управління охороною праці на підприємстві;

основні причини травматизму і професійних захворювань працівників, методи їх зниження;

вплив мікрокліматичних умов, освітлення, шуму, вібрації, електромагнітних випромінювань та інших факторів виробничого середовища на організм людини та її працездатність;

основні принципи організації робочого процесу;

вимоги до дотримання техніки безпеки та організаційні заходи щодо попередження ураження людей електричним струмом;

пожежну безпеку й систему заходів, що запобігають пожежам та вибухам, правила евакуації людей під час виникнення пожежі;

уміти:

застосовувати теоретичні знання в практичній діяльності;

користуватися законодавчими і нормативно-правовими актами з охорони праці;

знати гранично допустимі значення рівнів шуму, вібрації, освітлення, електромагнітних випромінювань та інших виробничих факторів, що впливають на організм людини під час робочого процесу;

аналізувати умови та організацію праці на підприємстві, виявляти причини травматизму та професійних захворювань, пожеж і нещасних випадків із метою їх попередження;

визначати соціально-економічну ефективність заходів для поліпшення умов праці на робочих місцях.

1. Міжнародні норми в галузі охорони праці

1.1. Соціальне партнерство в охороні праці

Ефективність розвитку промисловості в світі значною мірою залежить від якості організації системи охорони праці. Для Міжнародної організації праці (МОП) ця тема становить основну частину Програми гідної праці як для профспілок, так і для міждержавних структур.

Для поліпшення умов праці в різних країнах світу вживається цілий ряд заходів організаційного, технічного, санітарно-гігієнічного та психофізіологічного характерів. Незважаючи на це, зростає рівень виробничого травматизму та кількість професійних захворювань. Збільшується кількість випадків зі смертельними наслідками в промисловості всіх країн світу, в тому числі і в країнах із високим рівнем розвитку виробництва.

До питань безпеки праці все частіше відносять питання стресостійкості та побічні чинники впливу на ефективність трудової діяльності – алкоголь, наркотики, комп'ютерна залежність та залежність від мережі Інтернет (за даними Стенфордського університету в США 14 % жителів мають таку залежність).

Питання охорони праці та здоров'я на виробництві є актуальними і для країн Європейського Союзу. Комісія ЄС у 2001 р. прийняла Програму заходів з охорони праці та здоров'я на робочих місцях на 2002 – 2006 рр., а в 2005 р.- Програму REACH – реєстрації, оцінювання та обмеження застосування хімікатів. Згідно з цими Програмами підприємства повинні одержувати у національної влади ліцензію на використання хімікатів. Також було висунуто вимогу посилити контроль за реалізацією цієї Програми.

Для вирішення проблем охорони праці у структурі ЄС створено кілька органів: у місті Більбао (Іспанія) – Європейське агентство з безпеки праці та охорони здоров'я на робочому місці та у Дубліні (Ірландія) – Європейський фонд поліпшення умов життя і праці.

Серед досліджень проблем з охорони праці важливе значення відводиться проблемі стресів на робочому місці. Зазначене агентство ЄС у Більбао визначило стрес як "негативно забарвлену емоційну реакцію на трудовий процес, що виникає внаслідок психічних перенавантажень працівників, у тому числі через надмірні вимоги до роботи, авторитарний стиль керівництва, конфлікти на робочому місці, насильство і моббінг" (третирування з боку колег [8; 12]). За даними агентства шуми, вібрація

та монотонність праці є "класичними" факторами стресу. Дослідження показують, що 40 млн працівників у країнах ЄС страждають на захворювання, пов'язані зі стресом. 25 % робочих днів пропускається через хворобу, а витрати тільки з оплати лікарняних у зв'язку з цим становлять 20 млн євро на рік. 150 млн євро прибутку втрачається щорічно в результаті негативного впливу стресу на співробітників (працівників).

Комісія ЄС прийняла рішення розробити Європейську стратегію з питань трудового середовища на період до 2012 р. Європейська конфедерація профспілок (ЄКП) запропонувала включити до неї превентивні заходи в галузі безпеки праці, ввести в країнах ЄС регіональних уповноважених з охорони праці та посилити санкції стосовно роботодавців, винних у порушенні правил безпеки на виробництві, а також поширити положення цієї стратегії на працюючих у рамках нетипової зайнятості. Варто у ході цього згадати, що Британський конгрес тред-юніонів у 2005 р. порушив питання про те, що карати за порушення правил охорони праці потрібно не тільки роботодавців, але й власників підприємств.

ЄКП та об'єднання роботодавців ЄС у 2006 р. підписали Угоду європейських соціальних партнерів, яка спрямована на запобігання та ліквідацію моббінгу. Щорічно близько 12 млн працівників у країнах ЄС постійно зазнають моббінгу. У Норвегії при Міністерстві праці з 2005 р. постійно діє "телефон трудового життя". Кожний робітник може поскаржитись на прояви моббінгу на підприємстві.

У Європейському Союзі соціальний діалог став прогресивною частиною загальної стратегії, яка забезпечила конкурентоспроможнішу позицію Європи у стосунках з основними партнерами у світі.

Розвиток політичних і соціальних процесів у країнах ЄС та в країнах, які орієнтовані на членство в ЄС, спрямований на широке застосування форм соціальної демократії. Громадяни цих країн беруть активну участь в ухваленні політичних і економічних рішень, контролюють їх реалізацію у важливих напрямках політичної діяльності державних органів влади.

Це є проявом парламентської демократії та її можливості задовольняти інтереси різних соціальних груп в ефективному розв'язанні різних економічних питань. У сфері соціально-трудових відносин такою формою демократичного регулювання, прийнятою для всіх її суб'єктів, став соціальний діалог.

З 18.01.2011 р. в Україні діє закон "Про соціальний діалог в Україні". Він передбачає формування порядку утворення, склад та організацію роботи Національної тристоронньої соціально-економічної ради та територіальних соціально-економічних рад у регіонах.

Соціальний діалог, згідно з законом, – це процес визначення та зближення позицій, досягнення спільних домовленостей та прийняття узгоджених рішень сторонами соціального діалогу, які представляють інтереси працівників, роботодавців та органів виконавчої влади й органів місцевого самоврядування з питань формування та реалізації державної соціальної та економічної політики, регулювання трудових, соціальних, економічних відносин.

Соціальний діалог спрямований на розвиток демократії в сфері соціально-економічного життя країни. Значно зростає роль громадян у розробленні пріоритетних для регіону рішень та контролю за їх виконанням.

У більшості країн ЄС діють головний національний тристоронній орган і кілька аналогічних органів, які працюють над окремими питаннями. Роль тристороннього органу переважно консультативна і дорадча, тільки в окремих випадках він має повноваження приймати рішення (Латвія, Литва, Польща, Словаччина, Угорщина, Чеська Республіка).

Регулярно проводяться тристоронні засідання, на яких вирішуються основні питання громадян у регіоні в сфері соціального захисту.

Практика ведення соціального діалогу

Політика зайнятості

Питання зайнятості перебуває у центрі політичних інтересів держав-членів ЄС. Це дозволяє вирішувати такі національні проблеми, як старіння населення, стабільність пенсійного забезпечення, конкурентоспроможність чи соціальна єдність.

Політика оплати праці

У країнах ЄС постійно ведеться соціальний діалог щодо встановлення заробітної плати. У ході цього широко використовуються заходи, в яких основну роль відіграють колективні переговори або індивідуальний підхід до кожного працівника на підприємстві.

Приклади такої політики є в багатьох промислово розвинених країнах і часто закріплені середньостроковими соціальними пактами.

Переговори роботодавців і працівників про підвищення рівня заробітної плати на галузевому або виробничому рівнях дозволяють урахувати не тільки особисті, але і національні інтереси.

Україна та більшість держав із перехідною економікою досі застосовують дещо традиційніші методи – щорічні генеральні угоди, в яких майже відсутнє узгодження реальних стратегій між урядом та соціальними партнерами.

Ефективність політики оплати праці в ЄС дозволяє зберігати стабільні ціни на товари в єврозоні. Зростання заробітної плати відображає різні економічні ситуації та ситуації у сфері зайнятості. Відповідно до загальних принципів, передбачених засадами економічної політики, уряд зобов'язаний створювати сприятливі умови для ведення соціальними партнерами переговорів про заробітну плату.

Одним із традиційних засобів соціального захисту найманих працівників, є конвенції, які захищають їх у разі неплатоспроможності роботодавця. Засновані гарантійні фонди як новий інструмент захисту працівників.

Політика розвитку трудових ресурсів та професійної підготовки

Одним із головних питань діалогу між соціальними партнерами у довгочасній перспективі в країнах ЄС є розвиток трудових ресурсів і професійна підготовка. Однак обмеження можливостей і наявних ресурсів учасників соціального діалогу і партнерства в забезпеченні професійної підготовки знижує ефективність цього процесу.

Національні тристоронні органи в країнах ЄС забезпечують політичні орієнтири для національної, економічної, соціальної та трудової політики.

Створюються національні бази (за підтримки соціальних партнерів) для розвитку людських ресурсів і професійної підготовки. Це дає можливість підвищити ефективність реформування систем освіти і професійної підготовки.

Соціальний захист

Важливим елементом соціального захисту громадян у країнах ЄС є свої системи соціального страхування, які постійно вдосконалюються.

Наприклад, шляхом до заможності по-німецьки стала модель соціальної політики, яка передбачала тісний зв'язок соціального страхування та ринку праці з активною ініціативою держави і роботодавців в економічних процесах. Французька стратегія солідарності згодом довела свою перспективність і з часом почала переважати в концепціях країн ЄС.

Одним із основних джерел процесу соціального забезпечення громадян в ЄС вважається Європейська хартія про основні соціальні права трудящих. Згідно з її 10-ю статтею [8] громадяни, що працюють, мають право на адекватний до одержаного доходу соціальний захист і соціальне забезпечення в разі втрати заробітку, що настає в результаті соціального ризику. Громадянам, які не працюють і не мають засобів до існування, гарантоване право на соціальну допомогу в розмірі прожиткового мінімуму.

У ході цього застраховані працівники і роботодавці, які роблять внески у фінансування, повинні активно залучатися до розроблення систем соціального забезпечення та управління ними.

Усі постійно діючі або спеціалізовані заходи ведення такого діалогу неодмінно повинні враховувати національні умови і конкретні ситуації у сфері соціального захисту.

Трудове законодавство

Усі країни-кандидати для вступу до Євросоюзу провели реформування трудового законодавства для узгодження з нормами ЄС та для його більшої адаптації до змінних потреб ринків праці. Соціальні партнери повинні брати активну участь у такій адаптації.

Економічна глобалізація вимагає від працівників підприємств та їхнього керівництва вміння швидко пристосовуватися до вимог міжнародної конкуренції та до циклічних та структурних змін, використовувати мобільність робочої сили і нові моделі організації праці.

У країнах ЄС створюється нова законодавча база, що відповідає потребам роботодавців і найманих працівників і забезпечує баланс інтересів обох сторін соціально-трудоких відносин.

Директивах ЄС про зайнятість закликають соціальних партнерів "вести переговори та виконувати угоди на всіх відповідних рівнях, модернізувати методи організації праці, включаючи гнучкий графік роботи для підвищення продуктивності і конкурентоспроможності підприємства, досягнення необхідного балансу між гнучкістю та гарантією роботи і підвищенням якості робочих місць".

Широко використовуються так звані нетипові трудові відносини, такі, як неповний робочий день/тиждень, контракти зайнятості з визначеним строком дії, випробні контракти. Правові рамки таких видів трудових відносин визначаються після консультацій та за погодженням із соціальними партнерами для узгодження інтересів сторін.

Незалежне використання таких систем є корисним інструментом для узгодження професійних і сімейних обов'язків та для особливих категорій громадян (молодь, працівники похилого віку, інваліди тощо) на ринку праці.

Безпека та гігієна праці

У ЄС близько 50 % міжнародних норм МОП, прийнятих Міжнародною конфедерацією праці, так чи інакше стосуються охорони здоров'я.

До рішень, які приймаються після проведення консультацій на національному рівні, належать:

- утілення в життя законодавства за допомогою відповідної системи інспекції;
- керівні принципи діяльності роботодавців і працівників, що допомагають їм дотримуватись правових зобов'язань;
- проведення комплексу заходів зі здійснення національної політики безпеки та гігієни праці;
- уживання заходів до тих, хто розробляє, виготовляє, постачає чи передає механізми, обладнання чи речовини для професійного використання;
- внесення питань безпеки та гігієни праці і виробничого середовища до програм освіти і професійної підготовки на всіх рівнях;
- забезпечення узгодженої національної політики за допомогою створення центрального органу з найбільш представницькими організаціями роботодавців і найманих працівників.

У 1974 р. створено Консультативний комітет з питань безпеки, гігієни праці та охорони здоров'я на робочих місцях. Комітет має тристоронню структуру. Основним завданням комітету є надання допомоги Європейській комісії та активізація співпраці між національною адміністрацією, профспілками й організаціями роботодавців.

Результати соціального діалогу в країнах ЄС

Результатами соціального діалогу в країнах ЄС стали сотні різних спільних документів і десятки загальних порозумінь. Багато із них було включено до директив, і вони стали обов'язковими в системі європейського права.

Ефективність спільної роботи в країнах ЄС відкрило дорогу для значного зниження рівня інфляції, який на сьогодні перебуває на рівні двох відсотків (до половини 90-х років цей показник становить 10 %).

Проведено реструктуризацію багатьох галузей економіки, які зіштовхнулися із серйозним впливом нових технологій та значним конкурентним тиском унаслідок глобалізації.

Основою тристороннього діалогу стало створення Постійного комітету у справах зайнятості (проблематика зайнятості й досі слугує своєрідним скелетом загального процесу соціального діалогу).

У 90-х роках більшістю країн-членів ЄС було підписано ряд соціальних пактів у справах зайнятості. Вони стали спробою розв'язання проблем сприяння працевлаштуванню та контролю над інфляцією. Це – найвагомий результат діяльності тристороннього механізму. В ході дебатів над "пактами другої генерації" соціальні партнери у країнах ЄС намагаються вирішити питання глобалізації ринків, зростання конкуренції та тиск на конкурентоспроможність, розвитку гнучких схем робочого часу тощо.

Україна є членом Міжнародної організації праці. Вона ратифікувала 63 конвенції МОП, із них 14 – за роки незалежності. Положення цих конвенцій складає підґрунтя чинного в Україні законодавства, що регулює соціально-трудові відносини.

1.2. Основні принципи соціальної відповідальності

Соціальна відповідальність – це відповідальність за внесок у добробут суспільства та вплив на навколишнє середовище. Її повинні нести комерційні, неприбуткові, громадянські, органи управління та інші організації.

Одним із значущих світових орієнтирів у розвитку питань корпоративної соціальної відповідальності стала Міжнародна ініціатива ООН – Глобальний Договір ООН (*Global Compact*). Ідею Глобального Договору запропонував Генеральний секретар ООН Кофі Аннан на Всесвітньому економічному форумі 1999 року. Дію Договору спрямовано на залучення корпорацій до розв'язання глобальних проблем цивілізації.

Глобальний договір ООН є добровільною ініціативою, яка об'єднує приватні компанії, агенції ООН, бізнес асоціації, неурядові організації та профспілки у єдиний форум задля сталого розвитку через відповідальне та інноваційне корпоративне лідерство. Десять універсальних принципів Глобального Договору орієнтовані на втілення практик відповідального бізнесу у сферах прав людини, стандартів праці, екологічної відповідальності та боротьби із корупцією.

Глобальний Договір не передбачає якогось "нагляду" чи суворого оцінювання діяльності компанії. Він базується виключно на добровільних

ініціативах бізнесу щодо підтримки принципів сталого розвитку, прозорості діяльності, публічної звітності, втілення принципів Глобального Договору в ділову стратегію, корпоративну культуру та повсякденну ділову практику.

Стандарти соціальної відповідальності

Стандарт SA 8000 "Соціальна відповідальність"

Стандарт SA 8000 розроблений Консультативною нарадою Ради Агентства з економічних пріоритетів акредитації (СЕРАА). Членами цієї організації є компанії, професійні союзи, неурядові організації, органи із сертифікації, академічні організації. Стандарт SA 8000 був опублікований у 1997 році, переглянутий – у 2001 році.

Мета стандарту – сприяти постійному поліпшенню умов наймання і здійснення трудової діяльності, виконання етичних норм цивілізованого суспільства.

Використання стандарту SA 8000 приводить до таких результатів:

1. З'являється чітке визначення порядку та умов приймання на роботу і здійснення трудової діяльності.
2. У результаті застосування підходу з точки зору систем менеджменту встановлюється соціальна відповідальність як закон під час ведення бізнесу.
3. Відбувається постійне вдосконалення умов праці.
4. З'являється можливість за допомогою сертифікації провести незалежну перевірку соціальної орієнтованості підприємства.
5. Сприяє появі офіційної схеми для залучення акціонерів та інших зацікавлених сторін.
6. Приводить до появи чітких і доступних для користування рекомендацій.

Міжнародний стандарт ISO 26000 "Настанова з соціальної відповідальності"

Стандарт ISO 26000 – це добровільна настанова з соціальної відповідальності і не є документом, що передбачає сертифікацію, як, наприклад, ISO 9001 та ISO 14001. Згідно з ISO 26000 компанія включає такі компоненти, як захист прав людини, навколишнього природного середовища, безпеку праці, права споживачів і розвиток місцевих общин, а також організаційне управління та етику бізнесу. Тобто у керівництві враховані всі принципи, які зазначені у Глобальній ініціативі ООН (документі, до якого приєдналося 6 тисяч компаній та організацій, серед яких 130 українських).

Результати такої діяльності повинні бути відображені у нефінансовій звітності. Під нефінансовою звітністю у даному випадку розуміють визначення, оцінювання, контроль, публікацію інформації про суттєві, з точки зору стійкого розвитку та соціального добробуту, результати і наслідки діяльності організації. Така звітність повинна складатися відповідно до принципу "потрійного підсумку", тобто аналізу наслідків діяльності організації з урахуванням її внеску в економічне процвітання, якість навколишнього природного середовища та зростання соціального капіталу.

Цей міжнародний стандарт надає інструкції щодо основних принципів соціальної відповідальності, ключових тем і питань, що мають відношення до соціальної відповідальності, а також щодо шляхів упровадження соціально відповідальної поведінки до існуючих стратегій, систем, практик і процесів організації. Він наголошує на важливості результатів та діяльності у сфері соціальної відповідальності та її удосконалення.

1.3. Законодавча основа Євросоюзу з питань охорони праці

Законодавство Євросоюзу в цій сфері можна умовно розділити на дві групи:

- директиви ЄС щодо захисту працівників;
- директиви ЄС щодо випуску товарів на ринок (включаючи обладнання, устаткування, машини, засоби колективного та індивідуального захисту, які використовують працівники на робочому місці).

Законодавство Євросоюзу про охорону праці може бути згруповане таким чином:

- загальні принципи профілактики та основи охорони праці (Директива Ради 89/391/ЄЕС);
- вимоги охорони праці для робочого місця (Директива Ради 89/654/ЄЕС щодо робочого місця; Директива Ради 92/57/ЄЕС щодо тимчасових чи пересувних будівельних майданчиків; Директива Ради 92/91/ЄЕС щодо охорони праці на підприємствах, де здійснюється видобування мінеральної сировини через свердловини, Директива Ради 92/104/ЄЕС щодо охорони праці на підземних і відкритих гірничодобувних підприємствах; Директива Ради 93/103/ЄС під час роботи на борту риболовних суден; Директива Ради 1999/92/ЄС Європейського парламе-

нту та Ради щодо захисту працівників, які піддаються потенційній небезпеці у вибухонебезпечних середовищах);

- вимоги охорони праці під час використання обладнання (Директива Ради 89/655/ЄЕС щодо використання працівниками засобів праці; Директива Ради 89/656/ЄЕС щодо використання засобів індивідуального захисту на робочому місці; Директива Ради 90/269/ЄЕС щодо ручного переміщення вантажів, коли є ризик пошкодження спини у робітників; Директива Ради 90/270/ЄЕС щодо роботи за екранами дисплеїв; Директива Ради 92/58/ЄЕС щодо використання знаків про загрозу безпеці та/чи здоров'ю на роботі);

- вимоги охорони праці під час роботи з хімічними, фізичними та біологічними речовинами (Директива Ради 90/394/ЄЕС щодо захисту працівників від ризиків, пов'язаних із впливом канцерогенних речовин на роботі; Директива Ради 2000/54/ЄС Європейського парламенту та Ради щодо захисту робітників від ризиків, пов'язаних із застосуванням біологічних робочих матеріалів під час роботи; Директива Ради 98/24/ЄС щодо захисту працівників від шкідливого впливу хімічних робочих речовин на робочому місці; Директива Ради 96/82/ЄС про запобігання значних аварій, пов'язаних із небезпечними речовинами; Директива 2002/44/ЄС Європейського парламенту та Ради щодо захисту робітників від ризиків, пов'язаних із вібрацією, Директива Ради 36/188/ЄЕС про захист працівників від небезпеки, пов'язаної з дією шуму на виробництві (скасовується Директивою 2003/10/ЄС від 15.02.2006 р.); Директива 2003/10/ЄС Європейського парламенту та Ради щодо захисту працівників від ризиків, пов'язаних із шумом; Директива Ради 83/477/ЄЕС про захист працівників від небезпеки, спричиненої на робочому місці азбестом);

- захист на робочому місці певних груп робітників (Директива Ради 92/85/ЄЕС щодо захисту на робочому місці вагітних працівниць, породіль і матерів-годувальниць; Директива Ради 94/33/ЄС щодо захисту молоді на роботі; Директива Ради 91/383/ЄЕС щодо працівників, які перебувають у тимчасових трудових відносинах);

- положення про робочий час (Директива Ради 93/104/ЄС щодо певних аспектів організації робочого часу);

- вимоги до обладнання, машин, посудин під високим тиском тощо (Директива 98/37/ЄС Європейського парламенту та Ради щодо машин; Директива Європейського парламенту та Ради 89/688/ЄЕС щодо засобів

індивідуального захисту; Директива Європейського парламенту та Ради 94/9/ЄС щодо обладнання та захисних систем, призначених для використання у вибухонебезпечних середовищах; Директива Ради 87/404/ЄЕС щодо простих посудин, які працюють під тиском; Директива 97/23/ЄС Європейського парламенту та Ради щодо загальної безпеки продукції).

Окрім нормативно-правових актів, у Євросоюзі широко застосовуються заходи незаконодавчого характеру (наприклад, кожні п'ять років приймаються програми дій з охорони праці на робочому місці).

1.4. Трудові норми Міжнародної організації праці

Міжнародна Організація Праці (МОП) є однією з багатосторонніх структур, що успішно виконують свій мандат із нагляду за безпекою людини та її здоров'ям на виробництві. Вісім десятиліть дозволяють зробити висновок про те, що засадою цього успіху є прагнення до оновлення у відповідь на зміни, що відбуваються.

Створена з метою вироблення міжнародних трудових норм і контролю за їх застосуванням, МОП за перші 40 років свого існування спрямовувала основну частину своїх зусиль на виконання цього головного завдання. Протягом 20 років – з 1919 до 1939 – було ухвалено 67 Конвенцій та 66 Рекомендацій. Спочатку норми охоплювали, здебільшого, умови праці: перша конвенція 1919 р. регламентувала робочий час, установивши тривалість робочого дня – 8 годин, а тижня – 48 годин. Умови зайнятості стали предметом багатьох норм.

Конвенції, прийняті після Другої світової війни, стосувалися важливої проблеми прав людини (свобода об'єднання, скасування примусової праці та дискримінації, а також технічних проблем у сфері праці). 1948 р. було схвалено головну Конвенцію (№ 87) про свободу об'єднання. Вона мала і має значний вплив на світ праці, сприяла виробленню спеціальної процедури в цій сфері.

МОП завжди була унікальним форумом, на якому уряди та соціальні партнери 175 держав-членів можуть вільно і відкрито обговорювати свою національну політику й практику. Тристороння структура МОП робить її єдиною серед всесвітніх організацій, в якій організації роботодавців і працівників мають однаковий голос з урядом у формуванні її політичного курсу та програм. МОП заохочує трипартизм [8] і в межах держав-членів, сприяючи соціальному діалогу між профспілками та робото-

давцями, які беруть участь у розробленні, за потреби, політики в соціально-економічній галузі, а також інших питань. Кожна держава-член має право послати на Міжнародну конференцію праці чотирьох делегатів: двох від уряду і по одному від працівників і роботодавців, які можуть виступати та голосувати незалежно один від одного.

Конференція є всесвітнім форумом для обговорення загальних трудових і соціальних проблем, міжнародних трудових норм; вона визначає загальну політику Організації. Кожні два роки Конференція ухвалює дворічну програму дій та Бюджет МОП, що становлять з внесків держав-членів

У період між конференціями роботою МОП керує Адміністративна рада, до якої входять 28 представників урядів, 14 представників працівників і 14 представників роботодавців. Ця виконавча рада проводить свої засідання тричі на рік у Женеві. Вона приймає рішення з політики Організації, визначає її програму та бюджет, які потім подаються на Конференцію для затвердження. Рада також обирає Генерального директора МОП.

Регулярно проводяться також регіональні конференції держав-членів МОП, які розглядають питання, що представляють для них особливий інтерес.

Конвенція міжнародної організації праці

Це міжнародний договір на рівні урядів держав у питаннях трудових відносин (включаючи охорону праці), передбачливе дотримання загальноновизнаних, погоджених правил. Конвенція (від фр. *convention* (від лат. *conventio*) – договір, погодження) приймається щорічно на Міжнародній конференції праці, яка є найвищим органом Міжнародної організації праці (МОП).

У Декларації про засадничі принципи і права в сфері праці, прийнятій МОП в 1998 р., заявлено, що всі держави-члени МОП мають зобов'язання, випливаючі з єдиного факту їх членства в Організації, – дотримувати, укріплювати, реалізовувати у дусі доброї волі і відповідно до Статуту засадничі принципи в сфері праці:

- свободу асоціації і реальне визнання права на ведення колективних переговорів;
- скасування всіх форм примусової або обов'язкової праці; реальна заборона дитячої праці; недопущення дискримінації в сфері праці і зайнятості.

1.5. Міжнародне співробітництво в галузі охорони праці

Європейський Союз є результатом кількадесятилітніх старань, спрямованих на інтеграцію Європи. Потреба побудови європейської спільноти з'явилась після закінчення Другої світової війни. Створення понаддержавних структур повинно було сприяти відбудові Європи і забезпечити мирне співіснування народів. Ідею створення "Сполучених Штатів Об'єднаної Європи" вперше висунув Вінстон Черчіль, виступаючи у 1946 р. з промовою у Цюріху. Впродовж майже п'ятдесяти років над реалізацією цієї ідеї працювало багато відомих політиків, яких часто називають "батьками-засновниками" ЄС.

Об'єднання почало набирати інституційних форм з утворенням Європейської Спільноти:

Європейської економічної Спільноти (ЄЕС), Європейського Співтовариства вугілля і сталі (ЄСВС) та Європейської спільноти з атомної енергії (Євроатом).

Створення Європейського Союзу було затверджено Трактатом 7 лютого 1992 року в Маастрим (Нідерланди). Побутує думка, що Європейський Союз і Європейська Спільнота є одним і тим же об'єднанням. Насправді, між ними є різниця.

Європейський Союз – це об'єднання демократичних європейських країн, які об'єдналися заради миру та розвитку.

Європейський Союз – це міждержавне утворення, країни, що входять до його складу, заснували спільні інституції, яким було делеговано частину їхніх суверенних повноважень, завдяки чому стало можливо демократично приймати рішення з конкретних питань, які становлять спільний інтерес, на європейському рівні. Європейський Союз створив спільну валюту, спільний ринок, в якому люди, послуги, товари і капітал пересуваються вільно. Він намагається зробити так, щоб внаслідок соціального прогресу та справедливої конкуренції якомога більше людей могли скористатися перевагою спільного ринку.

Діяльність ЄС базується на 4-х угодах:

Угода про створення Європейського співтовариства вугілля та сталі (ЄСВС). Підписана 18 квітня 1952 року в Парижі, набрала чинності 23 липня 1952 року, втратила чинність 23 липня 2002 року;

Угода про створення Європейського Економічного Співтовариства (ЄЕС) – підписана 25 березня 1957 року, набрала чинності з 1 січня 1958 року;

Угода про створення Європейської агенції з атомної енергетики (Євроатом), підписана в Римі разом із ЄЕС. На ці дві угоди часто посиляються як і на "Римські угоди". Коли вживається термін "Римська угода", мається на увазі лише ЄЕС;

Угода про Європейський Союз (ЄС), підписана в Маастрихті 7 лютого 1992 року, набрала чинності 1 листопада 1993 року.

2 жовтня 1997 року підписано Амстердамський договір, що набув чинності 1 травня 1999 року, вніс зміни в угоду про Європейське Співтовариство та Європейський Союз, замінивши літери у назвах статей Угоди про Європейський Союз числами. Договір не мав суттєвого впливу на функціонування ЄС.

26 лютого 2000 року – Ніцький Договір, що набрав чинності 1 лютого 2003 року, спрямовувався на вирішення інституційних проблем ЄС, пов'язаних із розширенням (зміна кількості голосів, якими володіють держави в Раді ЄС тощо).

Міжнародна агенція з атомної енергії МАГАТЕ (International Atomic Energy Agency – IAEA)

Заснована в 1956 р., є автономною організацією в системі ООН. Автономний статус надає МАГАТЕ певної самостійності у вирішенні завдань, що постають перед нею.

Головна мета МАГАТЕ складається з двох аспектів:

- сприяння широкому використанню атомної енергії в мирних цілях;
- протидія використанню атомної енергії у військових цілях.

Утворення організації й визначення її головної мети прийшлося на час, коли атомна зброя та її застосування стали вже реальністю. Світ побачив, якою жахливою, руйнівною силою може стати атом. Водночас виявилася практична можливість використати його в мирних цілях; у 1954 р. було збудовано першу в світі атомну електростанцію (в м. Обнінськ). МАГАТЕ взяла на себе функції контролю за розповсюдженням атомної сировини й матеріалів за їх цільовим призначенням.

Всесвітня організація охорони здоров'я (ВООЗ) (World Health Organization (WHO))

Всесвітня організація охорони здоров'я почала функціонувати 7 квітня 1948 року після того, як 26 держав – членів ООН ратифікували її статут. Ця дата щорічно відмічається як Всесвітній день здоров'я. Створенню ВООЗ передували багаторічні зусилля, спрямовані на налагодження міжнародного співробітництва в галузі охорони здоров'я.

Головною метою ВООЗ є сприяння забезпеченню охорони здоров'я населення усіх країн світу. Текст Уставу ВООЗ можна коротко сформулювати як "Право на здоров'я".

У Статуті зафіксовано, що головною метою ВООЗ є "досягнення всіма народами якомога вищого рівня здоров'я", у ході цього сам термін "здоров'я" визначається як "стан повного фізичного, духовного та соціального добробуту, а не тільки відсутність хвороб і фізичних дефектів". Підкреслювалося, що "уряди несуть відповідальність за здоров'я своїх народів, і ця відповідальність потребує вживання відповідних заходів соціального характеру та в галузі охорони здоров'я". Статут проголошував, що "здоров'я усіх народів є головним фактором у досягненні миру та безпеки і залежить від повного співробітництва окремих осіб та держав". Цей документ визначає найважливіші функції ВООЗ, регламентує діяльність її головних органів і відносини із державами-членами. Вперше в міжнародній практиці здоров'я було проголошено одним із невід'ємних прав людини незалежно від раси, релігії, політичних поглядів, соціального та економічного становища.

1.6. Контрольні запитання для самодіагностики

1. Яку роль відіграє соціальний діалог у системі Міжнародної організації праці?
2. Дайте характеристику політиці зайнятості та оплати праці в країнах ЄС.
3. Дайте характеристику політиці розвитку трудових ресурсів та професійної підготовки в країнах ЄС.
4. Дайте характеристику політиці соціального захисту в країнах ЄС.
5. Дайте характеристику основним реформам у галузі трудового законодавства в країнах ЄС.
6. Назвіть основні принципи соціальної відповідальності в галузі охорони праці в країнах ЄС.
7. Дайте характеристику основним стандартам соціальної відповідальності в галузі охорони праці в країнах ЄС.
8. Дайте характеристику трудовим нормам Міжнародної організації праці.
9. Дайте загальну характеристику законодавчій базі Євросоюзу з питань охорони праці.
10. Назвіть основні принципи міжнародного співробітництва в галузі охорони праці.

Рекомендована література: [4; 5; 8; 10 – 12].

2. Основні законодавчі та нормативно-правові акти з охорони праці в галузі

2.1. Законодавчі та нормативно-правові акти з охорони праці в галузі

Відповідно до статті 3 Закону України "Про охорону праці" (далі – Закону) законодавство про охорону праці складається з цього Закону, Кодексу законів про працю України, Закону України "Про загальнообов'язкове державне соціальне страхування від нещасного випадку на виробництві та професійного захворювання, які спричинили втрату працездатності", законів України, "Про забезпечення санітарного та епідемічного благополуччя населення", "Про основні засади державного нагляду (контролю) у сфері господарської діяльності", "Про дозвільну систему у сфері господарської діяльності" та прийнятих відповідно до них нормативно-правових актів.

Природно, що в основі всіх цих документів лежить Конституція України.

На сьогодні під час створення національного законодавства про охорону праці широко використовуються Конвенції і Рекомендації МОТ, директиви Європейської Ради, досвід нормотворення Росії, Німеччини, Великобританії та інших країн світу.

Останнім часом представники нашої країни беруть участь у різноманітних міжнародних проектах. Тому статтею 3 Закону передбачено – "якщо міжнародним договором, згода на обов'язковість якого надана Верховною Радою України, встановлено інші норми, ніж ті, що передбачені законодавством України про охорону праці, застосовуються норми міжнародного договору".

Порядок опрацювання і затвердження власних нормативних актів з охорони праці, тобто тих, що діють на підприємстві, визначений НПАОП 0.00-6.03-93 "Порядок опрацювання та затвердження власником нормативних актів про охорону праці, що діють на підприємстві".

Слід зазначити, що з прийняттям у 1992 році Закону було вирішено три основних завдання:

1. *По-перше*, з прийняттям Закону державні функції нагляду за охороною праці в народному господарстві, які в СРСР виконувались профспілками – громадськими організаціями, вперше були передані Держнаглядохоронпраці – державному комітету, який входив до структури Кабінету

Міністрів України (на сьогодні – Держгірпромнагляд), тобто визначена державна структура, яка відповідає за стан охорони праці в Україні.

2. По-друге, вперше були чітко визначені обов'язки працівників щодо додержання вимог нормативно-правових актів з охорони праці (ст. 14) та відповідальність робітників усіх категорій за порушення вимог щодо охорони праці (ст. 44).

Уперше на законодавчому рівні було визначено, що кожен працівник несе безпосередню відповідальність за порушення зазначених Законом, нормами і правилами вимог.

3. Законом (ст. 4) визначені пріоритетні напрями реалізації конституційного права громадян на їх життя і здоров'я в процесі трудової діяльності, серед яких основними є:

- пріоритет життя і здоров'я працівників щодо результатів виробничої діяльності підприємства;
- повна відповідальність роботодавця за створення належних – безпечних і здорових умов праці;
- соціальний захист працівників, повне відшкодування збитків особам, які потерпіли від нещасних випадків на виробництві та професійних захворювань;
- комплексне розв'язання завдань охорони праці;
- підвищення рівня промислової безпеки шляхом забезпечення суцільного технічного контролю за станом виробництв, технологій та продукції, а також сприяння підприємствам у створенні безпечних та нешкідливих умов праці;
- соціальний захист працівників, повне відшкодування збитків особам, які потерпіли від нещасних випадків на виробництві та професійних захворювань;
- використання економічних методів управління охороною праці, участь держави у фінансуванні заходів щодо охорони праці;
- використання світового досвіду організації роботи щодо поліпшення умов і підвищення безпеки праці на основі міжнародної співпраці.

Трудові відносини між працівниками і роботодавцями в Україні регулюються Кодексом законів про працю (КЗпП) України, відповідно до якого права працюючої людини на охорону праці охороняються всебічно.

КЗпП містить розділ XI "Охорона праці" (ст. 153 – 173) та розділ XVIII "Нагляд і контроль за дотриманням законодавства про працю" (ст. 259 – 265).

Норми охорони праці повинні органічно входити до правил внутрішнього розпорядку організацій і підприємств.

Сьогодні на території України діє широкий спектр нормативних документів з охорони праці – від міждержавних до нормативних документів конкретних організацій (підприємств).

До нормативно-правових актів з охорони праці належать, згідно зі ст. 27 Закону, правила, норми, регламенти, положення, стандарти, інструкції та інші документи, обов'язкові до виконання.

Слід зазначити, що ці нормативні акти повинні регулярно переглядатися – не рідше одного разу на десять років.

Нормативно-правові акти, що діють, наприклад, у будівництві, включають:

- нормативно-правові акти, що поширюються на декілька видів економічної діяльності (код КВЕД 0.00);
- нормативно-правові акти, що поширюються на вироблення електроенергії, газу, тепла (код КВЕД 40);
- нормативно-правові акти, що поширюються на будівництво (код КВЕД 45);
- охорона надр.

Крім наведених, питання охорони праці регламентовані державними будівельними нормами – ДБН, основними з яких є:

ДБН А.3.2-2-2009. ССБТ. Охорона праці та промислова безпека у будівництві. Основні положення;

ДБН В.1.2-12-2008. Будівництво в умовах ущільненої забудови. Вимоги безпеки;

ДБН А.3.1-5-2009. Організація будівельного виробництва.

Система стандартів безпеки праці – комплекс взаємопов'язаних стандартів, які містять вимоги, норми і правила, що спрямовані на забезпечення безпеки праці, збереження життя, здоров'я і працездатності людини у процесі трудової діяльності.

В Україні розробляються державні стандарти України – ДСТУ, які повинні частково замінити діючі ГОСТ і ССБТ. Так, наприклад, у галузі охорони праці вже діють:

ДСТУ 2293-99. Охорона праці. Терміни та визначення основних понять;

ДСТУ 2272-93. Пожежна безпека. Терміни та визначення;

ДСТУ 4050-2001. Спецодяг сигнальний. Жилети. Технічні умови.

Згідно з "Положенням про Державну службу гірничого нагляду та промислової безпеки України (Держгірпромнагляд України) (затвердженого Указом Президента України № 408/2011 від 6 квітня 2011 року) слу-

жба "опрацьовує і затверджує правила, норми, інші нормативно-правові акти з промислової безпеки, охорони праці", тобто НПАОП.

З 01.01.2007 р. державні нормативні акти з охорони праці – ДНАОП припинили своє існування.

Нормативно-правові акти з охорони праці кодуються згідно з класифікатором (КВЕД) із галузей і підгалузей промислового виробництва.

Приклад кодування нормативно-правового акта, дія якого поширюється на всі види економічної діяльності – "Правила будови і безпечної експлуатації вантажопідіймальних кранів" – НПАОП 0.00-1.01-07.

В Україні видаються Показчик нормативно-правових актів із питань охорони праці (НПАОП), якій постійно оновлюється і доповнюється. Остання його редакція за станом на липень 2011 р. – це переглянутий ДНАОП – містить приблизно 800 документів з охорони праці.

До Державного реєстру НПАОП включено нормативні акти з охорони праці, затверджені відповідними органами нагляду протягом останніх років, внесено офіційні зміни і доповнення, що містяться в інформаційних показниках, ураховано зауваження міністерств і відомств щодо уточнення назв нормативних актів, дат їх затвердження тощо. ССБТ, ДСТУ, ДСанПіН, інструкції до НПАОП не включено – за них відповідають Держспоживстандарт України та відповідні галузеві міністерства.

Види НПАОП (в уніфікованій формі для однакового застосування) мають таке цифрове позначення: правила – 1, переліки – 2, норми – 3, положення – 4, інструкції – 5, порядки – 6, інші – 7.

Реєстр НПАОП є офіційним виданням, що підлягає використанню власниками (уповноваженими ними органами) та посадовими особами підприємств, установ, організацій незалежно від форм власності; посадовими особами і спеціалістами міністерств, відомств, асоціацій, корпорацій та інших об'єднань підприємств, органів державного нагляду за охороною праці, місцевих органів державної виконавчої влади.

Питання з виробничої санітарії на сьогодні містять не тільки ДСТУ, але і державні санітарні норми. Так, наприклад, слід розглянути вимоги до таких виробничих факторів – шум (1), вібрація (2), мікроклімат виробничих приміщень (3).

Вимоги до цих факторів нормуються:

ГОСТ 12.1.003-83. Шум. Загальні вимоги безпеки. ДСН 3.3.6.037-99. Санітарні норми виробничого шуму, ультразвуку та інфразвуку;

ГОСТ 12.1.012-90. Вібрація. Загальні вимоги безпеки. ДСН 3.3.6.039-99. Санітарні норми виробничої загальної та локальної вібрації;

ГОСТ 12.1.005-88. Загальні санітарно-гігієнічні вимоги до повітря робочої зони;

ДСН 3.3.6.042-99. Санітарні норми мікроклімату виробничих приміщень.

Протипожежна безпека забезпечується виконанням вимог "Правил пожежної безпеки в Україні" (НАПБ А.01.001-2004) та нормативно-правових актів із пожежної безпеки – НАПБ. Державний реєстр цих актів – "Реєстр НАПБ", виданий в Україні у 2001 р.

Крім зазначеного НАПБ А.01.001-2004, основними, з точки зору забезпечення пожежної безпеки у будівництві, слід уважати:

НАПБ Б.03.002-2007. Норми визначення категорій приміщень, будинків та зовнішніх установок за вибухопожежною та пожежною небезпекою;

ДБН В.1.1-7-2002. Пожежна безпека об'єктів будівництва;

ДБН В.1.2-7-2008. Основні вимоги до будівель і споруд. Пожежна безпека.

2.2. Основні нормативно-правові акти охорони праці

До основних нормативно-правових актів охорони праці належать:

- Постанова Кабінету Міністрів України № 1112 від 25.08.2004 р. "Деякі питання розслідування та ведення обліку нещасних випадків, професійних захворювань і аварій на виробництві".

- НПАОП 0.00-4.03-04 "Положення про Державний реєстр нормативно-правових актів із питань охорони праці". Наказ Держнаглядохоронпраці № 151 від 08.06.2004 р.

- НПАОП 0.00-4.09-07 "Типове положення про комісію з питань охорони праці підприємства". Наказ Держгірпромнагляду № 55 від 21.03.2007 р.

- НПАОП 0.00-4.11-07 "Типове положення про діяльність уповноважених найманими працівниками осіб із питань охорони праці". Наказ Держгірпромнагляду № 56 від 21.03.2007 р.

- НПАОП 0.00-4.12-05 "Типове положення про порядок проведення навчання і перевірки знань із питань охорони праці". Наказ Держнаглядохоронпраці № 15 від 26.01.2005 р.

- НПАОП 0.00-4.15-98 "Положення про розробку інструкцій з охорони праці". Наказ Держнаглядохоронпраці № 9 від 29.01.1998 р.

- НПАОП 0.00-4.21-04 "Типове положення про службу охорони праці". Наказ Держнаглядохоронпраці № 255 від 15.11.2004 р.

- НПАОП 0.00-4.33-99 "Положення щодо розробки планів локалізації та ліквідації аварійних ситуацій і аварій. Наказ Держнаглядохоронпраці № 112 від 17.06.1999 р.

- НПАОП 0.00-6.03-93 "Порядок опрацювання та затвердження власником нормативних актів про охорону праці, що діють на підприємстві". Наказ Держнаглядохоронпраці № 132 від 21.12.1993 р.

- НПАОП 0.00-6.13-05 "Порядок організації державного нагляду за охороною праці та гірничого нагляду в системі Держнаглядохоронпраці України". Наказ Держнаглядохоронпраці № 92 від 30.03.2004 р.

- Рекомендації щодо організації роботи кабінету промислової безпеки та охорони праці. Затверджено Головою Держгірпромнагляду 16.01.2008 р.

- Рекомендації щодо побудови, впровадження та вдосконалення системи управління охороною праці. Затверджено Головою Держгірпромнагляду 07.02.2008 р.

Нормотворення в галузі охорони праці в Україні найтісніше активно розвивається і пов'язане з аналогічним процесом в інших країнах СНД.

2.3. Контрольні запитання для самодіагностики

1. Назвіть основні законодавчі акти про охорону праці, які діють у галузі.

2. Назвіть основні нормативні акти про охорону праці, які діють у галузі.

3. Розкрийте основні питання типового положення про порядок проведення навчання і перевірки знань із питань охорони праці.

4. Розкрийте основні положення постанови Кабінету Міністрів України № 1112 від 25.08.2004 р. "Деякі питання розслідування та ведення обліку нещасних випадків, професійних захворювань і аварій на виробництві".

5. Розкрийте основні питання типового положення про комісію з питань охорони праці підприємства.

6. Розкрийте основні питання положення про розробку інструкцій з охорони праці

7. Розкрийте основні питання типового положення про службу охорони праці

8. Розкрийте основні положення Закону України "Про охорону праці".

Рекомендована література: [6 – 8, 10 – 15; 19].

3. Система управління охороною праці в організації

3.1. Основні вимоги до побудови і функціонування системи управління охороною праці

Організаційна структура системи управління охороною праці (СУОП)

В Україні функціонує багаторівнева СУОП, функціональними ланками якої є відповідні структури державної законодавчої і виконавчої влади різних рівнів, управлінські структури підприємств і організацій, трудових колективів.

Залежно від спрямування вирішуваних завдань усі ланки СУОП можна розподілити на дві групи:

- ланки, що забезпечують вирішення законодавчо-нормативних, науково-технічних, соціально-економічних та інших загальних питань охорони праці;

- ланки, до функціональних обов'язків яких входить забезпечення безпеки праці в умовах конкретних організацій, підприємств.

До першої групи належать органи державної законодавчої ініціативи та органи державного управління охороною праці:

- Верховна Рада України;
- Кабінет Міністрів України;
- Державна служба гірничого нагляду та промислової безпеки України (Держгірпромнагляд України);
- міністерства та інші центральні органи державної виконавчої влади;
- Фонд соціального страхування від нещасних випадків і профзахворювань;

- місцева державна адміністрація, органи місцевого самоврядування.

Верховна Рада України зі своєї ініціативи у взаємодії з відповідними структурами державної виконавчої влади визначає державну політику в сфері охорони праці, вирішує питання щодо вдосконалення і розвитку законодавчої бази охорони праці, соціальні питання, пов'язані зі станом умов і охорони праці.

Кабінет Міністрів України забезпечує реалізацію державної політики в сфері охорони праці, виходячи зі стану охорони праці в державі, організує розроблення загальнодержавних програм відповідно до поліпшення цього стану, затверджує ці програми і контролює їх виконання, визначає функції

органів виконавчої влади щодо вирішення питань охорони праці і нагляду за охороною праці.

Для вирішення цих питань при Кабінеті Міністрів України функціонує Національна рада з питань безпечної життєдіяльності населення, яку очолює віце-прем'єр-міністр України.

Держгірпромнагляд України здійснює комплексне управління охороною праці на державному рівні, реалізує державну політику в цій сфері, розробляє за участі відповідних органів державної програми в сфері охорони праці, координує роботу державних органів і об'єднань підприємств із питань безпеки праці, розробляє і переглядає разом із компетентними органами систему показників і обліку умов і безпеки праці, здійснює міжнародне співробітництво з питань охорони праці і нагляд за охороною праці в державі тощо.

Рішення Держгірпромнагляду України, що належить до її компетенції, обов'язкові для виконання всіма міністерствами, іншими центральними органами державної виконавчої влади, місцевими державними адміністраціями, місцевими радами народних депутатів і підприємствами.

Фонд соціального страхування від нещасних випадків здійснює профілактику нещасних випадків і профзахворювань, а також координацію всієї страхової діяльності, пов'язаної з охороною праці.

Міністерство праці і соціальної політики України здійснює також державну експертизу умов праці, визначає порядок і здійснює контроль за якістю проведення атестації робочих місць згідно з їх відповідністю нормативним актам про охорону праці, бере участь у розробці нормативних документів про охорону праці.

Інші міністерства і центральні органи державної виконавчої влади як ланки системи управління охороною праці визначають науково-технічну політику галузі з питань охорони праці, розробляють і реалізують комплексні заходи щодо поліпшення безпеки праці, здійснюють методичне керівництво діяльністю підприємств галузі з охорони праці, співробітничать із галузевими профспілками щодо вирішення питань безпеки праці, організовують у встановленому порядку навчання і перевірку знань правил і норм охорони праці керівниками і фахівцями галузі, створюють, у разі необхідності, професійні воєнізовані аварійно-рятувальні формування, здійснюють внутрішній контроль за станом охорони праці.

Для забезпечення виконання перелічених функцій в апаратах міністерств і інших центральних органів державної виконавчої влади створюються служби охорони праці.

Місцеві державні адміністрації й органи місцевого самоврядування в межах підвідомчої їм території забезпечують реалізацію державної політики в сфері охорони праці, формують за участі профспілок місцеві програми заходів щодо поліпшення безпеки, гігієни праці і виробничого середовища, здійснюють контроль за дотриманням нормативних актів про охорону праці. Для забезпечення виконання названих функцій при місцевих органах державної виконавчої влади створюються відповідні структурні підрозділи.

Управлінські структури підприємств забезпечують в умовах конкретних виробництв реалізацію вимог законодавчих і нормативних актів про охорону праці з метою створення безпечних і нешкідливих умов праці, попередження виробничого травматизму і професійних захворювань, вирішують весь комплекс питань з охорони праці, пов'язаних із даним виробництвом. У своїй діяльності стосовно охорони праці управлінські структури підприємств взаємодіють із комісією з питань охорони праці підприємства (за наявності такої), з профспілками підприємства та уповноваженими трудових колективів.

СУОП в умовах конкретної організації, на конкретному об'єкті завжди є багаторівневою системою управління, у якій верхнім рівнем є державне управління, а нижнім – управління охороною праці на конкретному об'єкті. Як проміжні рівні управління можуть виступати відомче, регіональне управління, а також управління в об'єднанні, тресті тощо.

Правовою основою СУОП є: Конституція України, Кодекс законів про працю України, Закони України "Про охорону праці" і "Про загальнообов'язкове державне соціальне страхування від нещасного випадку на виробництві і професійного захворювання, які спричинили втрату працездатності", накази і розпорядження Президента України, розпорядження і постанови Кабінету Міністрів, Держгірпромнагляд, Міністерства охорони здоров'я, Міністерства праці і соціальної політики, а також інших директивних органів України з питань охорони праці (органи Державного управління охороною праці).

До нормативної бази СУОП входять:

- державні міжгалузеві і галузеві норми і правила, а також відомчі нормативні акти з охорони праці, затверджені Держгірпромнагляд;
- система державних міжгалузевих і галузевих стандартів безпеки праці;
- будівельні норми і правила в частині забезпечення вимог охорони праці і пожежної безпеки;

- накази і розпорядження організації вищого рівня;
- розділи "Вимоги безпеки (охорони) праці" у стандартах і технічних умовах на продукцію;
- вимоги безпеки праці в проектній, технічній і організаційно-технологічній документації на будівництво або реконструкцію об'єктів будівництва.

Перелік основних нормативних документів з охорони праці наведений у Державному реєстрі нормативно-правових актів з охорони праці.

Система управління охороною праці діє за принципом зворотного зв'язку; у ході цього управління – замкнене, організаційне.

Основні функції управління і шляхи їх реалізації

Управління охороною праці в будівельних організаціях забезпечується виконанням комплексу таких взаємозалежних *функцій*:

- планування робіт, діяльності структурних і виробничих підрозділів, функціональних служб із забезпечення безпеки праці;
- організація виконання планових заходів і робіт із забезпечення безпеки праці і функціонування СУОП;
- контроль за станом охорони праці і функціонуванням СУОП;
- облік, аналіз, оцінювання стану безпеки та охорони праці;
- координація діяльності з забезпечення безпеки й охорони праці;
- стимулювання за досягнуті результати.

3.2. Види планування та контролю стану охорони праці

Планування робіт, діяльності підрозділів і служб з охорони праці проводиться за такими напрямками:

- планування забезпечення безпеки працюючих;
- планування забезпечення безпеки виробничих процесів;
- планування забезпечення безпеки виробничого устаткування;
- планування доведення до нормативного рівня, подальшого поліпшення санітарно-гігієнічних умов праці, виробничого побуту і лікувально-профілактичного обслуговування працюючих.

Планування заходів і робіт із забезпечення безпеки праці здійснюється на підставі поточних (річних) і оперативних (квартально-місячних) планів.

Поточне планування здійснюється на основі аналізу виробничої програми організації, наявних ресурсів, результатів паспортизації і (або)

атестації фактичного стану умов праці, а також планів матеріально-технічного і фінансового забезпечення в період технічної підготовки виробництва. Воно полягає в розробленні питань охорони праці в конструкторській, технологічній і організаційній проектній документації.

Щорічні плани здійснення комплексних заходів щодо організації безпечних і нешкідливих умов праці є додатками до Колективних угод.

Комплексні заходи щодо досягнення встановлених нормативів безпеки, гігієни праці і виробничого середовища, підвищення існуючого рівня охорони праці, попередження випадків виробничого травматизму, професійних захворювань і аварій розробляються в конкретних організаціях з використанням "Спільних рекомендацій державних органів і профспілок про зміст розділу "Охорона праці" в Колективному договорі (угоді, трудовому договорі)".

Оперативне планування здійснюється на основі поточного – річного планування. У процесі цього враховують:

- накази й інші розпоряджувальні документи організацій вищого рівня і контролюючих органів;
- заходи, намічені до виконання на планований період за результатами оперативного контролю, аналізу матеріалів про виявлені небезпечні ситуації і виробничий травматизм, а також перевірок експлуатації машин, механізмів, устаткування, електроустановок і мереж;
- рішення виробничих нарад, комісій з питань охорони праці підприємства;
- пропозиції щодо поліпшення умов праці і побуту працюючих, ліквідації причин професійних захворювань;
- інші питання, що вимагають оперативного розгляду і рішення.

Оперативне планування вирішення питань охорони праці полягає у *визначенні методів і засобів* забезпечення безпеки і нешкідливості праці, джерел і розмірів фінансування, термінів їх реалізації. Воно здійснюється безпосередніми керівниками робіт, функціональних служб і структурних підрозділів.

Оперативні плани затверджуються першими керівниками організацій і підприємств; їх виконання контролюється службою охорони праці і розглядається під час проведення оперативного контролю відповідного рівня (ступеня).

Плани робіт структурних підрозділів, головних спеціалістів і функціональних служб розробляються відповідно до функцій з охорони праці, що покладені на них.

Організація виконання планових заходів і робіт із забезпечення безпеки праці і функціонування СУОП полягає в чіткій регламентації обов'язків, порядку взаємодії, діяльності в цілому структурних підрозділів, функціональних служб, головних спеціалістів і окремих працівників організацій і підприємств.

Організація виконання робіт проводиться відповідно до функціональних обов'язків робітників і службовців шляхом здійснення комплексу організаційних і технічних заходів, які розробляються на основі результатів аналізу проектної документації, інформації про виробничий травматизм, і виявленні у процесі оперативного й іншого видів контролю стану охорони праці небезпечних ситуацій.

Під час розгляду і затвердження проектної документації керівники організацій, служба охорони праці та інші інженерні служби і провідні спеціалісти особливу увагу повинні приділяти прив'язці типових рішень до конкретних умов проведення робіт.

Навчання працюючих безпечним методам праці повинно проходити з урахуванням результатів аналізу виробничого травматизму і відповідно до "Типового положення про порядок проведення навчання із перевірки знань з питань охорони праці". Професійний відбір проводиться під час прийому на роботу за окремими спеціальностями, до яких висуваються підвищені вимоги щодо психофізичної придатності, обумовлені умовами праці. Перелік робіт, де необхідний професійний добір, визначений НПАОП.

Контроль за станом охорони праці і функціонуванням СУОП повинен бути спрямований на виявлення відхилень від вимог норм і правил охорони праці, які мали місце на будівельних майданчиках; перевірку виконання (за обсягами і термінами) запланованих профілактичних заходів, а окремими працівниками, функціональними службами – своїх обов'язків із забезпечення безпечного проведення робіт, реалізації прийнятих рішень, рекомендацій з поліпшення умов праці, своєчасного прийняття необхідних заходів щодо усунення виявлених недоліків.

Контролюються: стан і процеси експлуатації застосовуваних машин, механізмів, виробничого устаткування; безпека виконання технологічних процесів; правильність використання засобів індивідуального і колективного захисту; стан санітарно-гігієнічних і виробничих умов як окремих робочих місць, так і в цілому на об'єктах, їх відповідність рішенням,

прийнятим в організаційно-технологічній документації; стан санітарно побутового обслуговування працюючих; стан будинків і споруд, що експлуатуються, дотримання адміністрацією чинного законодавства, норм і правил охорони праці.

Основними *видами контролю є:*

- оперативний адміністративно-суспільний (п'ятиступінчатий) контроль;
- контроль посадових осіб;
- контроль, що здійснюється службою охорони праці;
- відомчий контроль організацій вищого рівня;
- державний контроль, що здійснюється органами нагляду;
- суспільний контроль.

Оперативний адміністративно-суспільний контроль проводиться систематично за п'ятиступінчатою схемою відповідно до "Положення про проведення оперативного контролю", яке розробляється в кожній організаційній структурі.

Перші три ступеня оперативного контролю проводяться за затвердженою в організації (на підприємстві) схемою; четвертий і п'ятий ступінь – за цільовими програмами, які розробляє служба охорони праці відповідного рівня управління.

Результати оперативного контролю першого і другого ступенів фіксуються в журналі оперативного контролю, а таких ступенів – оформляються відповідними протоколами; за необхідності – видаються накази по організаціях (підприємствах).

Контроль *посадових осіб* полягає в перевірці виконання підлеглими службами, посадовими особами своїх функціональних обов'язків, а також прийнятих рішень, наказів і розпоряджень організацій вищого рівня, постанов директивних органів, розпоряджень органів державного нагляду.

Контроль, який здійснює *служба охорони праці*, проводиться відповідно до "Типового положення про службу охорони праці", а також функціональних обов'язків, які розробляються для всіх категорій працюючих – від робітника до першого керівника.

Перевірки в цьому випадку можуть бути:

- планові – проводяться службою охорони праці з обов'язковою участю головних спеціалістів, керівників функціональних служб за графіками, затвердженими керівником організації (підприємства);

- позачергові – проводяться у випадках, коли зазначене систематичне ігнорування вказівок і розпоряджень контролюючих органів, прийнятих управлінських рішень, а також – зниження показників рівня безпеки, охорони праці, зростання виробничого травматизму і профзахворювань.

Відомчий контроль організацій вищого рівня здійснюється службою охорони праці відповідно до затвердженого у встановленому порядку "Положення про службу охорони праці організації", а також функціональними службами в частині, визначеній відповідними положеннями з управління охороною праці (СУОП).

Державний нагляд за додержанням законів та інших нормативно-правових актів про охорону праці, згідно зі ст. 38 Закону, здійснюють:

- спеціально уповноважений центральний орган виконавчої влади з нагляду за охороною праці;
- спеціально уповноважений державний орган з питань радіаційної безпеки;
- спеціально уповноважений державний орган з питань пожежної безпеки;
- спеціально уповноважений державний орган з питань гігієни праці.

Громадський контроль за додержанням законодавства про охорону праці здійснюють:

- трудові колективи – через обраних ними уповноважених, які діють на підставі "Типового положення про роботу уповноважених трудових колективів з питань охорони праці";
- професійні спілки – в особі своїх виборних органів і представників, що діють на підставі "Типового положення про представників профспілок із питань охорони праці"; "Типового положення про комісії з питань охорони праці підприємства".

Контроль за станом умов і охорони праці повинен передбачати *метрологічне* забезпечення, включаючи методи і засоби вимірювання параметрів умов праці, безпеки виробничого устаткування, машин і механізмів, технологічних процесів, якості засобів захисту працюючих.

Вищий нагляд за дотриманням і правильним застосуванням законів про охорону праці здійснюється Генеральним прокурором України і підлеглими йому прокурорами.

3.3. Інтегровані системи менеджменту в галузі охорони праці

Система менеджменту охорони праці і промислової безпеки (СМОПіПБ) створює основу для здійснення заходів з охорони праці і здоров'я на виробництві, що забезпечує підвищення їх ефективності й інтеграцію в загальну діяльність підприємства.

Системи менеджменту охорони праці і промислової безпеки базуються на стандартах, які чітко визначають процес досягнення безперервного поліпшення роботи з охорони праці і здоров'я, а також виконання вимог законодавства. СМОПіПБ відповідно до вимог OHSAS 18001 – це система менеджменту, що дозволяє оцінити виробничі небезпеки, ідентифікувати пов'язані з ними ризики й ефективно управляти ними. Унаслідок упровадження СМОПіПБ можливості виникнення аварійних ситуацій зводяться до мінімуму, знижуються виробничі ризики, забезпечується належний рівень охорони здоров'я персоналу і дотримання техніки безпеки на робочих місцях. Консалтингові компанії пропонують розробити, впровадити і сертифікувати СМОПіПБ за визнаною у всьому світі специфікацією OHSAS 18001.

Сертифікація дозволяє:

- зменшити ризики;
- отримати конкурентну перевагу;
- діяти відповідно до вимог законодавства;
- підвищити ефективність роботи в цілому;
- полегшити процедуру контролю з боку державних органів;
- підвищити рівень задоволеності персоналу.

OHSAS 18001 і OHSAS 18002

OHSAS 18001 є стандартом, на базі якого проводиться перевірка Систем менеджменту охорони праці і промислової безпеки. Передумовою його розробки стала потреба компаній в ефективній роботі з охорони праці і здоров'я.

Міжнародний стандарт OHSAS 18001 був розроблений за участю національних органів зі стандартизації низки країн – Великобританії, Японії, ПАР, Ірландії, а також фірм і дослідницьких організацій.

OHSAS 18001 є дійсно світовим стандартом у тому сенсі, що його застосування не обмежується тільки організаціями в економічно високо-

розвинених країнах. У багатьох країнах керівництва компаній дійшли висновку, що такий стандарт є важливим для компанії і для її взаємин з суспільством і урядом, оскільки дозволяє створити систему управління безпекою. Ця діяльність – не одноразовий проект або випадкова подія. Це – тривалий процес поліпшення відносин із суспільством, із місцевими органами влади і національним урядом, із власним персоналом компанії, учасниками ринку або акціонерами, організаціями споживачів і суспільством у цілому.

Створюючи систему, засновану на принципах OHSAS 18001, організація не зазнає труднощів у дотриманні правил і знижує ризик бути оштрафованою або піддатися судовому розгляду в разі виникнення травм, професійних захворювань і нещасних випадків.

Стратегічна консультативна група ISO сформувала і контролює межі компетенції цього стандарту для того, щоб постійно відстежувати необхідність у його подальшому розвитку і дає рекомендації ISO/IEC зі стратегічного планування сфери застосування такого стандарту.

Більшість дрібних компаній починають оцінювати необхідність у впровадженні системи управління охороною здоров'я і безпекою персоналу, виходячи з вимог уряду, а також ураховуючи необхідність вирішення розбіжностей з представниками зацікавлених сторін. Для крупних компаній це найчастіше питання іміджу компанії й основа для відкритого інформування клієнтів і світової спільноти в цілому про свої наміри у сфері охорони здоров'я і безпеки персоналу.

На додаток до OHSAS 18001 було видано стандарт OHSAS 18002, який містить роз'яснення до вимог стандарту і настанову зі створення системи. Цей інтегрований пакет є зручним засобом для проходження сертифікації і дозволяє:

- виявити аспекти діяльності, що впливають на безпеку та здоров'я, дістати доступ до відповідних законодавчих актів;
- визначити цілі з поліпшення діяльності і розробити програму щодо їх досягнення з реалізацією постійного контролю, тим самим забезпечуючи постійне вдосконалення;
- за умови відповідності підприємства вимогам OHSAS18001, TNO Certification b. v. може сертифікувати її, а також проводити періодичні оцінювання.

3.4. Регіональні та галузеві системи управління охороною праці

Управління охороною праці в країні поділяється на рівні:

- загальнодержавний;
- регіональний (обласний, районний, міський, районний у місті, селищі, селі);
- галузевий;
- виробничий (рівень підприємств).

Державне управління охороною праці здійснюють:

- Кабінет Міністрів України;
- Державна служба гірничого нагляду та промислової безпеки України (Держгірпромнагляд України);
- міністерства та інші центральні органи державної виконавчої влади;
- місцева державна адміністрація, органи місцевого самоврядування.

Кабінет Міністрів України:

- забезпечує реалізацію державної політики в галузі охорони праці;
- подає на затвердження Верховної Ради України загальнодержавну програму поліпшення стану безпеки, гігієни праці та виробничого середовища;
- спрямовує і координує діяльність міністерств, інших центральних органів виконавчої влади щодо створення безпечних і здорових умов праці та нагляду за охороною праці;
- запроваджує єдину державну статистичну звітність з питань охорони праці.

З метою координації діяльності органів державного управління охороною праці створюється Національна рада з питань безпечної життєдіяльності населення, яку очолює віце-прем'єр-міністр України.

Державний нагляд за додержанням законів та інших нормативно-правових актів про охорону праці здійснюють:

- Державна служба гірничого нагляду та промислової безпеки України (Держгірпромнагляд України);
- спеціально уповноважений державний орган із питань радіаційної безпеки;

- спеціально уповноважений державний орган із питань пожежної безпеки;

- спеціально уповноважений державний орган із питань гігієни праці.

Органи державного нагляду за охороною праці не залежать від будь-яких господарських органів, суб'єктів підприємництва, об'єднань громадян, політичних формувань, місцевих державних адміністрацій та органів місцевого самоврядування, їм не підзвітні й не підконтрольні.

Діяльність органів державного нагляду за охороною праці регулюється Законами України "Про охорону праці", "Про використання ядерної енергії та радіаційну безпеку", "Про пожежну безпеку", "Про забезпечення санітарного та епідемічного благополуччя населення", іншими нормативно-правовими актами та положеннями про ці органи.

Спеціально уповноважений центральний орган виконавчої влади з нагляду за охороною праці (зараз цим органом є Державна служба гірничого нагляду та промислової безпеки України (Держгірпромнагляд України):

- здійснює комплексне управління охороною праці на державному рівні, реалізує державну політику в цій галузі та здійснює контроль за виконанням функцій державного управління охороною праці міністерствами, іншими центральними органами виконавчої влади, місцевими державними адміністраціями та органами місцевого самоврядування;

- розробляє за участю міністерств, інших центральних органів виконавчої влади, Фонду соціального страхування від нещасних випадків, всеукраїнських об'єднань роботодавців і профспілок загальнодержавну програму поліпшення стану безпеки, гігієни праці та виробничого середовища і контролює її виконання;

- здійснює нормотворчу діяльність, розробляє і затверджує правила, норми, положення, інструкції та інші нормативно-правові акти з охорони праці або зміни до них;

- координує роботу міністерств, інших центральних органів виконавчої влади, Ради міністрів Автономної Республіки Крим, місцевих державних адміністрацій, органів місцевого самоврядування, підприємств, інших суб'єктів підприємницької діяльності в галузі безпеки, гігієни праці та виробничого середовища;

- одержує безоплатно від міністерств, інших центральних органів виконавчої влади, Ради міністрів Автономної Республіки Крим, місцевих державних адміністрацій, органів статистики, підприємств, інших суб'єк-

тів підприємницької діяльності відомості та інформацію, необхідні для виконання покладених на нього завдань;

- бере участь у міжнародному співробітництві та в організації виконання міжнародних договорів, згода на обов'язковість яких надана Верховною Радою України, з питань безпеки, гігієни праці та виробничого середовища, вивчає, узагальнює і поширює світовий досвід із цих питань, опрацьовує та подає у встановленому порядку пропозиції щодо вдосконалення і поступового наближення чинного законодавства про охорону праці до відповідних міжнародних та європейських норм.

Рішення, прийняті спеціально уповноваженим центральним органом виконавчої влади з нагляду за охороною праці в межах його компетенції, є обов'язковими для виконання усіма міністерствами, іншими центральними органами виконавчої влади, Радою міністрів Автономної Республіки Крим, місцевими державними адміністраціями, органами місцевого самоврядування, юридичними та фізичними особами, які відповідно до законодавства використовують найману працю.

Діяльність місцевих державних адміністрацій спрямовується на те, щоб у повсякденному житті набував практичного змісту та підтверджувався найголовніший принцип державної політики – пріоритет життя і здоров'я працівників. В умовах переходу до ринкової економіки, створення численних підприємств та інших господарств із недержавними формами власності, що не мають галузевого підпорядкування, незмірно зростає значення місцевих органів державної виконавчої влади в організації безпечних і здорових умов праці, усуненні причин виробничого травматизму та професійних захворювань.

Законами "Про місцеві державні адміністрації" та "Про місцеве самоврядування" передбачено, що захист прав, свобод і законних інтересів громадян є одним з головних принципів, на яких ґрунтується місцеве та регіональне самоврядування. Отже, порушення цих прав, що пов'язане з невиконанням вимог законодавства про охорону праці, є об'єктом та предметом діяльності місцевих державних адміністрацій та місцевого самоврядування.

Органи місцевого самоврядування у межах своєї компетенції:

- затверджують цільові регіональні програми поліпшення стану безпеки, умов праці та виробничого середовища, а також заходи з охорони праці у складі програм соціально-економічного і культурного розвитку регіонів;

- приймають рішення щодо створення комунальних аварійно-рятувальних служб для обслуговування відповідних територій та об'єктів комунальної власності.

Виконавчі органи сільських, селищних, міських рад забезпечують належне утримання, ефективну й надійну експлуатацію об'єктів житлово-комунального господарства, побутового, торговельного обслуговування, транспорту і зв'язку, що перебувають у комунальній власності відповідних територіальних громад, додержання вимог щодо охорони праці працівників, зайнятих на цих об'єктах. Для виконання цих функцій сільські, селищні, міські ради створюють у складі свого виконавчого органу відповідний підрозділ або призначають спеціаліста з охорони праці.

Асоціації, корпорації, концерни та інші об'єднання визначають свої повноваження в галузі охорони праці статутами або договорами між підприємствами, які утворили об'єднання. Для виконання делегованих об'єднанням функцій у їхніх апаратах створюються служби охорони праці.

Інформаційне забезпечення в галузі охорони праці, яке має здійснюватися органами управління охороною праці на всіх рівнях, потребує вдосконалення шляхом вивчення і поширення міжнародного та вітчизняного досвіду щодо пропаганди безпечних методів і засобів праці, вирішення інших актуальних питань у цій сфері із залученням сучасних інформаційних технологій, ЗМІ, оперативного розповсюдження посібників, пам'яток, методик, листівок відповідного спрямування.

3.5. Контрольні запитання для самодіагностики

1. Назвіть основні функції та завдання системи управління охороною в галузі.
2. Назвіть основні вимоги до побудови і функціонування системи управління охороною праці.
3. Назвіть види планування та контролю стану охорони праці.
4. Дайте характеристику інтегрованим системам менеджменту в галузі охорони праці.
5. Дайте характеристику регіональним системам управління охороною праці.
6. Дайте характеристику галузевим системам управління охороною праці.

Рекомендована література: [5; 7; 8; 10 – 12; 15].

Тема 4. Травматизм та професійні захворювання в галузі. Розслідування нещасних випадків

4.1. Розслідування та облік нещасних випадків, хронічних професійних захворювань і отруєнь на виробництві

Розслідування та облік нещасних випадків і професійних захворювань проводяться в разі раптового погіршення стану здоров'я працівника або особи, що забезпечує себе роботою самостійно, отримання ними поранення, травми, в тому числі внаслідок тілесних пошкоджень, заподіяних іншою особою, гострого професійного захворювання і гострого професійного та інших отруєнь, отримання теплового удару, опіку, обмороження, в разі ураження електричним струмом, блискавкою й іонізуючим випромінюванням, отримання інших пошкоджень унаслідок аварії, пожежі, стихійного лиха (землетруси, обвали, повені, урагани і т. д.), контакту з представниками тваринного і рослинного світу, який призвів до втрати працівником працездатності на один робочий день або більше або до необхідності переведення його на іншу (більш легку) роботу не менш ніж на один робочий день, у разі зникнення працівника під час виконання ним трудових обов'язків, а також у разі смерті працівника на підприємстві (далі – нещасні випадки) [12].

До гострих професійних захворювань і гострих професійних отруєнь відносяться захворювання й отруєння, викликані дією небезпечних факторів, шкідливих речовин не більш ніж протягом однієї робочої зміни.

Гострі професійні захворювання є наслідком дії хімічних речовин, іонізуючого і неіонізуючого випромінювання, значного фізичного навантаження й перенапруження окремих органів і систем людини. До них відносяться також інфекційні, паразитарні та алергічні захворювання.

Гострі професійні отруєння є наслідком дії в основному шкідливих речовин гостроспрямованої дії.

Визнаються пов'язаними з виробництвом нещасні випадки, що відбулися з працівниками під час виконання трудових обов'язків, у тому числі у відрядженні, а також ті, які відбулися в період:

перебування на робочому місці, на території підприємства або в іншому місці, пов'язаному з виконанням роботи, починаючи з моменту

прибуття працівника на підприємство до його від'їзду, який повинен фіксуватися відповідно до вимог правил внутрішнього трудового розпорядку підприємства, в тому числі протягом робочого і наднормового часу, або виконання завдань роботодавця в неробочий час, під час відпустки, у вихідні, святкові і неробочі дні;

підготовки до роботи і приведення в порядок після закінчення роботи знарядь виробництва, засобів захисту, одягу, а також виконання заходів особистої гігієни, пересування територією підприємства перед початком роботи і після її закінчення;

проїзду на роботу або з роботи на транспортному засобі, що належить підприємству, або на іншому транспортному засобі, наданому роботодавцем;

використання власного транспортного засобу на користь підприємства з дозволу або за дорученням роботодавця у встановленому останнім порядку;

виконання дій на користь підприємства, на якому працює потерпілий, тобто дій, які не відносяться до трудових обов'язків працівника (надання необхідної допомоги іншому працівнику, дій з попередження аварій або рятування людей і майна підприємства, інших дій за розпорядженням або дорученням працедавця);

ліквідації аварії, наслідків надзвичайної ситуації техногенного і природного характеру на виробничих об'єктах і транспортних засобах, які використовуються підприємством;

надання необхідної допомоги або рятування людей, виконання дій, пов'язаних із попередженням нещасних випадків з іншими особами в процесі виконання трудових обов'язків;

надання підприємством шефської допомоги;

перебування в транспортному засобі або на його стоянці, на території вахтового селища, в тому числі під час змінного відпочинку, якщо настання нещасного випадку пов'язано з виконанням потерпілим трудових обов'язків або з дією на нього небезпечних чи шкідливих виробничих факторів або середовища;

проходження працівника до об'єкта (між об'єктами) обслуговування за затвердженими маршрутами або до якого-небудь об'єкта за дорученням працедавця;

проходження до/з місця відрядження згідно зі встановленим завданням;

раптового погіршення стану здоров'я працівника або його смерті внаслідок гострої серцево-судинної недостатності під час перебування на підземних роботах (видобуток корисних копалин, будівництво, реконструкція, технічне переоснащення і капітальний ремонт шахт, рудників, копалень, метрополітенів, підземних каналів, тунелів і інших підземних споруд, геологорозвідувальні роботи, які проводяться під землею) або після виведення працівника на поверхню з ознаками гострої серцево-судинної недостатності, що підтверджено медичним висновком;

здійснення самогубства працівником плавскладу на суднах морського, річкового і рибпромислового флоту в разі перевищення обумовленого колективним договором терміну перебування в рейсі або його смерті під час перебування в рейсі внаслідок впливу психофізіологічних, небезпечних або шкідливих виробничих факторів.

Не визнаються пов'язаними з виробництвом нещасні випадки, які відбулися з працівниками:

за місцем постійного мешкання на території польових і вахтових селищ;

під час використання ними в особистих цілях транспортних засобів, машин, механізмів, устаткування, інструментів, які належать або використовуються підприємством (окрім випадків, які відбулися внаслідок їх несправності);

унаслідок отруєння алкоголем, наркотичними засобами, токсичними або отруйними речовинами, а також внаслідок їх дії (асфіксія, інсульт, зупинка серця тощо) за наявності відповідного медичного висновку, якщо це не пов'язано із застосуванням таких речовин у виробничих процесах або порушенням вимог безпеки з їх зберігання і транспортування або якщо потерпілий, який знаходився у стані алкогольного, токсичного або наркотичного сп'яніння, до нещасного випадку був усунений від роботи відповідно до вимог правил внутрішнього трудового розпорядку підприємства або колективного договору;

у разі підтвердженого відповідним медичним висновком алкогольного, токсичного або наркотичного сп'яніння, не зумовленого виробничим процесом, що стало основною причиною нещасного випадку за відсутності технічних і організаційних причин його настання;

під час здійснення ними злочину, який встановлено звинувачувальним вироком суду;

у разі смерті або самогубства вказаних вище осіб.

Роботодавець на підставі інформації про нещасний випадок терміново повинен скласти наказом комісію з розслідування нещасного випадку, до складу якої включаються керівник (фахівець) служби охорони праці або посадовець, на якого працедавцем покладено виконання функцій фахівця з питань охорони праці (голова комісії), керівник структурного підрозділу підприємства, на якому відбувся нещасний випадок, представник робочого органу виконавчої дирекції Фонду соціального страхування від нещасних випадків на виробництві і професійних захворювань (далі – Фонд) за місцезнаходженням підприємства (за згодою), представник первинної організації профспілки, членом якого є потерпілий, або уповноважена найманими працівниками особа з питань охорони праці, якщо потерпілий не є членом профспілки, інші особи [12].

Під час настання нещасного випадку з важкими наслідками, в тому числі з можливою інвалідністю потерпілого, до складу комісії обов'язково включається представник робочого органу Фонду за місцезнаходженням підприємства.

До складу комісії не може включатися керівник робіт, який безпосередньо відповідає за стан охорони праці на робочому місці, де відбувся нещасний випадок.

У разі виявлення гострого професійного захворювання (отруєння) до складу комісії включається також представник установи державної санітарно-епідеміологічної служби, обслуговуючої підприємство, і робочого органу виконавчої дирекції Фонду за місцезнаходженням підприємства.

Комісія на підставі розслідування має [12]:

скласти акт розслідування нещасного випадку за формою Н-5 у трьох екземплярах, а також акт про нещасний випадок, пов'язаний з виробництвом, за формою Н-1 у шести екземплярах, якщо цей нещасний випадок пов'язаний з виробництвом, або акт про нещасний випадок, не пов'язаний з виробництвом (форма НПВ, якщо цей випадок визнано таким, що не пов'язаний з виробництвом), і передати їх на затвердження працедавцю;

у разі виявлення гострого професійного захворювання (отруєння), пов'язаного з виробництвом, окрім акта форми Н-1, скласти також у чотирьох екземплярах карту обліку професійного захворювання (отруєння) форми П-5.

Акти форми Н-5 і Н-1 (або форми НПВ) підписуються головою і всіма членами комісії. У разі незгода зі змістом вказаних актів член комісії письмово висловлює свою особливу думку, яка додається до акта форми Н-5 і є його невід'ємною частиною, про що робиться запис в акті форми Н-5.

Усі виявлені випадки хронічних професійних захворювань і отруєнь підлягають розслідуванню.

Професійний характер захворювання визначається експертною комісією у складі фахівців спеціалізованої лікувально-профілактичної установи відповідно до переліку, який затверджується Мінохоронздоров'я.

У разі необхідності до роботи експертної комісії притягуються фахівці (представники) підприємства, робочого органу виконавчої дирекції Фонду за місцезнаходженням підприємства, первинної організації профспілки, членом якої є потерпілий, або уповноважена найманими працівниками особа з питань охорони праці, якщо хворий не є членом профспілки.

Спеціальному розслідуванню підлягають:

нещасні випадки зі смертельним наслідком;

групові нещасні випадки, що відбулися одночасно з двома і більше працівниками незалежно від ступеня важкості ушкодження їх здоров'я;

випадки смерті працівників на підприємстві;

випадки зникнення працівників під час виконання трудових (посадових) обов'язків;

нещасні випадки з важкими наслідками, в тому числі з можливою інвалідністю потерпілого (за рішенням органів Держнаглядохоронпраці).

Звітність і інформація про нещасні випадки, аналіз їх причин

Роботодавець на підставі актів форми Н-1 і форми НПВ подає у відповідні організації державну статистичну звітність про потерпілих за формою, затвердженою Держкомстатом, і несе відповідальність за її достовірність.

Роботодавець зобов'язаний здійснювати аналіз причин нещасних випадків за підсумками кварталу, півріччя і року, розробляти й виконувати заходи щодо попередження подібних випадків.

Органи, до сфери управління яких відносяться підприємства, місцеві держадміністрації зобов'язані на підставі актів форми Н-1 здійснювати аналіз обставин і причин нещасних випадків за підсумками кожного півріччя та року в цілому, повідомляти про його результати підприємства, які належать до сфери їх управління, а також розробляти й виконувати заходи щодо попередження подібних випадків.

4.2. Фонд соціального страхування від нещасних випадків

Законом України "Про загальнообов'язкове державне соціальне страхування від нещасного випадку на виробництві та професійного захворювання, які спричинили втрату працездатності" регламентує всі питання страхування від нещасного випадку" [13].

В Україні створена некомерційна самоврядна організація для страхування від нещасного випадку – фонд соціального страхування від нещасних випадків [11, 12].

В основі управління Фондом лежить паритет між державою, представниками застрахованих осіб і роботодавців.

Правління та виконавча дирекція здійснюють безпосереднє управління Фондом.

До складу правління Фонду включаються представники трьох представницьких сторін: держави; застрахованих осіб; роботодавців.

Кабінет Міністрів України призначає представників держави. Об'єднання профспілок та роботодавців, які мають статус всеукраїнських, делегують представників застрахованих осіб і роботодавців. Кожне об'єднанням самостійно визначає порядок виборів (делегування) представників.

Кожна із трьох представницьких сторін призначає і обирає (делегує) по 15 членів правління Фонду з вирішальним голосом та по 5 їх дублерів. Дублери виконують обов'язки тимчасово відсутніх членів правління за рішенням голови правління цього Фонду.

Фонд соціального страхування від нещасних випадків провадить усі види страхових виплат і соціальних послуг застрахованим та особам, які

перебувають на їх утриманні, а також усі види профілактичних заходів, передбачених Законом за рахунок коштів цього Фонду.

Фонд бере участь у фінансуванні заходів, передбачених державними цільовими, галузевими, регіональними програмами поліпшення стану безпеки, умов праці та виробничого середовища, планами наукових досліджень з охорони, безпеки та гігієни праці, навчання і підвищення кваліфікації відповідних спеціалістів із питань охорони праці, організації розроблення і виробництва засобів індивідуального та колективного захисту працівників, розроблення, видання, розповсюдження нормативних актів, журналів, спеціальної літератури, а також інших профілактичних заходів відповідно до завдань страхування від нещасних випадків.

Фонд провадить збір та акумулювання страхових внесків. Система фінансування Фонду – автономна, незалежна від будь-якої іншої.

Фінансування Фонду соціального страхування від нещасних випадків здійснюється за рахунок:

- внесків роботодавців: для підприємств – із віднесенням на валові витрати виробництва, для бюджетних установ та організацій – з асигнувань, виділених на їх утримання та забезпечення;
- капіталізованих платежів, що надійшли у випадках ліквідації страховальників у порядку, визначеному Кабінетом Міністрів України;
- прибутку, одержаного від тимчасово вільних коштів Фонду на депозитних рахунках;
- коштів, що надійшли від стягнення штрафів і пені із страховальників та їх посадових осіб відповідно до закону;
- добровільних внесків та інших надходжень, отримання яких не суперечить законодавству.

4.3. Дослідження та профілактика виробничого травматизму

Основні заходи щодо попередження й усунення причин виробничого травматизму і професійних захворювань підрозділяються на **технічні, організаційні, санітарно-гігієнічні та психо-фізіологічні** [14].

В умовах надзвичайної ситуації, в якій перебуває наша країна, роль психо-фізіологічних заходів неймовірно зростає. Це означає, що психо-фізіологічні фактори, такі, як втома фізична та психічна, стреси, неврози,

особливості темпераменту та характеру працівників, вносять значний відсоток у підвищення рівня виробничого травматизму і професійних захворювань у промисловості.

Підвищення рівня стресостійкості працівників і покращення їх здоров'я може бути досягнуто за рахунок проведення тренінгів із психологічної підготовки.

У цьому підрозділі пропонуються ряд вправ і рекомендацій для проведення тренінгів з психологічної підготовки. Ефективність цих управ для корекції здоров'я людей була перевірена в школі здоров'я, яка функціонує в м. Харкові на базі районних територіальних центрів надання послуг пенсіонерам та інвалідам під керівництвом мерії міста.

Вправа з нормалізації здоров'я "ЗАЗЕМЛЕННЯ"

Результати досліджень учених, медиків показали, що в зоні дискомфорту організму під час стресу, як правило, суттєво зменшується кількість негативних (-) зарядів – іонів. Порушується баланс (+) і (-). Для усунення дискомфорту в організмі необхідно праву руку і праву ногу заземлити, з'єднати з землею, а центр лівої долоні прикласти до дискомфортною зони. Земля має (-) заряд. Приклади: сидимо на лавочці, права рука торкається до металевої стійки; права рука може торкатися до металевої батареї системи опалення квартири чи будинку; права рука може торкатися до кахельної плитки на стіні і т. д.

Повторюючи цю вправу (сеанс – до 7 хв.) декілька разів на день, можна ліквідувати втому, нормалізувати тиск, зменшити больові почуття в зоні дискомфорту організму і навіть зовсім ліквідувати дискомфорт.

Аналогічний результат досягається у випадках, коли людина працює чи відпочиває маючи контакт із землею та водою.

Вправа з нормалізації високого тиску за допомогою лазерного CD/DVD-диску

Для цього необхідно взяти лазерний CD/DVD-диск, бажано з блакитним фоном. Якщо подивитися на цей диск, підсвічений променями сонця або домашнього світильника, то буде видно чудову картину – переливи кольорів веселки. Якщо поспостерігати за прекрасним видовищем 20 – 25 хв, вишукуючи холодні кольори, то верхнє значення тиску істотно наблизиться до нормальної позначки. Повторюючи цю вправу (сеанс – до 20 хв) декілька разів на день, отримаємо хороший результат.

Досвід школи здоров'я: вправа корисна у разі високого тиску і високої температури, особливо для дітей.

Вправа з нормалізації високого тиску за допомогою срібної каблучки

Вправу покажемо на реальному прикладі. На заняття в терцентр приходять пенсіонерка А., 67 років, огрядна. У медсестри вимірює тиск. 90 на 160 мм. рт. ст. На правій руці у громадянки А – золота каблучка, на лівій – срібна. Було запропоновано золоту каблучку зняти, а на її місце надіти срібну і через 20 – 25 хв – ще раз виміряти тиск. Результат – 85 на 140 мм. рт. ст.

Досвід школи здоров'я: людям, у яких тиск підвищується, на правій руці бажано носити срібні прикраси. Золото на правій руці – для тих, у кого тиск знижений.

Аналіз виробничого травматизму дозволяє не лише виявити причини, а визначити закономірності їх виникнення. На основі такої інформації розробляються заходи та засоби щодо профілактики травматизму.

4.4. Контрольні запитання для самодіагностики

1. Наведіть послідовність проведення розслідування нещасних випадків.
2. Наведіть послідовність проведення розслідування випадків професійних захворювань і отруєнь.
3. Назвіть особливості розслідування та обліку нещасних випадків невиробничого характеру.
4. Назвіть основні причини виникнення виробничого травматизму та професійної захворюваності.
5. Назвіть основні заходи щодо запобігання виробничого травматизму та професійної захворюваності.
6. Поясніть, у чому полягають дисциплінарна, адміністративна, матеріальна та кримінальна відповідальності за порушення норм законодавства з охорони праці.
7. Назвіть методи аналізу травматизму і профзахворюваності.
8. Наведіть приклади вправ, які можна проводити під час тренінгів із психологічної підготовки для підвищення стресостійкості людини.

Рекомендована література: [8; 10; 11; 16].

Тема 5. Актуальні проблеми охорони праці в наукових дослідженнях і спеціальні розділи охорони праці в галузі професійної діяльності

5.1. Актуальність проблем у галузі охорони праці

Унаслідок світової фінансової кризи 2008 і 2009 рр. погіршився фінансовий стан та виробничий потенціал підприємств, цілих галузей економіки, регіонів та держави в цілому, що призвело, насамперед, до погіршення стану безпеки, гігієни праці та виробничого середовища, невиконання запобіжних заходів з охорони праці, зокрема через відсутність фінансування та ослаблення механізму державного регулювання у сфері охорони праці тощо.

У зв'язку зі зміною соціально-економічних відносин значно ускладнюється управління охороною праці традиційними методами, що потребує переведення його на якісно новий рівень, докорінного реформування системи забезпечення безпеки та гігієни праці, формування принципово нового підходу до вирішення питань з охорони праці та промислової безпеки в країні з урахуванням реальних соціально-економічних процесів, у тому числі змін у системі організації державного нагляду (контролю) у сфері господарської діяльності, активної участі сторін соціального діалогу у вирішенні питань з охорони праці тощо [8].

Таким чином, сучасний стан охорони праці потребує вжиття заходів загальнодержавного рівня, оскільки стосується практично всіх видів економічної діяльності та охоплює весь виробничий потенціал країни.

Метою наукових досліджень у галузі охорони праці є комплексне розв'язання проблем у сфері охорони праці, формування сучасного безпечного та здорового виробничого середовища, мінімізація ризиків виробничого травматизму, професійних захворювань та аварій на виробництві, що сприятиме сталому економічному розвитку та соціальній спрямованості, збереженню і розвитку трудового потенціалу України.

5.2. Аналіз видів енергоінформаційного впливу, що призводять до порушення стану здоров'я

Якщо в комп'ютерну програму, яка управляє роботою якогось пристрою, внести незаплановані зміни, то пристрій почне давати збої або взагалі припинить працювати. Точно таким же пристроєм є будь-який людський організм.

Розвиток і функціонування людини відбувається за інформацією, що закладена в молекулах ДНК. Ця інформація визначає зріст, комплекцію, розміри і взаємне розташування всіх органів і систем людини, колір шкіри і очей, функціонування всіх органів і систем, якоюсь мірою здібності, рівень здоров'я і тривалість життя. Будь-яке відхилення організму від цієї інформації – це в більшості випадків початок хвороби.

Кожній людині доводилося відчувати такий стан, коли без жодних видимих причин з'являється відчуття тривоги, турбує серце, "морозить" або, "кидає в жар", десь з'являється біль або спазм. З великою часткою впевненості можна сказати, що в цей момент людина піддається впливу негативних емоцій якоїсь іншої людини, причому незалежно від того, чи перебуває вона у контакті з цією людиною, чи ні. Вплив йде не на фізичне тіло людини, а на тіло енергетичне. Не вдаючись у теорію тонких тіл, спрощено можна сказати, що це енергетичне тіло утворене сумарною енергетикою всіх органів і систем людини, яке заповнює все тіло і виходить назовні на 40 – 60 см.

Якщо у людини всі органи здорові, то рівень випромінюваної ними енергії приблизно однаковий, і енергетичне тіло в ідеалі має форму яйця. Якщо орган з якихось причин ослаблений, то вихід енергії з нього менше норми, і в енергетичному тілі навпроти нього з'являється западина, пропорційна зменшеною енергії. Якщо орган працює більш активно, ніж належить, то проти нього утворюється виступ. Місця енергетичних западин найбільш слабкі і тому найбільш уразливі.

Якщо якась людина відчуває негативні емоції: злість, заздрість, ненависть, ревності тощо, то відбувається досить істотне захоплення енергії цією людиною, і енергетика починає випускати вібрації.

У випадку, коли емоції людини спрямовані на іншу людину, то на неї ж спрямовані і ці вібрації. І якщо енергетика людини з емоціями могутніша, то вона може надати руйнівну дію на жертву. Так з'являються енергетичні діри. Енергія органу, проти якого з'явилася діра, починає йти в

простір, і в результаті цей орган слабшає. Крім того, навпроти органу тепер відсутній захисний шар енергії, який не дозволяє проникати в нього негативним випромінюванням з Космосу від різних предметів і людських емоцій. У результаті цього в органі можуть з'явитися дискомфортні або хворобливі відчуття і питання часу, коли з'явиться хвороба даного органу. Як показує практика, у людей, які перенесли інфаркт, існує енергетична діра навпроти серця, і не усунення її може призвести до повторного інфаркту. У хворих на цукровий діабет – дірки навпроти підшлункової залози, а діра в області печінки може викликати печію, нудоту, блювоту.

Якщо негативний вплив на людину був досить потужним, то можуть з'явитися безліч дірок в її енергетиці. Починається великий витік енергії, падає тонус організму, і в результаті цього слабшають її захисні сили. Адже "палички Коха" можуть бути присутніми в будь-якому приміщенні, ракові клітини, як і законсервовані сліди недолікованих хвороб, існують практично в організмі будь-якої людини, але знаходяться під контролем імунної системи. Як тільки вона ослаблена в результаті появи енергетичних дірок, організм перестає справлятися із захворюваннями. Можуть з'являтися слабкість, запаморочення, головні болі, болі в різних органах, будь-які виділення на шкірному покриві, різка зміна ваги в будь-який бік, стан депресії, страхи, нервові зриви і навіть психічні порушення. У ході цього тиск може змінюватися в будь-який бік, а температура буде стабільно триматися на десяті частки градуса з відхиленням від норми.

У разі таких симптомів лікарі часто ставлять діагноз "синдром хронічної втоми" і, в основному, обмежуються рекомендаціями про правильне харчування, відпочинок та раціональний спосіб життя. І тільки деякі з них розуміють, що причина захворювання лежить поза межами парадигми класичної медицини.

Численні дослідження людей, що передчасно пішли з життя, підтверджують, що в переважній більшості випадків їх імунна система була пригнічена в результаті появи енергетичних дірок. І, як показує практика, своєчасне усунення таких дір і потужне "накачування" організму енергією часто дозволяють рятувати тих пацієнтів, яким класична медицина визначила дуже короткий термін життя.

Енергетичні діри можуть з'явитися і в результаті хірургічної операції, потрапляння людини в аварію, яка призвела до пошкодження будь-яких органів, проходження сеансу електропроцедури (електрофорез, бормашина і т. п.).

Інтенсивність і напрям енергетичних потоків, що йдуть від різних об'єктів, дуже істотно залежать від їх форми. Так, вживання їжі з загостреного кінчика ножа може призвести до виникнення діри навпроти рота. Приказка "не сідай на кутку – заміж не вийдеш" теж має енергетичний сенс: кут, концентруючи енергію, спрямовує проти себе потік її, який під час тривалого впливу може залишити дірку в енергетиці людини. У ході цього будь-яка діра сприяє витоку енергії і наближає хворобу.

Відпочинок у кріслі, що стоїть прямо в кутку кімнати, може призвести до ослаблення організму, оскільки за рахунок своєї форми такий кут тягне енергію на себе. Не дарма ж дітей ставлять саме в кут для зменшення їх активності.

Іноді енергетичні діри з'являються і без стороннього впливу: в момент дуже сильних і глибоких переживань людину переповнюють емоції, що призводить до значного збільшення її енергетики. А оскільки енергія, що людину переповняє, непорівнянна, з її нормальним енергетичним станом, то вона може почати різко витікати, залишаючи діри.

У деякій літературі такі діри називають "пробоєм", в інших джерелах "пробій" визначають як вплив чужої енергії на біополе людини, що несе негативну інформацію. Але суть не в назві, а в тих негативних наслідках, які можуть принести ці впливи. Якщо якась людина бажає щось негативне іншій людині, то від неї відділяється енергетична кулька, що несе цю інформацію, і прямує у бік адресата, знаходить його і з зовнішнього боку біополя чіпляється, як реп'ях до одягу. Далі йде впровадження цієї інформації в біополе людини, а оскільки біополе людини – це її підсвідомість, то воно зобов'язане реагувати на інформацію, що надійшла.

Усі процеси в людському організмі підпорядковані інформації, закладеної в молекулах ДНК. Люди, не замислюються під час ходьби, яку ногу виставити вперед, куди перемістити вагу тіла, і не замислюються під час потрапляння їжі в дванадцятипалу кишку про додавання жовчі з жовчного міхура – все відбувається за закладеною інформацією. Людська підсвідомість починає відпрацьовувати інформацію, змінюючи роботу організму відповідно до неї. Так, у разі потрапляння інформації "щоб у тебе ноги повідсихали" можуть з'явитися проблеми з ногами, "щоб ти спився" – може виникнути тяга до алкоголю. У разі побажання "щоб ти став імпотентом" може початися блокування сигналів головного мозку, мозок перестане керувати певними функціями й абсолютно здоровий чоловік буде відчувати статеве безсилля. І тільки усунення чужого впливу з інформації дозволить позбавити людину від її прояву.

Людам, які посилаються іншим негативні побажання, не завадило б пам'ятати, що "будь-яка палиця з двома кінцями". Їх думкоформа причепиться до чужого біополя тільки в тому випадку, якщо енергетика цієї людини слабка. А якщо вона виявиться могутнішою, ніж у автора негативного посилення, вона відобразить цього прибульця. А оскільки цей згусток енергії має параметри енергетики конкретної людини, то він і повернеться назад у неї. І вже, як реп'ях до одягу, причепиться до біополю господаря і змусить його перебудовуватися відповідно до цього посилення. Одним із чинників, що негативно впливають на людський організм, є енергетичний вампіризм. Якщо в організмі якоїсь людини виникли енергетичні пробки, то він починає відчувати нестачу енергії, що надходить в організм. Замість того, щоб налагодити енергопотік у своєму організмі, деякі люди свідомо чи несвідомо випускають енергетичні "щупальця" на інших людей і починають тягнути з них енергію.

Їх жертва починає слабшати, що нерідко призводить до захворювання. Енергетичними вампірами можуть бути і дерева. Найбільш відомі серед них – це каштан, осика, тополя. Але самі по собі вони не тянуть енергію людини, і їх теж можна використовувати в оздоровчих цілях. Для цього треба притулитися до дерева-вампіра тією ділянкою тіла, де ви відчуваєте больові відчуття, і попросити дерево витягнути негативну енергію.

Цілком імовірно, що батькам, які роблять героїчні зусилля, щоб їх дитина не перетворилася на лівшу, достатньо було б знайти кваліфікованого фахівця з біоенергетики і з його допомогою змінити "ліву" полярність на "праву". Але це питання ще вимагає ретельного практичного опрацювання.

З народження дитини і років до 5 – 7 існує велика залежність здоров'я дитини від стану енергетики матері. У цей період будь-які порушення в її енергетиці відразу ж дублюються і у дитини. Якщо на матір хтось чинив вплив, то такий же вплив із тією ж інформацією і на аналогічному місці з'являється і у дитини. У неї починаються ті ж проблеми, які побажали її матері. У разі появи дірок в енергетиці матері вони тут же дублюються і у дитини. Без усяких видимих причин дитина починає хворіти і, звичайно ж, її починають лікувати препаратами, адже іншого шляху класична медицина не знає. Але медикаментозними методами не можна усунути енерго-інформаційні впливи, і така дитина буде рости хворобливою через ослаблену імунну систему. Достатньо терміново усунути порушення в енергетиці матері, а потім і дитини, щоб уникнути негатив-

них наслідків. Якщо енергетичні порушення були у матері до народження дитини, то і дитина народжується з відповідними порушеннями. І стає зрозумілим, чому дочка матері-одиначки нерідко теж стає одиночкою.

Негативні впливи одних людей на інших необов'язково проявляються після контакту між ними, у багатьох випадках це відбувається і дистанційно. Якщо одна людина згадала іншу, то вона обов'язково її подумки уявила. А оскільки людська думка матеріальна, то це уявлення створює фантом людини, тобто її енергетичну копію. Цей фантом можна зафіксувати апаратно, деякі ясновидці його бачать. Будь-які емоції людини спрямовуються на цей фантом і залишають на ньому пробої та діри. Усі ці зміни миттєво дублюються людиною, де б вона не знаходилася – відстань не відіграє ніякої ролі. Можливість створення фантому дозволяє як діагностувати, так і лікувати людей дистанційно. Фантом абсолютно незнайомої людини можна створити за фотографією, за предметом, що їй належить, листами, голосом по телефону, за уявним поданням її іншою людиною і т. д.

Негативні наслідки можна отримати від інших людей не тільки контактно, дистанційно, але й опосередковано. На будь-якому предметі, з яким контактувала людина, залишається її енергоінформаційний слід, тобто вона стає переносником інформації. Знайдена обручка могла належати хворій жінці, а інформація про це обов'язково присутній на предметі. Інша жінка, що знайшла обручку й одягнула на власний палець, ризикує інформаційно отримати і хворобу власника обручки.

Поки хвороба почне проявляти себе, пройде чимало часу і, навряд чи її прояв буде пов'язано зі знайденою обручкою. Неважко уявити собі, що може отримати людина, яка проходить медичне обстеження на ліжку, де до нього лежали сотні і здорових, і хворих, і тяжкохворих людей. Людина, що купила в магазині новий піджак, може відчувати себе в ньому дуже дискомфортно тільки тому, що до нього цей піджак приміряв хвора чи зла людина. Якщо у квартирі до вас жили хворі люди або алкоголіки, наркомани, то у сім'ю можуть прийти хвороби і нездорова атмосфера. І не позбувшись від негативної інформації, неможливо уникнути її наслідків. Енергетичні методи дозволяють досить просто прибирати інформацію з будь-яких предметів.

Негативний вплив можуть надавати й окремі предмети меблів, якщо вони до цього належали іншому господареві, одяг, картини, прикраси, коштовності, різні сувеніри і т. д. Тобто це можуть бути будь-які предме-

ти, що побували в чужих руках або викликають заздрість у будь-кого. На продуктах харчування теж можуть бути впливи негативної енергії інших людей або викликані наявністю в них хімікатів.

Негативна інформація може бути впроваджена в якийсь предмет навмисно. На цьому і заснований згубний для людини вплив псування.

5.3. Аналіз впливу зворотної полярності на людину

У тривимірній системі координат біополе людини має три види полярності окремо за кожною віссю. Люди ходять по землі і підживлюються її енергією, зверху опромінюються енергією Космосу – тому зверху полярність має умовний знак "+", а знизу "-". Якщо на біополе людини були обрушені чиїсь могутні негативні емоції у вигляді енергетичних вібрацій, то вони можуть залишити в ньому енергетичні діри, а в окремих випадках це може призвести до зміни полярності. На здоров'ї людей це безпосередньо не відображається, але може дуже істотно змінити долю людини.

Як фіксує апаратура і спостерігають ясновидці під час взаємної симпатії біополя людей нахилиються один до одного аж до тимчасового злиття у люблячих людей і під час сексуальних відносин. За умови взаємної антипатії йде відштовхування біополів один від одного. Під час контактування між собою різнополярних енергетик йде їх взаємне відштовхування, а це еквівалент антипатії, роздратуванню, неприйняттю, озлоблення і т. д.

У бізнесмена після зміни полярності найчастіше руйнується бізнес – чоловік починає викликати роздратування без жодних причин, і з ним намагаються не мати справи. Причому все відбувається на рівні підсвідомості, і його колишні ділові партнери самі не можуть пояснити причину своєї неприязні. Як показує практика, якщо не усунути у людини цю зміну полярності, то навряд чи вона вже налагодить свій бізнес.

Якщо змінено полярність у когось із подружньої пари, то через взаємне роздратування люди починають сваритися, уникати один одного, і дуже часто це закінчується розлученням. В одному з клубів знайомств за наявними там анкетами було проведено дослідження полярності людей, що заповнили ці анкети. Усі респонденти виявилися зі зміненими полярностями. У тих, хто раніше перебував у шлюбі, їхні колишні половини виявилися іншої полярності.

Якщо молода жінка зі зміненою полярністю, то від неї, як правило, йдуть чоловіки, і ніхто з них не може пояснити, що ж його не влаштовує. Коли така жінка звертається до ворожок, то їй зазвичай кажуть: "На тобі вінець безшлюбності". І дійсно, бути їй, швидше за все, самотньою, якщо не усунути зміну полярності її біополя. Або якщо вона зустрине чоловіка своєї ж полярності (тобто теж зі зміною полярності) і між ними виникнуть почуття, то це буде цілком гармонійна пара. Дочки ж матерів-одиначок (у переважній більшості мають зворотну полярність) зазвичай повторюють долю своїх матерів, оскільки дитина під час свого народження отримує таку ж полярність, як у матері.

Якщо зі зміненими полярностями люди збираються в один колектив, то їм абсолютно комфортно між собою. Але людям природної полярності досить складно потрапити в такий колектив, а тим паче утриматися в ньому. Такі колективи часто існують в середовищі популярних артистів (звідси і їх клановість).

Але якщо людина одна в середовищі людей іншої полярності, то вона дуже швидко починає відчувати себе вигнанцем у суспільстві. Її поява викликає у всіх роздратування, її уникають, а він не може зрозуміти, чим це викликано, і як це усунути. Хтось починає зловживати алкоголем, хтось наркотиками, а хтось місяцями і роками перебуваючи в такій стресовій ситуації, не витримує цього і закінчує життя самогубством. Як показує статистика результатів проведених досліджень, переважна більшість самогубців були люди з енергетикою зворотної полярності.

Проведені дослідження дозволили встановити, що у чоловіків спереду (нижче сонячного сплетіння) полярність "+", а ззаду "-", а у жінок – навпаки. Бувають випадки, коли дитина народжується з полярністю протилежної статі. Якщо батьки пристрасно бажають дівчинку, то вони закладають відповідну інформацію в народжуваний плід. Але не даремно існує приказка: "Хочеш насмішити Бога, розкажи йому про свої плани". Народжений хлопчик може мати жіночу полярність своєї енергетики (або дівчинка – чоловічу). Такий хлопчик з жіночою полярністю, як правило, грає з дівчатками в їх ігри, вбирається в сукні. Ставши юнаком, він зовсім не цікавиться дівчатами. Такі люди часто йдуть у ченці, священнослужителі, поповнюють ряди людей з нетрадиційною сексуальною орієнтацією. Вони не створюють сім'ї, стверджуючи, що жінка їм не потрібна. У тих випадках, коли вони все ж створюють сім'ю, виявляється, що їхні дружини мали чоловічу полярність, тобто вони все одно становили різностатеві пари. Багато співаків із тонким високим голосом мають жіночу полярність.

У людини в будь-якому віці після скидання на неї чиїхось потужних негативних емоцій у вигляді вібрації може змінитися і полярність. Після цього виникає чимало сімейних трагедій через повну втрату сексуального потягу в абсолютно здорового чоловіка.

Але самою "гримучою сумішшю" є поєднання в одній людині двох цих неправильних полярностей. Поведінка такої людини стає малопередбачуваною, може виникнути абсолютно неадекватна реакція на будь-яку подію. Людина може бути або "не від світу цього", або непередбачувано образливою, або агресивною. Такі люди часто йдуть з дому, стають наркоманами, психічно неврівноваженими, самогубцями. Вибіркова перевірка людей, які перебувають на обліку як наркомани або психічно хворі, підтвердила наявність у них змінених полярностей. Певно, це велика соціальна проблема, яка потребує ретельного вивчення.

Ця статева полярність дозволяє визначити стать дитини в утробі матері на ранній стадії вагітності за фантомом. Природно, фантом дитини потрібно поставити головою вгору і низом до себе. Проведені дослідження підтвердили стовідсоткову правильність такого тестування.

Кожну з наведених полярностей нескладно змінити в потрібний бік енергетичними методами. Зрозуміло, це можна зробити тільки на прохання самої людини, оскільки це втручання в її долю.

Існує ще одна полярність, яка буває різною у правшів і лівшів. У правшів із правого боку тіла полярність "+", а у лівшів – навпаки. Багато батьків, побачивши, що їхня дитина все робить лівою рукою, намагаються перевчити її на правшу, але це навряд чи допоможе зробити м'язова пам'ять. Адже, якщо в дитинстві навчилися кататися на велосипеді і плавати, то ці навички залишаються на все життя. А от якщо таку дитину силовими методами змусити бути правшою, вона все одно залишиться прихованою лівшею. І це іноді призводить до життєвих трагедій. У літературі описані випадки, коли такий прихований лівша, проходячи службу в армії, під час бойових дій висмикував кільце з гранати і потім, слідуючи віддаленій м'язовій пам'яті, для зручності кидка перекладав її в ліву руку, але не встигав кинути. Від вибуху він або гине, або отримував каліцтва. Але якщо після народження дитини виявити у неї полярність лівші, то на прохання батьків ще можна поміняти її.

Кожен людський орган і частина тіла мають свої біополя, які теж характеризуються полярністю. Причому здоровий орган, як і частина тіла, показує негативну полярність із зовнішнього боку тіла. Хворий орган

змінює свою полярність на протилежну. Під час лікування органу його полярність повертається до природної. Але можна йти іншим шляхом – поміняти енергетичними методами полярність хворого органу на протилежну. Тим самим із нього забирається негативна інформація, яка і примушувала клітини неправильно працювати, тобто бути хворими. Це набагато скорочує тривалість роботи з хворим органом енергетичними методами (його чистку, активізацію, насичення енергією).

Головний мозок повністю відображає наявність у людини негативних звичок, пристрастей, стану психіки. У всіх людей, що мають пристрасть до алкоголю, в певній частині головного мозку виникає "сигнальна" точка з негативним випромінюванням (зворотною полярністю), у наркоманів – в іншому місці, у агресивних людей – у третьому, у епілептиків – у четвертому і т. д. Ці зв'язки можна дуже оперативно обривати енергетичними методами, тим самим сприяючи позбавленню від шкідливих звичок.

Усі оточуючі предмети теж мають свої біополя. Природна їх полярність, як і у людей, зверху "+", знизу "-". Якщо на якомусь предметі, наприклад дивані накопичується високий рівень негативних енергій, то відбудеться зміна полярності біополя дивану, і відпочинок на ньому перетвориться на кошмар, людина встає з нього вся розбита і хвора. Такий же негатив можуть нести й інші предмети меблів. Енергетичними методами можна поміняти цю полярність і негативний вплив відразу ж припиняється.

Бувають переполюсовані як окремі кімнати, так і цілі будинки. Такий будинок стає "проклятим" будинком, і його намагаються покинути мешканці. Для тих, хто продовжує жити в цьому будинку, життя перетворюється на кошмар, або вони стають пацієнтами нервово-психіатричних лікарень.

Фахівці в змозі повернути такий будинок у нормальний енергетичний стан і негативний вплив його зникає. Виняток становив "Храм на крові" у м. Єкатеринбурзі, побудований на місці колишнього Іпатіївського будинку, в підвалах якого більшовиками була розстріляна вся царська сім'я, включаючи і дітей. Усі спроби поміняти його полярність на природну закінчилися безрезультатно.

Дослідження показали, що виставлений на продаж житловий будинок або інші приміщення, що мають протилежну полярність, покупці обходять стороною до того часу, поки не поміняти її на природну. Фірми, що здійснюють свою діяльність у переполюсованому приміщенні, з цілком незрозумілих причин зазвичай зазнають краху. У людей, що працюють

у таких приміщеннях, завжди кепський настрій, поганий стан здоров'я, нервової системи, психіки. Там часто виникають скандали, продуктивність праці дуже низька, і на роботу всі ходять як на каторгу.

У лікарняній палаті через високу концентрацію негативних енергій може також відбутися переполюсування. Нескладно здогадатися, якими будуть результати лікування людей в такій палаті.

Свою полярність мають будь-які системи, агрегати, пристрої, їх окремі блоки і деталі. Поломок і аварій зазнаються саме вони. Причому зміна полярності їх на зворотну відбувається до виходу їх із ладу. Це дозволяє під час профілактичних оглядів виявляти їх і вживати відповідних заходів. Радіодеталь, що вийшла з ладу, можна виявити за її зміненою полярністю методом біолокації.

Полярність мають не тільки нерухомі об'єкти, але і різні транспортні засоби. У природному стані зверху вони теж мають знак "+", а знизу "-". З якихось причин на деяких з них відбувається зміна полярності на протилежну. У них постійно починають відбуватися поломки, які в ряді багатьох випадках можуть призвести до трагічного результату. Численні досліджені випадків загибелі людей в автокатастрофах (за фантомом) підтвердили зворотну полярність цих авто. Водії таких машин, які залишились живими зазвичай розповідають, що вони самі не розуміють, що сталося. Немов якась невідома сила змусила їх різко крутнути кермо, виїхати на зустрічну смугу, несподівано натиснути на гальма і т. д.

Вибіркова перевірка полярності літаків і вертольотів, що розбилися, також підтвердила, що всі вони мали зворотну полярність. Як приклад можна навести літаки, які протаранили хмарочоси-близнюки і будівлю Пентагону в США. Четвертий літак, який брав участь у цій акції і звалився на землю, теж був переполюсованим. Вертоліт, на якому летів генерал Лебідь, мав зворотну полярність. Перевірка полярності всіх транспортних засобів, про які повідомляють нам диктори телебачення, щоразу підтверджують їх зворотну полярність. Таку ж полярність мав і американський космічний корабель, загибель якого в прямому ефірі спостерігали всі США. Вибіркова перевірка затонулих морських лайнерів також підтвердила їх зворотну полярність. Атомний підводний човен "Курськ" був переполюсований, а точно такий же човен – його близнюк – був нормальної полярності. Зворотну полярність мав і четвертий блок Чорнобильської АЕС, у той час, як всі інші блоки мали природну полярність.

Усе це дозволяє припустити, що переполюсовані об'єкти починають випромінювати в результаті цього лівозагнуте торсійне поле, яке згубно діє на навколишнє середовище. Ця проблема має глобальне значення і вимагає ретельного вивчення, тим більше, що полярність будь-якого об'єкта можна виявити і змінити енергетичними методами з використанням його фантому.

5.4. Аналіз негативного впливу факторів навколишнього середовища в побутових умовах

Всесвіт – це не щось стале і стабільне, а зовсім незбагненна кількість обертових зірок, планет, їх супутників, сузір'їв, галактик і т. д. І кожне небесне тіло має своє власне випромінювання, абсолютно відмінне від інших випромінювань. І кожне таке випромінювання через якийсь час досягає і Землі, у міру збільшення відстані надаючи все більше слабкий вплив на людей. Усі небесні тіла обертаються за своїми орбітами, і їх випромінювання пронизують один одного. А Землю пронизує потік цих результативних випромінювань. Найбільший вплив на людей чинить, звичайно ж, випромінювання Сонця, планет Сонячної системи і найближчої сусідки – Місяця. Але до цих випромінювань людство за час свого існування адаптувалося, хоча здоров'я, характер і доля деякою мірою залежать і від дати народження, і від взаємного розташування Сонця, планет, Місяця в даний момент часу.

Астрологи і засоби масової інформації постійно попереджають про настання несприятливих днів, магнітних бурь та інших якоюсь мірою передбачуваних впливах космічних об'єктів. Ще в 30-ті роки ХХ ст. відомий російський вчений А. Чижевський виявив несприятливий вплив магнітних бурь як на окремі особистості, так і на цілі народи. Проведеними згодом дослідженнями вченим вдалося встановити, що під час магнітної бурі набагато сповільнюється потік крові в капілярах за рахунок скупчення клітин крові в купки. Природно через це порушується газообмін, оскільки іншим клітинам не вистачає кисню. Сповільнюються всі процеси в організмі, з'являється сонливість, а у людей з серцево-судинними захворюваннями може статися інсульт або інфаркт міокарда. Максимальне загострення серцево-судинних захворювань, як правило, відбувається взимку, коли організм людини ослаблений. Але так бувало століттями і тисячоліттями, і людство, використовуючи досягнення науки, навчилося істотно

знижувати наслідки магнітних бурь. Навіть перебування в приміщенні в такі дні зменшувало рівень їх впливу. Не дарма раніше говорили: "Мій дім – моя фортеця!". І чим товщі стіни цієї фортеці, тим надійніше захищали вони від зовнішніх впливів. Так було і тисячоліття тому, коли люди жили ще в печерах.

Давно минули ті часи, коли існував шлях "із варягів у греки", караванні шляхи часів Афанасія Никітіна, піші походи Ломоносова до Москви. Цивілізація настільки заповнила навколишній простір, що вже складно порівняти її блага і шкоду. Якщо змодельовати і показати на екрані домашнє середовище проживання, то деяким захочеться, слухаючи поклик предків, повернутися назад у печери.

Адже навіть під час вимкненого освітлення електропроводка в стінах знаходиться під напругою і продовжує випромінювати всередину приміщення. А в якій же квартирі зараз немає холодильника, пральної машини, телевізора, праски, фена, електробритви. У багатьох є міксери, кавоварки, кондиціонери, музичні центри, комп'ютери, різні електронні пристрої для дітей і т. д. І все це щось випромінює, і випромінювання пронизують наші квартири, офіси та установи, взаємно перетинаючись, десь ущільнюючись, десь розріджуючись. І в цьому електронному смозі люди проводять значну частину часу.

Усі ці випромінювання пронизують людей, частково осідаючи в клітинах різних систем. Клітини передають одна одній інформацію, необхідну для функціонування всього організму. І отримавши цю інформацію у вигляді наказу, клітини змінюють один тип своєї діяльності на інший. А коли людина перебуває в якомусь просторі, заповненому різними електромагнітними полями (ЕМП), то клітини отримують одночасно масу суперечливих команд. І природно, що відбуваються збої в роботі клітини, органу, системи й організму в цілому.

Навіть у здоровому організмі в пасивному стані знаходиться велика кількість паразитів, бактерій і вірусів. Під час впливу на людину випромінювань із частотою 350 Гц активізуються мікроби, 450 Гц – віруси, 550 Гц – паразити.

Кожен орган людини має свою власну робочу частоту (печінка 300 – 400 Гц, нирки 600 – 700 Гц, серце 700 – 800 Гц і т. д.). У разі електромагнітних впливів може відбутися збій цієї частоти, що може призвести до захворювання клітин органу.

Енергоінформаційний обмін клітин відбувається в діапазоні частот 40 – 70 Гц. Цей обмін забезпечує стійкість дихання, кровообігу, обміну

речовин та інших функцій людського організму. Клітини, спілкуючись одна з одною на цих частотах, утворюють загальне торсійне поле, яке притягує їх одне до одної, орієнтує у просторі в певному положенні, тим самим створюючи кісткову систему, тканини, органи і т. д. Загальне торсійне поле людини прийнято називати ефірним. А воно є для людини, як форма для лиття, яка заповнюється клітинами організму, що зростає, поки повністю не заповниться. Порушення в енергоінформаційному обміні клітин призводять до порушень на фізичному рівні.

Багатьом людям важко повірити в те, що неможливо побачити, почути, понюхати, доторкнутися пальцями. Але ще свіжі в пам'яті ті факти, що після відкриття рентгенівських променів багато людей прагнули зробити "фотографію" власних кісток, не розуміючи, що отримують значну дозу опромінення. Багато хто пам'ятає кадри кінохроніки, як тисячі американців з'їжджалися, щоб своїми очима побачити перші ядерні вибухи.

Існує Міжнародна програма Всесвітньої організації охорони здоров'я "ЕМП і здоров'я людини", у вступній частині якої йдеться: "... медичні наслідки, такі, як захворювання на рак, зміни в поведінці, втрата пам'яті, хвороба Паркінсона, Альцгеймера, СНІД, синдром раптової смерті зовні здорової дитини і багато інших, включаючи підвищення рівня самогубств, є результатом впливу електромагнітних полів".

Ще в першій половині ХХ ст. ступінь впливу електромагнітного випромінювання був порівняно невеликий, особливо в СРСР, через слабку технічну оснащеність країни електромагнітними побутовими приладами. Тепер ситуація змінилася, і чим вище матеріальний достаток сім'ї, тим вища концентрація електромагнітних випромінювань у середовищі її проживання.

Найбільший внесок в електромагнітну обстановку квартири може робити електротехнічне обладнання будівлі, в тому числі трансформатори, встановлені в суміжних приміщеннях, кабельні лінії, що підводять електрику до всіх квартир та іншими споживачам. А джерела електромагнітного випромінювання (ЕМВ), що знаходяться поза квартирою, випромінюють у ці квартири цілодобово, незалежно від волі мешканців.

ЕМВ діють, насамперед, на нервову, імунну та статеву системи. Вони безпосередньо впливають на мозок, на мембрани нейронів, на пам'ять. Мікрохвильове випромінювання знижує функції спермогенезу, змі-

нює менструальний цикл, уповільнює розвиток ембріону, викликає вроджені каліцтва і зменшує лактацію у годуючих матерів.

Джерелами ЕМП також є електротранспорт, різне медичне обладнання, електростанції, ЛЕП, офісна електро- та електронна техніка, транспорт на електроприводі, радіопередавачі, ретранслятори і т. д.

У 60-х роках у СРСР були проведені дослідження з вивчення здоров'я людей, що мають контакт із ЕМП на виробництві. У багатьох із них були скарги на слабкість, дратівливість, швидку стомлюваність, ослаблення пам'яті, порушення сну. В даний час перелік скарг значно збільшився. Сюди додалися депресії, постійні головні болі, м'язова втома, гіпотонія, болі в області серця, зміна складу крові.

Дослідження, проведені в Швеції, показали, що збільшилася кількість уроджених каліцтв, якщо батько працював на підстанції, у чоловіків знизилася функція запліднення, зменшилася народжуваність хлопчиків. Дослідження американських лікарів виявили істотний зв'язок впливів ЕМП із розвитком раку, лейкозу, фізичних дефектів у дітей, особливо у населення, що проживає в межах 150 м від підстанції, трансформаторів, метро, електричних ліній залізниць, ЛЕП.

Забруднення навколишнього середовища ЕМВ на території України набуло загрозового характеру і практично виходить з-під контролю. Якщо раніше небезпечного впливу ЕМВ піддавалося обмежене коло людей, і це було пов'язано з їх професійною діяльністю, то в даний час можна вже говорити про вплив випромінювання на все населення.

Особливо небезпечні ЕМП для дітей, вагітних, людей з хворою нервовою, гормональною і серцево-судинною системами, алергіків, людей з ослабленим імунітетом.

А скільки радості приносить людям покупка чергової чудо-техніки для своєї родини. І нікому в голову не приходить задуматися про негативні впливи цієї техніки.

З домашніх побутових приладів найбільш шкідливо впливають на здоров'я людини печі НВЧ, випромінювання холодильника, пилососа, пральної машини, міксера, кавоварки, електроплити, праски та люмінесцентної лампи.

Екран телевізора випромінює в простір навколо себе негативну енергію, навіть у вимкненому стані. Різниця у випромінюванні працюючого і згаслого екрану досить незначна. Кольорові телевізори випромінюють більш шкідливі промені і на більшу відстань, ніж чорно-білі.

Серед домашніх "забруднювачів" одне з лідируючих місць займають теплі електричні підлоги, які дуже люблять настилати в дитячих. Випромінювання нагрівальних кабелів, прокладених під паркетом, хоч мінімальне, але постійне. З теплими підлогами за силою впливу можна порівняти електроковдри й електрогрілки.

Не менш небезпечними є надслабкі ЕМП, які створюють, здавалося б абсолютно нешкідливі побутові прилади (наприклад, електронні годинники). Оскільки ці випромінювання можуть бути на рівні біопотенціалів, то організм людини не бачить у них небезпеки і не захищається від них. Це призводить до поступового руйнування організму.

Бритва, яку чоловік щоранку підносять до свого обличчя, може викликати недоумкуватість. Звичайно, потужність у неї невелика, але зате відстань до організму мінімальна. Якщо є можливість голитися безпечною бритвою, відкладіть електричну бритву. А якщо ні, то хоча б намагається голитися швидко.

Не слід користуватися електрощипцями для завивки волосся. Це шкідливо не тільки для зачіски, але й для мозку. Під час використання фену для сушіння слід волосся тримати його подалі від голови, у ході цього і волосся не буде пересушувати.

Якщо людина користується будь-якими електроприладами, то не слід залишати їх увімкненими, треба виймати їх вилки з розеток. Цим значно зменшується ЕМП, особливо в нічний час. Адже ці поля шкідливо впливають на вироблення мелатоніну, який необхідний для відновлення організму і синтезується тільки під час сну.

Біологічний ефект ЕМП під час тривалого, багаторічного впливу накопичується. У результаті можливі дегенеративні процеси центральної нервової системи, рак крові (лейкоз), пухлини мозку, гормональні захворювання. Розвивається характерний синдром раннього старіння організму, ознаками якого є: погіршення пам'яті і зниження працездатності, порушення репродуктивної функції, розвиток вікової патології в ранні роки.

Постійне перебування у ворожому середовищі рано чи пізно призводить до накопичення функціональних змін в організмі людини, зниження імунітету. Низькочастотне випромінювання ЕМП впливає на червоні кров'яні тілця, отже, з'являється загроза виникнення пухлин, у тому числі і злоякісних. За останні роки стрімко зростає кількість людей з онко-

логічними захворюваннями, в тому числі молодих жінок із раком молочної залози.

Ще більше зазіхають на своє здоров'я ті, хто цілими днями сидить перед комп'ютерами. Оператор у цей час піддається одночасному опроміненню ЕМП, НВЧ і магнітними полями, створюваними імпульсними випрямлячами.

Дослідження функціонального стану користувача комп'ютера, проведені в 1996 р. Центром електромагнітної безпеки, показали, що під час короткочасної роботи (десятки хвилин) в організмі користувача під впливом випромінювання монітора відбуваються значні придушення гормонального стану та зміни біострумів мозку. Склад крові стає схожим зі складом крові онкологічних хворих. Особливо яскраво і стійко ці ефекти проявляються у жінок швидким ураженням щитовидної залози і негативною емоційною реакцією в сексуальній сфері. Обстеження жінок, що користуються комп'ютерними терміналами, проведені в США і в Швеції, показало, що ризик викидня у вагітних жінок збільшується в 1,5 рази, а число дітей, що народилися з уродженими вадами, в 2,5 рази більше, ніж у жінок інших професій.

Дослідження, проведені в Інституті загальної генетики імені Вавилова Н. І. (1999 р.) виявили, що ЕМП, створювані комп'ютером, призводять до незворотних змін у діяльності клітин. У ході досліджень було встановлено факт виникнення мутації у рослин, порівнянних із мутаціями у рослин в зоні Чорнобильської АЕС.

Учені Колумбійського університету довели, що ЕМП комп'ютера катастрофічно знижує рівень вироблення серотоніну, який відповідає і за самоконтроль людини. Це пояснює, чому люди з професіями програмістів так часто фігурують в списку самогубців.

До 60 % користувачів комп'ютера страждають на захворювання серцево-судинної системи, у 40 % – хвороби шлунково-кишкового тракту, 10 % страждають на різного роду шкірні захворювання.

У даний час наука піднесла людству "ворога-невидимку" у вигляді стільникового телефону, який навіть лежачи замість будильника біля подушки, пригнічує сон і порушує нічний відпочинок. Як кажуть японці: "Тримай мобільний телефон біля того органу, який тобі не потрібен". За образним порівнянням деяких учених, мобільний телефон просто "підсмажує" мозок. Патологоанатоми підтверджують, що розтин головного

мозку людей, які тривалий час користувалися мобільним телефоном, в окремих випадках показує спечену ділянку мозку біля відповідного вуха.

Шведські вчені виявили вплив мобільних телефонів на еритроцити (червоні кров'яні тілця). Збільшена взаємодія між еритроцитами у ході цього призводить до збільшення в'язкості крові, що негативно відображається на серцево-судинній системі.

Британські медики стверджують, що у чоловіків, які майже весь день носять на поясі або в кишені включений телефон, скорочується кількість сперматозоїдів і їх здатність до переміщення.

Фахівці з Японії стверджують, що мобільні телефони провокують такі захворювання, як екзема, сінна лихоманка й астма.

Коли в Англії почали випускати мобільні телефони для дітей, то першими забили тривогу лікарі, оскільки кількість дітей з пухлинами мозку зросла на 45 %.

У Гарвардському університеті студентам під час занять дозволяється дуже багато, однак категорична заборона існує тільки на ввічливий мобільний телефон – за це студент негайно відраховується.

У багатьох школах Швейцарії та інших країн спеціальними датчиками проводиться контроль дітей на відсутність мобільного телефону. У деяких країнах законодавчо заборонено особам, які не досягли 21 року, користуватися мобільними телефонами без захисних засобів. Там тельно дбають про генофонд своєї нації. Слід розглянути ситуацію в Україні. У багатьох школярів, а навіть і дошкільнят, є свої особисті мобільні телефони. Це результат турботи їх батьків про можливості контакту в будь-який час або про власний престиж. І не розуміють ці "турботливі" батьки, яку бомбу уповільненої дії вони придбали своїй дитині. Поки дитина досягне повноліття, то здоров'я її буде істотно зруйноване і навряд з'явиться необхідність створити сім'ю.

І вже якщо батьки, виходячи з якихось позитивних намірів, вирішили "ощасливити" свою дитину мобільним телефоном, то перед цим їм необхідно придбати захисний пристрій для нього. І для себе, до речі, теж. А таких приладів існує безліч. Зрозуміло частина з них – просто підробки, деякі з них малоефективні. Але ж існують і високоефективні захисні пристрої, розроблені ще військово-промисловим комплексом для армії і космічних програм.

5.5. Дослідження валеологічних основ як важливих факторів підвищення рівня здоров'я працівників на підприємствах

5.5.1. Актуальність валеологічних біоенерго-інформаційних технологій

Успіх розвитку України багато в чому залежить від рівня духовного розвитку населення. У ході цього особлива роль відводиться ставленню членів суспільства, представників влади до працівників, насамперед, найстаршої його частини – працюючих пенсіонерів.

У кожному районі м. Харкова функціонують територіальні центри соціально-побутового обслуговування пенсіонерів (ТЦСПОП). Ефективність їх роботи багато в чому залежить від якості послуг, що надаються пенсіонерам центрами, у тому числі і послуг з оздоровлення.

У даному підрозділі наведено аналіз досвіду роботи Кобзіна В. Г. з використання валеологічних (біоенерго-інформаційних) способів оздоровлення пенсіонерів у ТЦСПОП м. Харкова в рамках заходів програми "Підвищення рівня здоров'я та сприяння безпеки життєдіяльності всіх верств населення міста".

Традиційна медицина упорядковує роботу органів, застосовуючи медикаменти, фізіотерапевтичні дії, всілякі опромінення, операційні втручання і т. д. Але найчастіше причини, що викликають порушення функціонування різних систем людини, залишаються поза її полем зору. Людський організм – це складна система взаємопов'язаних органів, і причина, що викликає порушення будь-яких його функцій, може бути неоднозначною і неочевидною.

Причина захворювання може знаходитись далеко за межами можливостей лабораторних аналізів або приладових обстежень. Ніяка комп'ютерна діагностика не в змозі виявити енергоінформаційні порушення в організмі людини. Як показують результати опублікованих досліджень, 70 % дітей з ДЦП народжуються у батьків, які вирішують до третього-четвертого місяця вагітності, бути дитині чи не бути. Діти з яскраво вираженим косоокістю і короткозорістю народжуються у пари, де один із батьків хоче дівчинку, а інший – хлопчика. І часто досвідчені лікарі, провівши курс лікування на основі свого досвіду і наявних знань і не добив-

шись позитивного результату, розводять руками і радять звернутися до методів нетрадиційної медицини.

Це відбувається тому, що сучасна медицина вперто не визнає, що причини захворювань лежать у тонких тілах людини, і лікує тільки фізичне тіло. Як уважають багато фахівців наукових центрів, що займаються вивченням енергетики людини, якби академіки і професори медицини могли б побачити "тонкі тіла" людини та їх функціонування, вони б негайно переглянули свої колишні догмати.

Функціонування всіх органів і систем організму не тільки взаємопов'язано, але й управляється енергоінформаційною службою організму – біополем. Життя на Землі було б неможливим, якби живі істоти не вловлювали інформацію, що надходить із навколишнього середовища, і не вміли б її переробляти і посилати іншим живим істотам.

У ході біоенергетичної корекції організму людини необхідно розглядати людський організм як єдину складну систему, в якій взаємопов'язані всі функції. Доступним методом біолокації (рамка, маятник) є всі енергетичні відхилення організму від норми, і слід визначити, чи немає в цьому біополі чужих енергетичних "прибульців", що принесли негативну інформацію, треба перевірити, чи не порушена полярність біополя. Після закінчення діагностики слід провести біоенергетичну корекцію біополя.

Теоретично все дуже просто, а практично – варто розглянути докладно технологію та техніку корекції здоров'я людини на прикладі корекції нормального функціонування хребта та суглобів людини під час їх захворюванні.

5.5.2. Результати досліджень валеологічних основ корекції здоров'я працівників підприємства

У даний час велика кількість людей в країні страждає від захворювань хребта та суглобів. Більше 70 % захворювань внутрішніх органів визначаються станом хребта. Особливу зону ризику становлять школярі та студенти. Тому розробка ефективних способів корекції стану хребта та суглобів на основі сучасних валеологічних технологій без застосування медикаментів і хірургічного втручання є актуальним завданням.

Запропоновано ефективний біоенерго-інформаційний спосіб усунення дискомфорту в хребті та суглобах людини. В основі цього способу

лежать теоретичні та практичні розробки відомих валеологів Росії Е. Гуляєва і Синельникова В. В. з доповненням Кобзіна В. Г.

Будь-яка клітина людського організму – це "мисляча" істота, звичайно, на своєму клітинному рівні. У ході патології будь-якого органу він пронизаний енергією з інформацією про цей стан. Тобто клітини органу вже підпорядковуються інформації "як неправильно працювати". Якщо її видалити з хворого органу і наповнити його енергією з інформацією "як правильно працювати", то відбувається повернення клітин до нормального режиму життєдіяльності. Звичайно, це не миттєвий процес, але, якщо не відбулося відмирання клітин, то вони змушені "перепідпорядковуватися".

Перевага енергоінформаційного впливу на хворий орган порівняно зі звичайним медикаментозним лікуванням полягає в тому, що в цьому випадку йде боротьба не із наслідком, а з причиною.

Суть способу полягає в такому.

Під час практичною реалізації енергоінформаційного відновлення організму обов'язково необхідно враховувати таке. Щоб займатися біоенерготерапією, необхідно мати власний рівень енергетики, який багаторазово перевищує звичайний. Інакше дуже швидко можна інформаційно отримати хвороби пацієнтів. І якщо з рук не йдуть потужні потоки енергії, то єдиним результатом буде дискредитація цього напряму нетрадиційної медицини.

Як відомо, енергія кожної чакри людини відрізняється одна від одної за частотою і, відповідно, за кольором. Теплі види енергії (червоний, помаранчевий) активізують процеси в організмі на клітинному рівні, холодні (фіолетовий, синій, блакитний) мають седативну дію. Тому потрібно навчитися випромінювати з долонь і пальців енергію, необхідного для роботи кольору.

Уявіть собі, що в організмі людини з'явилося якесь новоутворення або пухлина, про які людина і не підозрює. Впливаючи на цю пухлину теплими видами енергії, ви можете різко активізувати її зростання, тоді як холодними видами можна придушити негативні процеси і в той же час "випалювати" холодом цю пухлину. А оскільки головний принцип будь-якого виду лікування "Не нашкодь!", то краще проводити енергетичний вплив, наприклад, тільки фіолетовим кольором.

Перед початком корекції організму слід провести необхідний набір енергії і підготувати руки до роботи. Зрозуміло, існує безліч підходів, те-

хнік і практик, як у діагностиці, так і в терапії пацієнта. Варто скористатися методом набору енергії Д. Верещагіна.

Першооснова здоров'я – це здорова енергетика. Енергетичні канали, з якими має справу східна медицина, вторинні щодо основного енергетичного потоку, який пронизує людське тіло і пов'язує його з загальним енергоінформаційним полем. Можна порівняти цей основний енергетичний потік зі стовбуром дерева, від якого відходять гілки – енергетичні канали. Цей потік складається з двох потоків, які протікають у протилежних напрямках – один угору, а інший – униз. Один потік йде з Землі, а другий – з Космосу. Саме ці два потоки і формують всю енергетику людини. Потік, що йде знизу вгору, знаходиться приблизно на два пальці попереду хребта у чоловіків і на чотири пальці у жінок. Потік же, що йде з Космосу зверху вниз, розташований майже впритул до хребта.

Потік, що йде знизу, – це потік енергії Землі, який Земля посилає Космосу. Він постачає енергію, в основному, для здійснення грубих, силових взаємодій людини з навколишнім світом. Він проходить у центрі енергетичної істоти і йде в Космос. Потік зверху постачає енергію з Космосу, що забезпечує підтримку "божого іскри" – свідомості. За допомогою потоку зверху вниз людина здатна отримувати інформацію від енергоінформаційного поля Всесвіту. Цей потік проходить, не змішуючись з потоком Землі, і йде в Землю.

Енергетичні центри – чакри – перетворюють енергію двох потоків у дещо іншу форму, прийнятну для людської істоти. Справжні причини хвороб – не віруси і мікроби (з ними впевнено впорається імунна система людини, якщо вона нічим не ослаблена), не погана екологія і не життєві негаразди. Справжні причини – в порушенні енергетичних потоків в енергоінформаційному тілі людини.

Спробуйте відчувати рух цих потоків. Сядьте або станьте прямо, відкиньте всі сторонні думки, розслабтеся і сконцентруйте свою увагу на відчуттях у власному тілі. Подумки спробуйте відчувати рух енергії знизу вгору, особливо на вдиху. З часом ви досягнете чіткого відчуття руху потоку. Те ж саме виконайте з потоком, що йде зверху вниз, особливо на видиху. Коли ви почнете відчувати рух цих потоків, ускладніть вправу: на вдиху подумки контролюйте потік, що йде знизу вгору, а на видиху – зверху вниз. Вільна циркуляція цих потоків забезпечить хороше здоров'я і душевну рівновагу. У ці потоки, як струмочки в ріку, стікають дрібні пото-

ки енергії з різних органів і частин тіла, несучи під час цього з них негативну інформацію. Ці ж потоки насичують увесь організм чистою енергією.

Виконуючи цю вправу протягом 3 – 5 хвилин, уже запускається режим відновлення організму. Під час видиху необхідно уявляти потік сонячної енергії, який забирає з дискомфортних зон організму негативну енергію у вигляді чорної рідини або сигаретного диму в умовно створюване астральне багаття.

Для набору енергії можна використовувати вправу **"циліндр із поршнем"**.

Уявіть себе циліндром, за яким ходить поршень. Спочатку поршень знаходиться в самому низу циліндра, і ви починаєте його повільно піднімати, втягуючи енергію планети в свій організм. Циліндр прозорий, і ви бачите, як по ньому піднімається субстанція темно-шоколадного кольору. І ось ви доверху заповнюєтесь нею. Тепер поршень починає рухатися вниз, циліндр починає заповнюватися сліпучо світлою енергією Космосу. Поршень йде вниз, і вся порожнина вашого тіла-циліндра заповнюється цієї сліпучою сяючою субстанцією. Знову рух поршня вгору – циліндр заповнюється енергією Землі. Зовсім трошки не дотягує поршень до самого верху, щоб верхівка голови зберегла світлу енергію Космосу.

Подібні вправи корисно виконувати по кілька разів на день і на роботі і вдома, під час прогулянок і пробіжок, під час прийому душу, в басейні і т. д.

А тепер слід розглянути запропонований спосіб у вигляді практичного тренінгу. Його можна використати на заняттях зі студентами.

1. Розпитайте пацієнта про причину, що призвела його до вас. Це можуть бути болі в хребті та суглобах, депресія, загальна слабкість, конфліктні стосунки в родині або з якимись людьми, постійні невдачі, погане самопочуття в конкретному приміщенні та ін. Залежно від отриманої відповіді необхідно підвищену увагу приділяти якимось конкретним аспектам. Обов'язково врахуйте результати обстеження пацієнта у лікаря.

Для визначення причини болю в спині та суглобах слід скористатися методом Синельникова В. В. Спина – це символ опори в житті. Хребет символізує гнучку опору в житті. Проблеми зі спиною і хребтом відображають відсутність опори і підтримки в житті. Ви сприймаєте життя як непосильну ношу, як постійне перенесення життєвих тягот. Дуже часто страх за гроші, за своє матеріальне благополуччя призводить до проблем із нижньою частиною спини.

До остеохондрозу хребта призводять часто проголошені фрази: "Я звалив все це на свої плечі", "Я беру на себе в житті занадто багато", "Це для мене непосильна ноша", "Це мій "хрест"".

Щоб спина завжди була в порядку, необхідно з радістю переносити всі перипетії в житті. Адже тільки наше ставлення до життя перетворює його на тягар. І тому перш ніж брати на себе, на свої плечі чужі проблеми, розберіться спочатку зі своїм життям. Внесіть у свій світогляд нововведення: навчіться бачити, як життя піклується про вас і підтримує вас. У міру взяття відповідальності за свій світ, життя стає значно кращим і цікавішим. І з плечей впаде важкий тягар провини, образ, критики та засудження.

Дуже важливо нагадати пацієнту про цілющі властивості таких життєвих понять, як вдячність, прощення, віра, надія і любов, їх використання в усуненні першопричини дискомфорту, захворювання.

Якщо вам стали зрозумілі причини виникнення захворювання, приступайте до відновлення організму. А якщо у вас залишилися сумніви, проконсультуйтеся з фахівцем. Головна ваша заповідь, як і лікаря – не нашкодь!

2. Посадіть пацієнта на стілець посередині кабінету, забезпечуючи тим самим можливість свого переміщення навколо нього (за необхідності поставити його перед собою). Ставимо окремо захист на пацієнта і на себе, зменшуючи тим самим можливість інформаційного перенесення хвороби. Ваша думка є носієм інформації і здатна створювати різні варіанти енергетичного захисту. Але це відбувається тільки за умови чіткого уявлення того, що ви хочете створити. Як приклад далі наведено деякі способи захисту.

Вогнище. Під час спілкування з кимось ви відчули дискомфорт. Подумки помістіть себе в вогонь. Якщо це викликає складність, то уявіть на галявині велике "піонерське" вогнище і подумки ступніть у його середину. У разі чіткого уявлення цього навколо вас виникне потужна енергетична безпека. Для надійності свого "візаві" помістіть в інше вогнище.

Пляшка. Якщо у вас неминуча зустріч з людиною, яка, м'яко кажучи, вам не симпатизує, то до неї ви можете підготуватися заздалегідь (або швидко побудувати захист у разі несподіваної зустрічі). Уявіть себе всередині великої пляшки (достатньо маленьким, щоб помістити себе в звичайну пляшку). Зовнішню сторону пляшки уявіть дзеркальною. На цьому дзеркалі подумки напишіть термін дії цього захисту. Наприклад,

"12.00 – 17.00". Свого опонента помістіть в іншу пляшку, але із дзеркальною поверхнею усередині. Подумки напишіть і на його пляшці термін дії. Причому, "термін життя" його пляшки може відрізнятись від вашої.

Дзеркальна стіна. Якщо ви спілкуєтеся одночасно з групою негативно налаштованих щодо вас людей і хочете виключити вплив їх емоцій на вас, подумки побудуйте дзеркальну стінку між собою і аудиторією. Причому, дзеркальна поверхня повинна бути спрямована в бік аудиторії. Час від часу в процесі спілкування оновлюйте її. Всі енергетичні викиди, спрямовані у ваш бік, будуть відображені цією стіною.

3. Створимо уявний образ – фантом пацієнта і фантоми його органів, у тому числі і фантом хребта.

Це полягає в такому. Підсвідомість людини є фрагментом загальної свідомості, або інформаційного поля Всесвіту. Кожну людину можна розглядати як джерело строго індивідуального торсійного поля. Він своїм торсійним полем здійснює вплив на фізичний вакуум в якомусь обсязі навколо себе. Торсійне поле людини, що несе всю інформацію про неї та її здоров'я за певних умов залишає копію – фантом у фізичному вакуумі і його відбитки на одязі і предметах. У навколишньому просторі є величезна кількість фантомів людей (як радіохвилі), що живуть у даний час і вже померлих. Ці фантоми своєрідні інформаційні утворення. Через голографічну структуру Всесвіту повна інформація про кожного фантома присутня в будь-якій його точці.

Один фантом відрізняється від іншого параметрами торсійного поля (частотою, амплітудою, інформацією тощо). І якщо, наприклад, людина налаштує свій мозок на прийом саме цього торсійного поля, то поле, впливаючи на "спіни" елементів мозку, змусить їх організувати свою копію, що буде сприйматися людиною як образ.

Будь-яка людина, думаючи про когось і уявляючи подумки образ, створює фантом цієї людини, навіть не підозрюючи про це. Тобто, створити (або викликати) фантом будь-кого не становить особливої складності, особливо після певного тренування.

Для тренування дуже корисно використовувати овальне дзеркало, де можна спостерігати себе в повний зріст. У ході всього сеансу тренування, а також корекції або самокорекції організму бажано перебувати перед дзеркалом. У ході цього ефективність корекції буде максимальною. Так легше відтворити свій фантом, який постійно намагається вислизнути з нашої пам'яті.

І ось фантом перед вами. Що ж з ним робити далі? А все те саме і так само, як якщо б ви проводили сеанс із реальною людиною.

Перш за все визначити, де повинен знаходитися фантом, щоб вам було зручно працювати з ним. Ви можете подумки поставити його перед собою, посадити на стілець, покласти на кушетку. Причому стілець або кушетка можуть бути як реальними, так і уявними. Для зручності роботи можете поставити його на уявну тумбочку або стіл. Коли вам знадобиться перебувати зі спини фантома, то необов'язково обходити його – подумки або за допомогою рук розверніть його. Ви можете подумки примусити його зависнути перед вами в будь-якій зручній для вас позі, припустимо, з витягнутою вперед правою ногою. Для зручності роботи ви можете змінювати його розмір або працювати з окремо взятою частиною тіла або органом.

Виробляючи діагностику за фантомом, ви можете дивитися на плакат із зображеннями хребта і уявляти, що це ваш хребет, або ж подумки уявляти собі свій хребет і послідовно оглядати його. Якщо під час діагностиці фантому ви раптом виявляєте, що від хребта збільшився потік тепла, холоду або ви відчуваєте почуття поколювання, протікання потоку енергії по хребту, то це означає, що відбувається вплив на нього. Щоб переконатися в цьому, можете "по відліку" перевірити свій пульс. Він буде вище, ніж на початку діагностування.

Енергія – первинна, а матерія – вторинна. Матерія – це ущільнена енергія. Якщо відновлювати тільки фізичне тіло (матерію), то ефекту може і не бути.

У людини, як у будь-якого живого об'єкта, існує енергетична матриця, параметри якої закладені в молекулі ДНК. Це енергетичний каркас, який визначає зростання, комплекцію, розміри і взаємне розташування всіх органів і систем організму. Будь-яке відхилення від цієї матриці – це початок хвороби. Усунення цих відхилень веде до нормального функціонування органів і систем людини. Це і є завданням біоенерготерапії.

Роботу з фантомом починаємо, звичайно ж, з діагностики. У першу чергу, виявляємо, чи немає на ньому слідів негативних впливів інших людей. Задаємо питання: "Чи є на людині чужа енергія з негативною інформацією?". Якщо за допомогою доступного методу біолокації (наприклад, біоенерго-інформаційної рамки), ви переконалися в її наявності, усуньте її. Цього можна домогтися як локальним видаленням виявленої чужої енергії, обпалюванням фантому полум'ям, так і іншими енергетичними методами.

Методик усунення негативних енергетичних дій самостійно існує безліч. Наведено лише деякі з них.

Перший спосіб. Потрібно подумки створити навколо себе кругові потоки власної "кодованої" енергії. Починають створення енергетичної оболонки від стоп ніг і постійно піднімають її нагору по спіралі, звужуючи витки над головою до повного закриття кокона. Рух потоку енергії під час "замикання" потрібно спрямовувати проти годинникової стрілки, якщо вважати, що людина знаходиться на уявному циферблаті. Перші витки "накладаються" прямо на поверхню тіла, ви як би замотує себе еластичним бинтом. Поступово слід нарощувати товщину суцільного шару біоенергії. Ноги повинні бути при цьому щільно притиснуті один до одної, а руки до тіла.

Необхідно подумки уявити, як чужі біоенерго-інформаційні потоки з негативними програмами поступово відтісняються щільною захисною оболонкою все далі і далі від вашого тіла. Товщину шару рухомої навколо тіла енергії збільшують до 10 – 20 метрів. На таку ж відстань відсувають і все вкраплення чужої негативної біоенергії, потім подумки розсовують у "кокони" коридор, допомагаючи собі пасами рук, і через створену вільну смугу ви просто йдете. Такий спосіб краще застосовувати, перебуваючи поза приміщеннями.

Другий спосіб. Скласти долоні "будиночком" (під кутом 45°) над своєю головою. Потім по контуру біополя вести зверху вниз до самої підлоги. Цей рух повторювати кожного разу з поворотом рук навколо осі тіла на ширину долоні (в найбільш широкій частині біополя), поки не буде охоплений весь його контур. Обидві долоні зберігають у ході цього початковий нахил. Необхідно максимально сконцентрувати увагу на долонях і на уявному наказі: "Очистити моє поле".

4. Переконайтеся, що не порушена полярність фантому, (зверху енергетика має знак "+", а знизу "-"). Якщо все-таки в результаті негативних емоцій іншої людини відбулася зміна знаку, то розверніть фантом на 180 градусів за годинниковою стрілкою, подумки або за допомогою рук. Подумки намалюйте на своєму лобі знак "+", а на рівні ступень ніг – знак "-". Виконайте це кілька разів протягом хвилини. Після цього методом біолокації перевірте полярність.

Перевірте фантом на наявність енергетичних дірок, які з'являються в результаті спрямованих енергетичних вібрацій негативно налаштованих людей. Якщо ви їх виявили, то негайно усуньте їх доступними вам методами.

Щоб усунути енергетичні діри, потрібно заповнити їх енергією, що подається зі своїх рук. Ставимо відкриті долоні паралельно особі свого фантому і чітко уявляємо, що з їх середини йдуть потоки енергії. Виробляємо перехресні рухи долонями проти особи приблизно 30 разів. Зміщуємо долоні вниз і повторюємо ті ж перехресні рухи долонями. Продовжуємо такі рухи, кожен раз зміщуючи долоні вниз по всьому тілу.

Виробляємо ті ж самі рухи з боку спини. Після цього рамкою перевіряємо відсутність дірок у біополі.

Для відкривання енергетичних меридіанних каналів та їх чистки відкрити долоню правої руки, спрямовану тильною стороною вгору, ставимо перпендикулярно правій скроні свого фантому і проводимо нею в такому положенні по діагоналі в бік підборіддя. У ході цього необхідно чітко уявляти, як струмені енергії, що йдуть з пальців, випалюють згустки негативної енергії під час свого переміщення. Точно такі ж рухи виробляємо кожен раз, переміщаючи праву руку все нижче і нижче вздовж усього тіла. Потім ставимо відкрити ліву долоню тильним боком вниз навпроти правої ноги і виробляємо нею рух по діагоналі вгору. Повторюємо те ж саме, поступово піднімаючи долоню все вище і вище.

Для відновлення нормального енергообміну з навколишнім середовищем приступаємо до відкривання чакр, починаючи з нижньої. Для цього складені разом долоні ставимо перпендикулярно тілу свого фантома проти місця розташування чакр. Розсовуємо різко пальці рук, ніби відкриваючи стулки раковини, і подумки уявляємо в цей момент відкривання чакри у вигляді енергетичної воронки.

Вирівнюємо біополе, виробляючи відкритими долонями рух вгору з боків, починаючи від його долонь, і до маківки голови. Потім виробляємо перехресні рухи долонями, починаючи від особи, і до низу. Повторюємо цей рух 10 разів. Те ж саме робимо і з боку спини.

Якщо вам необхідно з'ясувати дату появи енергетичної діри, переполюсування та інших людських впливів, то ви зможете переглянути стан фантому за будь-яких прожитий день. Для цього подумки чи вголос дайте команду фантому, наприклад: "Енергетика першого лютого 2000 року". Після цього можете обстежити стан фантому саме в цей день, а від цього дня переглядати стан фантому в минулому або майбутньому, підходячи до дати появи цього негативного впливу. Адже інформація про те, що відбувалося, відбувається і буде відбуватися, вічна, і завдання полягає в умінні вважати її з енергетичного поля Всесвіту.

5. Після усунення негативних людських впливів (тільки не беріться усувати і виганяти різні сутності – залиште цю роботу професіоналам, хоча б у цілях власної безпеки) продіагностуйте стан всіх елементів хребта.

Діагностику проводьте послідовно, згори вниз, особливу увагу звертаючи на ті частини хребта, які турбують пацієнта. Якщо вас це цікавить, то ви можете виявити час виникнення хвороби, переглянувши енергетику за час, що передує хворобі. Позначте для себе ті ділянки, звідки надходить негативна енергія. Задаючи коректно поставлені питання під час використання методу біолокації за допомогою біоенерго-інформаційної рамки, ви будете отримувати на них відповіді, за якими можете визначити причину і термін появи цього "вогнища" в хребті.

6. На першому етапі безпосереднього відновлення хребта необхідно підвищити енергетичний потенціал пацієнта. Для цього скористаємося методами набору енергії, які були описані.

7. Після набору енергії використовуємо спосіб відновлення організму під назвою "ангел".

Пацієнту пропонується зіграти роль ангела в невеликій виставі. Йому пропонується уявити сценку, в якій він одягає собі на спину у вигляді рюкзака великі білі, сріблясті, біло-блакитні крила. Підсвідомість сама вибере необхідний колір. Після цього в положенні стоячи або сидячи він концентрує свою увагу на хребцях хребта, ніби переглядаючи їх послідовно зверху до низу. Особливу увагу приділяємо кольору крил, а також дискомфортним зонам хребта. Спина – пряма. На одній лінії знаходяться спина, шия і голова. Плечі опущені спокійно, рот відкритий посмішка – на обличчі. Долоні рук спрямовані внутрішньою стороною вгору. Ці умови – принципові. Очі закриті. Надалі можна працювати із відкритими очима. Подумки звертаємося до ангела-охоронця організму, ангелів-охоронців усіх клітин, усіх молекул і атомів із вдячністю за допомогу в усуненні дискомфорту. Назва дискомфорту обговорюється докладно. У ході цього ангелів можна уявити у вигляді рою бджіл, які обліпили дискомфортний орган і літають навколо. Слово "дякую" – принципово важливо (на відміну від слова "прошу"). Бджіл бажано представити різнобарвними (всі кольори веселки) зі знаками "-" і "+".

У цьому режимі бажано знаходитися 5 – 7 хвилин. Цю вправу можна робити в будь-який вільний час у разі різних захворювань організму. Найсильніший терапевтичний ефект цього способу полягає в тому, що ми граємо роль ангела, а ангели ніколи не хворіють.

8. Після цього ви можете поставити свої долоні перпендикулярно хребетного стовпа фантому пацієнта в місці, де він відчуває больові відчуття, і розсовувати їх до кінців хребетного стовпа. При цьому необхідно чітко уявляти, як розсуваються хребці, а енергетичний "бруд" виводиться з хребетного стовпа. Можете подумки створити, на видихах, між долонями енергетичну кульку, ввести її зверху в хребетний стовп і невеликими ривками опускати до куприка. Ділянку, пройдена кулькою, потрібно уявити абсолютно білою.

Можна, наприклад, уявити хребетний стовп пацієнта у вигляді якоїсь труби, якою на вдиху проходить потік енергії з Землі в Космос, а на видиху з Космосу на Землю. Чітко уявляйте, що у ході цього з хребта виносяться згустки негативної енергії, йде розчинення сольових відкладень на хребцях, а хребці стають білими, чистими і рухливими.

Можна використовувати й іншу методику. Уявіть, що ви вставляєте червоний розпечений штир зверху вниз, починаючи з першого грудного хребця і до куприка. Цей штир гнучкий, і під час будь-яких ваших нахилів він повторює форму хребетного стовпа. Він ставить хребці на місце і розчиняє відкладення солей на них.

Повторюємо цю процедуру 5 – 7 хвилин. Доцільно спрямовувати рухи енергетичних потоків рухами розкритих долонь рук. Ліва рука рухається уздовж фізичного тіла (хребта) на невеликій відстані від нього, а права рука – вздовж фантому хребта.

Ефективність наведених методик підвищується у разі уявлення цих процедур самим пацієнтом під час сеансу, а також під час суміщення енергетичного та легкого фізичного впливу на хребет. Легкі рухи пацієнта в зоні дискомфорту хребта дозволяють відчути момент усунення больових відчуттів.

9. Після закінчення роботи з пацієнтом необхідно провести вирівнювання його біополя.

10. Завершуємо сеанс режимом "ангел". Після сеансу дякуємо підсвідомості і ангелу-охоронцю.

Робота з корекцією суглобів рук та ніг відбувається аналогічно.

Досвід роботи вчених показує, що позитивні результати проявляються вже після першого сеансу. Тривалість сеансу – до 50 хвилин. Кількість сеансів – до 10. Сеанси бажано робити щодня.

Запропоновані способи передбачає як самостійну корекцію функціонування хребта, так і під керівництвом досвідченого фахівця. І на закін-

чення слід зазначити, що будь-які негативні бажання або думки обов'язково залишають свій інформаційний слід на одному з тонких тіл людини, які оточують її як "матрьошки", вставлені одна в одну. Ті ж багаторазові негативні емоції посилюють їх, накладаючись одна на одну. Ці інформаційні відбитки спотворюють тонкі тіла, що, в свою чергу, впливає на фізичне тіло людини.

Так можуть з'явитися виразки, спайки, деформації тканин, новоутворення і т. д. Лікарі або цілителі можутьвилікувати органи на фізичному рівні, але через якийсь час інформаційні сліди на тонких тілах, які як і раніше залишилися, викличуть ті ж процеси, що й колись. Для усунення цих інформаційних слідів потрібно змінити своє ставлення до світу, тобто стати чистішим, добрішим, зрозуміти і пробачити тих, хто, на вашу думку, заслуговує тільки негативного ставлення до себе. Відомі випадки повного зцілення від раку, будь-якій стадії лейкозу та інших так званих "невиліковних захворювань" після повного духовного очищення людини. Отже, здоров'я людини величезною мірою залежить тільки від неї самої, а лікарі або цілителі тільки сприяють лікуванню. Хочеш бути здоровим – будь ним.

5.6. Аналіз функціональних станів операторів персонального комп'ютера

5.6.1. Класифікація функціональних станів операторів персонального комп'ютера

Класифікація функціональних станів за рівнем адаптованості організму до умов зовнішнього середовища (табл. 5.1).

Таблиця 5.1

Основні класифікації функціональних станів операторів

Критерії	Класифікація стану
Рівень адаптованості організму до умов зовнішнього середовища	Задовільна адаптація
	Функціональна напруга
	Дизадаптація
	Дезадаптація

Класифікація функціональних станів за критеріями надійності й ціни діяльності. У практиці медико-психологічного забезпечення операторської діяльності використовується поділ усіх функціональних станів (ФС) на припустимі й неприпустимі за критеріями надійності й ціни діяльності.

Класифікація функціональних станів за критерієм адекватності формованого стану людини вимогам виконуваної діяльності. В основу цієї класифікації ФС покладений критерій адекватності формованого стану людини вимогам виконуваної діяльності.

Для опису цих станів у медицині й ергономіці використовується поняття "фізіологічний еквівалент діяльності", під яким розуміється стан динамічної активності функціональних систем організму, що забезпечують виконання конкретної професійної діяльності. Фізіологічний еквівалент формується в процесі освоєння професійної діяльності й окремих її елементів; процес його формування є адаптацією оператора до конкретного виду діяльності. Фізіологічний еквівалент діяльності має три градації: підвищений, належний і знижений.

Стани адекватної мобілізації – це такі ФС, за яких зміни характеристик стану не виходять за межі фізіологічної норми. Поняття норми – поняття імовірнісне й варіює в великих межах (стосовно до медичних норм діапазон варіації становить 50 – 95 %). З обліком цього можна зазначити, що стан адекватної мобілізації – це такий ФС, за якого зміни в організмі адекватні тим вимогам, які висуває до них професійна діяльність.

Якщо значення характеристики стану перебуває поза діапазоном норми, то йдеться про динамічну неузгодженість.

Стани динамічної неузгодженості – це ФС, що виникають тоді, коли порушена адекватність компенсаторних механізмів організму оператора й професійна діяльність здійснюється ним за умови дуже малого або надмірного навантаження функціональних систем.

Класифікація функціональних станів за ступенем напруги регуляторних механізмів гомеостазу

З урахуванням ступеня напруги регуляторних механізмів гомеостазу виокремлюють нормальні, патологічні й приграничні ФС.

Якщо працездатність оператора знижується в невеликих межах, а ціна його професійної діяльності адекватна параметрам гомеостазу, то такий ФС вважається припустимим. ФС, за якого надійність професійної діяльності оператора виявляється неприпустимо низкою або його психофізіологічна ціна неадекватна параметрам гомеостазу, є неприпустимим.

Класифікація функціональних станів за можливістю їхнього зіставлення

За можливістю зіставлення ФС розподіляють на екстенсивні й інтенсивні. Як критерії використовуються показники працездатності і зміни її динаміки в процесі діяльності.

У ході цього під працездатністю людини розуміється властивість, обумовлена станом фізіологічних і психічних функцій, що характеризують її здатність виконувати певну діяльність із необхідною якістю й протягом необхідного інтервалу часу.

Розрізняють такі види працездатності, як: *потенційна працездатність*, що характеризує можливості фахівця здійснювати діяльність із заданим рівнем надійності:

- *оптимальна працездатність* — це працездатність, що забезпечує найвищу ефективність діяльності людини;
- *екстремальна працездатність* — це максимальна працездатність під час мобілізації фізіологічних резервів організму людини;
- *специфічна працездатність* — це працездатність окремих комплексів функцій (розумових, фізичних і т. п.);
- *професійна працездатність* — під час виконання певного професійного завдання.

У ході діагностики ФС оператора важливе значення має облік біологічних ритмів, насамперед, циркадного. Так, результати досліджень указують на значну варіабельність гемодинамічних показників у першій і другій половині дня.

Одним з ефективних прийомів, застосовуваних під час діагностики ФС є застосування проб із "стандартним навантаженням". Цей прийом запозичений з теорії автоматичного управління, де відомо, що щонайкраще оцінити стан системи управління можна за її реакцією на стандартний сигнал, що обурює. Для цього застосовується велика кількість проб. Так, в авіаційній медицині широко використовується проба Вальсальви.

Опис актуальних станів

На сьогодні вважається, що реальна діагностика ФС робиться значно ефективніше за принципом виявлення конкретних станів, найбільш актуальних у певних ситуаціях.

Класифікації (опис) таких станів подані в багатьох роботах. Одна з найцікавіших класифікацій, з позицій практичного застосування подана в табл. 5.2.

З погляду зниження надійності професійної діяльності людини-оператора (ЛО) найбільш актуальними станами є такі, як: стомлення, стрес, тривожність, приграничні стани. Слід розглянути їх докладніше.

5.6.2. Результати аналізу функціональних станів операторів персонального комп'ютера

Стомлення

Стомлення є одним із найбільш актуальних станів, що впливають на професійну надійність ЛО. Другим, не менш важливим аспектом, що змушує активно вивчати стомлення, є його вплив на здоров'я людини а, отже, на базову частину функціональної надійності (ФН) ЛО.

Із цих причин воно давно й активно вивчається, але незважаючи на тривалий досвід вивчення, великий експериментальний матеріал і розмаїтість теоретичних концепцій, дотепер не вдалося створити загально-прийнятую теорію стомлення. Навіть самому терміну "стомлення" важко дати однозначне визначення. Так, у класичних дослідженнях перераховується приблизно сто визначень цього поняття. У зв'язку із цим, пропонувалося взагалі вилучити слово "стомлення" з наукового словника, оскільки його неможливо практично діагностувати.

Існує ряд теорій стомлення: теорія отруєння; теорія виснаження джерел енергії в працюючому органі; теорії стомлення центральної нервової системи. Найбільше часто зустрічається розуміння стомлення як тимчасового зниження працездатності під впливом тривалого впливу навантаження. У цілому – це біологічна захисна реакція організму, спрямована проти виснаження функціонального потенціалу центральної нервової системи (ЦНС). З фізіологічного боку розвиток стомлення свідчить про виснаження внутрішніх резервів організму й перехід на менш вигідні способи функціонування систем: наприклад, підтримка хвилинного обсягу кровотоку здійснюється за рахунок збільшення частоти серцевих скорочень замість збільшення ударного обсягу, рухові реакції реалізуються більшою кількістю функціональних м'язових одиниць під час ослаблення сили скорочень окремих м'язових волокон та ін.

Функціональні стани як наслідок особливостей професійної діяльності оператора

Функціональний стан	Усвідомлення мети	Достатність засобів	Очевидність результатів
Індиферентний стан	Відсутня	Відсутня	Відсутня
Тривожність	Відсутня	Відсутня	Присутня
Монотонія	Відсутня	Присутня	Відсутня
Відсутність мотивації	Відсутня	Присутня	Присутня
Психоемоційний стрес	Присутня	Відсутня	Відсутня
Психічна напруженість	Присутня	Відсутня	Присутня
Стомлення	Присутня	Присутня	Відсутня
Функц. комфорт	Присутня	Присутня	Присутня

У ході цього специфіка стомлення істотно залежить від виду навантаження, часу, необхідного для відновлення вихідного рівня працездатності й рівня локалізації стомлення. Ці фактори кладуть в основу деталізації класифікаційних схем: виокремлюють фізичне й розумове стомлення, гостре і хронічне, розглядають специфічні види стомлення – м'язове, сенсорне, розумове й т. д. Також безсумнівно, що психофізіологічною сутністю будь-якого виду стомлення є розвиток у корі головного мозку процесу охоронного гальмування.

Міра генералізованості цього коркового гальмування ("розлите гальмування"), і визначає закономірний перехід стану неспання в природний сон. Під час гіпертрофованого рівня гальмування навпаки спостерігається втрата сну. Звідси випливає висока діагностична цінність інформації про характер сну.

Діагностика стомлення визначається його формою, що залежить від характеру розвитку стомлення, симптомів його прояву, способів і тривалості відновлення працездатності. За характером і змістом цих показників стомлення класифікується на такі форми: те, що компенсується, гостре й хронічне, перевтома. Установлено, що ефективність і надійність операторської діяльності під час стомлення, яке компенсується, не погіршується, а у разі гострого, як правило, порушується незначно. Істотне погіршення надійності діяльності спостерігається у результаті хронічного

стомлення й перевтоми. У ході цього відзначається зниження точності й збільшення часових показників виконання завдання, можуть виникати грубі помилки в раніше освоєних діях і навіть зриви виконання завдання, знижуються резерви уваги, спотворюється почуття часу. З'являється загальна скутість і напруженість. Перераховані ознаки в тому або іншому сполученні можуть виникати у разі хронічного стомлення наприкінці робочого дня, а під час перевтоми вони спостерігаються протягом усього дня.

У міру зростання стомлення спостерігаються значні зміни перебігу різних психічних процесів. Для цього стану характерно помітне зниження показників сенсорної чутливості в різних модальностях разом зі зростанням інерційності цих процесів. Це проявляється в збільшенні абсолютних і диференціальних порогів чутливості (до 40 %), зниженні критичної частоти злиття мерехтінь, зростанні яскравості й тривалості послідовних образів і т. п.

Істотно погіршуються показники почуття часу, особливо його стабільність. Знижується чутливість, швидкість реагування, збільшується кількість помилкових відповідей, зменшується обсяг оперативної пам'яті, знижується ефективність мислення: людина вдається до стандартних, найчастіше неоптимальних для даної ситуації рішень. Особливо помітні порушення уваги. За рахунок звуження обсягу уваги людина не тільки сприймає менший обсяг інформації, але й гірше контролює власні дії в процесі виконання професійних функцій. Погіршується перемикання уваги, тобто нервова система ніби пригальмовується у всіх своїх функціях: важко сприймає, важко переробляє й важко реагує. Нерідко під час стомлення зменшується швидкість реагування – збільшується час простої сенсомоторної реакції й реакції вибору. Однак може спостерігатися й парадоксальне (на перший погляд) збільшення швидкості відповідей, супроводжуване зростанням кількості помилок. Причому більше інформативними параметрами є число помилок і стійкість часу реакції. Відбувається розпад складних рухових актів, що проявляється у вигляді некоординованої реалізації окремих моторних стереотипів. Спостерігається зміна показників рухової асиметрії, у ході чого найбільші кількісні зміни відзначені з боку показників, пов'язаних із діяльністю неповідної руки.

З боку процесів, що забезпечують запам'ятовування й збереження інформації, стомлення, насамперед, призводить до ускладнень добування інформації, що зберігається в довгостроковій пам'яті. Ефективність процесу мислення істотно знижується за рахунок переваги стереотипних

способів рішення завдань у ситуаціях, що вимагає прийняття нових рішень, або своєрідних феноменів порушення цілеспрямованості інтелектуальних актів.

Змінюються характеристики трудової діяльності, у ході чого, в першу чергу, страждають менш значущі, менш контрольовані й менш регульовані елементи.

У міру розвитку стомлення відбувається трансформація мотивів діяльності – замість "ділової" мотивації переважають мотиви припинення діяльності або відходу від неї. У разі сильного стомлення зазвичай спостерігаються негативно забарвлені емоційні переживання, відраза до роботи, дратівливість, ворожість до навколишніх, тяжка напруга й т. д.

Відзначається зниження вольових зусиль, страждає витримка, самоконтроль.

Психологічні прояви стомлення полягають, насамперед, у появі суб'єктивного відчуття втоми, почуття слабосилля, ослаблення волі, сонливості. Людина може відчувати біль у м'язах, головні болі, відчувати шум або пульсацію у скронях, відчувати почуття нестачі повітря й ін. Знижуються показники самооцінки стану, у ході цього спостерігається різна чутливість окремих її параметрів. Під час оцінювання психологічних проявів стомлення необхідно враховувати, що підвищене нервово-емоційне напруження може значно маскувати відчуття втоми. Саме такі прояви ускладнюють своєчасну діагностику стомлення й у залізничних операторів.

Динаміка розвитку стомлення виглядає таким чином, що раніше за все змінюється самопочуття, далі з'являються функціональні ознаки і вже після них – погіршення професійних показників трудової діяльності.

Погіршення загального самопочуття й сну є найбільш ранніми проявами стомлення й, особливо, перевтоми. Вегетативні прояви стомлення полягають, насамперед, у порушенні стійкості вегетативних функцій. Змінюються показники серцево-судинної системи, частота серцевих скорочень і артеріальний тиск змінюються у 40 – 60 % піддосліджених. Через індивідуальні розходження ці зміни у різних людей відбуваються по-різному. Зміни статистичних характеристик серцевого ритму виражаються в погіршенні рівномірності. Один із ранніх показників стомлення – зміни у варіативності серцевого ритму, зокрема поява повільних хвиль.

З розвитком стомлення зростає амплітуда тремору (тремтіння кінцівок, зокрема кистей рук), змінюються характеристики електрофізіологі-

чних показників – наростає амплітуда електроміограми, помітно збільшується електричний опір шкіри й знижується кількість й амплітуда фазичних реакцій електричної активності шкіри. Змінюються характеристики білатеральної асиметрії головного мозку, у ході цього більші зміни спостерігаються в лівій півкулі.

Одна з небезпек стомлення полягає в тому, що хронічне стомлення є пограничним станом стосовно перевтоми – патологічного стану невротичного типу. Відзначається накопичувальний характер стомлення й вплив на нього індивідуальних біоритмів людини. Для запобігання ефектів нагромадження стомлення важливо забезпечувати повне відновлення сил до початку наступного робочого дня.

Стрес

Проблема діагностики стану стресу суттєво ускладнюється недостатньою його вивченістю, на сьогодні не існує загальновизнаної концепції стресу. Сам термін "стрес" був запропонований Г. Сельє у 1936 р. і позначав "синдром, що викликається різними шкідливими агентами", що згодом одержав популярність як "загальний адаптаційний синдром" (ЗАС), або синдром біологічного стресу, що має такі три фази: реакція тривоги, фаза опору й фаза виснаження. Біологічна доцільність його складається в енергетичному забезпеченні діяльності, у мобілізації ресурсів. Через неоднозначність трактування поняття "стрес", обтяженості його різними уявленнями, у наш час фахівці воліють замінити його поняттям "психічна напруженість". У ході цього залежно від характеру впливу на діяльність розрізняють її два види – напруга й напруженість. Напругою називають стан, що надає позитивний, мобілізуючий ефект на діяльність, а напруженістю – те, що характеризується зниженням стійкості психічних і рухових функцій аж до дезінтеграції діяльності.

Розрізняють стрес фізіологічний і психічний, які відрізняються один від одного за особливостями стимулу, що впливає, механізму виникнення й характеру відповідної реакції. У ході цього фізіологічний стрес характеризується порушенням гомеостазу й викликається безпосередньою дією неприємного стимулу на організм. Психічний – це вид психічної напруженості, що виникає в людини під впливом факторів, що мають характер загрози або перешкоди.

На відміну від фізіологічного стресу, під час якого реакції є високо стереотипними, у ході психічного стресу вони індивідуальні й не завжди можуть бути передвіщені. Так, на загрозу один суб'єкт реагує гнівом, а інший – страхом і т. д.

Для позначення рівня стресу шкідливого для здоров'я людини Г. Сельє ввів поняття "дистрес".

Характер перебігу стресу визначається багатьма факторами, які можна умовно розподілити на фактори внутрішнього й зовнішнього характерів. З факторів "внутрішніх" можна виокремити: інтелектуальне оцінювання ситуації, властивості вищої нервової діяльності, особистісні особливості, рівень здоров'я.

У численних роботах із вивчення властивостей нервової системи, виконаних у лабораторіях Тєплова Б. М., Нєбиліцина В. Д., Мерліна В.С., Ананьєва Б. Г., Гурєвича К. М., Клімова Е. А. й інших, переконливо показана важлива роль властивостей нервової системи й, насамперед, сили нервової системи в динаміці психічних станів.

Вплив стресу на трудову діяльність підкоряється закону Джерокса – Додсона. Як відомо, цей закон характеризує зміни працездатності залежно від рівня активації у вигляді переверненої U-подібної кривої, тобто позитивної квадратичної функції (рис. 5.1). У ході цього кожна діяльність для кожного суб'єкта має свій оптимальний рівень активації.

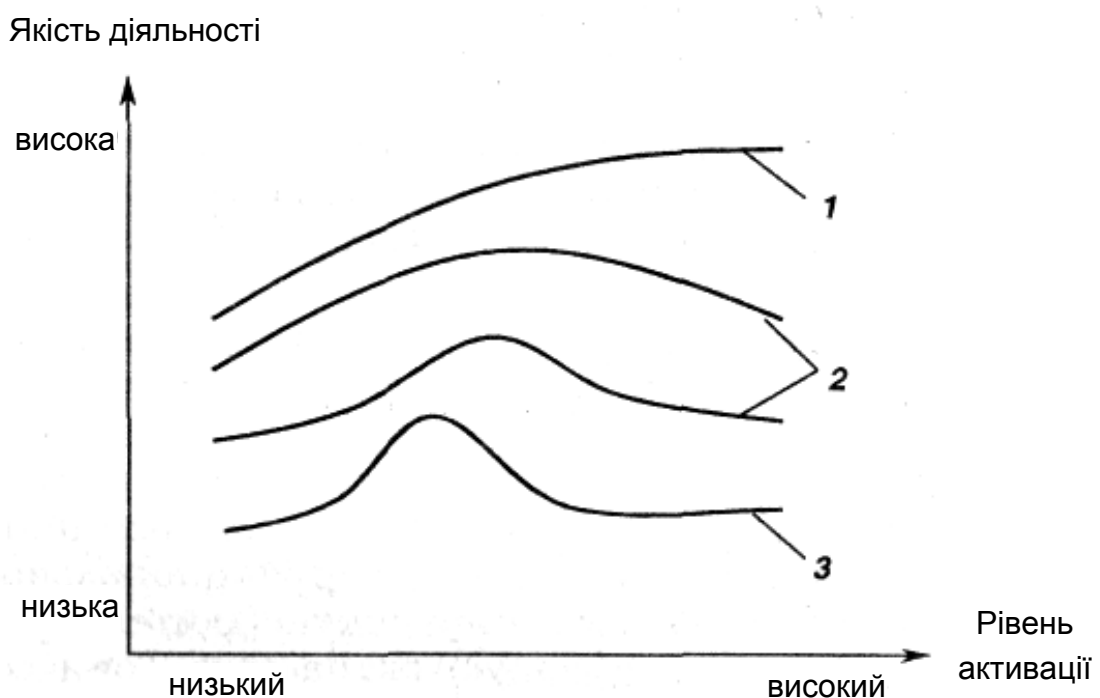


Рис. 5.1. Взаємозв'язок між рівнем активації і якістю діяльності (закон Йеркса – Додсона): 1 – найпростіше завдання; 2 – завдання середньої складності; 3 – складне завдання

У поведженні людини цей стан може проявлятися в різних формах:

а) у гальмовій формі у вигляді повної загальмованості аж до ступору – стану нечутливості, отупіння, нерухомості;

б) у збудливій ("імпульсній") формі, що характеризується переважно помилковими, неосмисленими, хаотичними діями, діями "навпаки" і т. д.;

в) у "дифузійній" формі, що сполучить перші дві форми.

Стану психічної напруженості властиво негнучке поведження. У ході цього стереотипні елементи діяльності перебігають швидше й, як правило, зберігаються, у той час, як інші, менш стійкі, руйнуються.

Для діагностики стану стресу важливо знати його прояви. Вони спостерігаються на рівні поведінкових реакцій, у вигляді змін у сфері пізнавальних процесів і психомоториці, у зміні часу й помилок сенсомоторних реакцій, зокрема реакцій на об'єкт, що рухається, змінах показників пам'яті й уваги, в змінах вегетативних функцій.

Психологічні прояви стану емоційної напруженості полягають у тому, що відбувається зменшення обсягу уваги, погіршення сприйняття, зниження пам'яті, різке погіршення координації й точності рухів, просторового сприйняття, швидкості дій та ін. Відзначається підвищення порогів сприйняття аналізаторів: слухового до 150 %, зорового на 116 %, тактильного на 236 %.

Для діагностики стану стресу одним із найпоширеніших методів є вивчення психофізіологічних реакцій.

Вегетативні прояви стану емоційної напруженості досить великі й різноманітні. Під час цього реакції досить специфічні й індивідуальні – в одних вони пов'язані зі зміною пульсу без зміни артеріального тиску, в інших – навпаки й т. д. Найбільше широко вегетативні реакції на стан напруженості проявляються в електрошкіряних показниках. У ході цього різко знижується електричний опір шкіри, збільшуються шкірні потенціали, зростають показники шкірно-гальванічної реакції.

Під час діагностики стану людини, у тому числі стресу, більшість дослідників усвідомлюють необхідність комплексного оцінювання.

Сукупність негативних наслідків стресу розглядається як багатопараметричний об'єкт, аналізований у трьох основних площинах – вплив на працю, фізичне й психічне здоров'я.

Таким чином, для одержання оцінки психоемоційної напруги (стресу) найбільш прийнятним є використання фізіологічних і психофізіологічних методів з оцінюванням змін показників ФС щодо їхнього вихідного рівня.

Пограничні стани

Так називають стани, що знаходяться на границі між нормою й патологією. Вони займають особливе місце в роботі оператора, оскільки можуть істотно знизити надійність діяльності, а також досить швидко, навіть протягом робочої зміни, перейти в стан патології з важкими наслідками. Оскільки вони не входять до класу "патологія", то їх не виявляють традиційні медичні методи. У роботах суто медичного профілю такі стани ще називають донозологічними, тобто станами, що передують захворюванню. Під цим розуміють порушення функціонування психічних або соматичних систем, які поки не призвели до повного їхнього розладу, але, якщо несприятливі впливи будуть діяти й надалі, неодмінно призведуть до розвитку таких. Подальша динаміка визначається співвідношенням сили факторів, що пошкоджують, і захисних сил організму. Визначення "пограничні стани" вважається більше правильним, тому що вони не обов'язково приводять до захворювання. Крім того, людина може перебувати в такому стані значну частину життя. Стосовно до завдань даного дослідження вони мають самостійне значення, тому що знижують функціональну надійність людини-оператора.

Проблема діагностики пограничних станів розробляється багатьма науками, у тому числі й технічними. Загальноприйнята думка, що ця проблема може вирішуватися із застосуванням психофізіологічних методів, як більше тонких порівняно з медичними. Рішення ускладняється тим, що стани "здоров'я" і "норми" вивчені значно менше, ніж хвороба. З аналізу великої кількості визначень поняття "норма" стосовно здоров'я, можна зробити висновок, що в їхньому трактуванні не викликає сумнівів тільки те, що наявний динамічний процес, який постійно змінюється за часом. У ході цього норма для однієї професійної групи або навіть для одного індивіда може бути "не нормою" для інших. Застосовується поняття "адаптивна норма" як результат пристосування організму до різних екологічних рівнів. У такому разі мається на увазі стан здорових людей, тренуваних для певних видів діяльності. Наприклад, спортсмени виконують помірно фізичне навантаження з меншою напругою порівняно з нетренованими здоровими людьми й т. д.

Перехід зі стану "норми" у стан "патологія" розглядають як процес адаптації. Організм, потрапляючи в несприятливі умови, переходить на новий рівень функціонування.

Одним із видів пограничних станів є "перенапруга", що визначається як несприятливий, пограничний між нормою й патологією функціональний стан окремих фізіологічних систем або органів, обумовлений надмірними за величиною або тривалістю напругами цих систем або органів.

5.7. Аналіз функціонування організму людини як енергоінформаційної системи

Відомо, що всі люди складаються з енергії, з вібруючих частинок. Фізичне тіло, яке здається таким щільним і пружним, насправді вібрує на певній частоті енергії, це чітко видно за допомогою надпотужних мікроскопів. На який же частоті люди вібрують?

Здоровий організм вібрує на частоті більш високій, ніж хворий. Коли людина захворює, частина його починає вібрувати на більш низьких частотах. Тобто для одужання тіла нам необхідно, по-перше, підняти рівень вібрацій спочатку в хворому місці, по-друге, підняти рівень вібрацій у всьому організмі.

Що ж таке енергії низьких вібрацій і енергії високих вібрацій? Щодня люди задіюють ту чи іншу частоту енергії. Не треба її якось вимірювати, є елементарні критерії, за якими людина може сама визначити, які енергії у її житті на даний момент домінують.

Критерії енергії високих вібрацій (здоров'я і гарного самопочуття): людина має світлі думки, радість, налаштування на позитив; людина діє з безумовною любов'ю щодо всього, послуговується достатком відносно різних сфер життя, налаштована на удачу.

Критерії енергії низьких вібрацій (хвороби): людина має негативні емоції: злість, страх, гнів, жаль; бачить у всьому темний, поганий бік, має песимістичний настрій; послуговується у рішеннях страхом чи іншими негативними почуттями та емоціями; відчуває нестачу відносно різних сфер життя, весь час очікує провалу.

Якщо людина налаштована переважно на енергії низьких вібрацій, то вони також не забаряться проявитися у її житті і примножити більше таких же енергій. Якщо людина боїться провалу, то варто чекати – він уже на порозі.

Що ж робити, якщо людина розуміє, що налаштована в даний момент на енергії низьких вібрацій, тоді як для успіху в життя і здоров'я в цілому треба бути налаштованим на більш високі вібрації? Як перена-

лаштувати на іншу, більш високу вібраційну хвилю? Зробити це набагато простіше, ніж думають багато людей, що засіли глибоко в низьких вібраціях. Зробити це можна ментально, тому що енергія весь час перебуває, змінюється, і можна налаштувати її на потрібну "хвилю", частоту вібрацій.

Найпростіший спосіб підняти частоту вібрацій – позитивні думки. Думки взагалі практично повністю формують не тільки події життя, але і в цілому – фізичний і духовний стани. Якщо людина налаштована на позитив і думає позитивно, то її частота вібрацій підвищується. Далі можна задіяти почуття: не йти за своїми емоціями за замовчуванням, а вибирати ті емоції та почуття, які підвищують частоту вібрацій. Адже людина сама вибирає кожен подію свого життя!

Можна підняти частоту вібрацій через спеціальні енергетичні практики. Всі практики, по суті, налаштовані на підвищення частотного діапазону людини, чи йога, чи цигун або щось інше. Позитивний ефект поширюється прямо пропорційно вібраціями, стають чистішими вібрації навколишнього простору, торсійні поля, енергії грошей простіше і легше увійти у життя. Людина відповідальна за ту енергію, яку вона проектує в світ і у власний стан. Тобто вібрації її думок, емоцій, настроїв і дій відображаються як на якості її власного життя, так і на всьому, що її оточує. У наш час все більшого значення набувають енергетичні вібрації людини. Люди все виразніше стали розподілятися на дві групи: на тих, хто слугує собі, і тих, хто слугує іншим – на людей з позитивною енергією і тих, хто до таких не належить.

Зараз більше, ніж колись, слід уникати дивитися телевізор, оскільки це один із найбільших механізмів управління розумом і пропаганди негативною енергією на цій планеті. Телевізійна реклама повністю заснована на потребі в останній технічній новинці, одночасно інформуючи населення про її контрольований знос (про те, що всі речі, руйнуючись швидше, ніж раніше, створюють необхідність придбання "більш нової" версії тієї ж речі). Телевізійні "програми" – програмують людський розум.

Реаліті-шоу абсолютно далекі від реальності, але люди вважають, що вони більш реальні, ніж вигадка, коли насправді більшість цих програм створюється для того, щоб шокувати людей, що є вібрацією негативною енергією. Кожна інформаційна програма спрямована на зниження людської енергії. Протягом багатьох століть головним секретом було те, що страхи не тільки виснажують позитивну енергію людини, але дозволяють перебувати під контролем тих, хто їх нав'язує.

Якщо розглянути дослідження в області кіматики, то можна ясно побачити, як звук (що становить собою вібрацію) впливає на енергетичну вібрацію людини – це одна з причин, чому ченці виспівують мантри. Вібрації низьких енергій можуть управляти нашим життям. Є багато доступних і простих способів підвищити свої енергетичної вібрації. Далі наведено деякі з них.

Медитуйте – багато хто говорить, що у них немає часу на медитації, але вони знаходять час, щоб дивитися телевізор. Вибирайтеся на природу – просто на прогулянку або для того, щоб посадити сад або квітник. Припиніть дивитися телевізор – і медитуйте ... Або просто робіть щось таке, що у відповідь наповнює вас позитивною енергією. Грайте зі своїми домашніми тваринами – вони дають нам урок безумовної любові, яка завжди піднімає вібрації. Дивіться, як граються діти – постарайтеся згадати чарівність першого відчуття і невинність дитинства. Робіть фізичні вправи, а потім ідіть гуляти на природу, це відразу принесе вам подвійну користь.

Простіть себе та інших – ніхто з нас не досконалий. Тобто ті, хто образив нас, і ті, кому зробили боляче ми. Вибачте їх, але не забудьте пробачити себе теж. Висловлюйте вдячність – будьте вдячні за оточуючу вас красу, навіть якщо це маленьке дерево в центрі великого міста.

Будьте вдячні за їжу, яку ви збираєтеся з'їсти, і за все інше, що благословенно увійшло у ваше життя, в тому числі за щось негативне, що виявилось чудовим уроком життя, що розширив ваше духовне зростання.

Зустріньтеся лицем до лиця з вашими страхами і розгляньте їх як можливість духовного розвитку – побоювання чогось завжди виявляє негативні емоції. Є причини, за якими ці страхи продовжують приходити в життя. Як тільки ми лицем до лиця зіштовхуємося з якимось своїм страхом, він зникає, оскільки це був ще один з уроків життя.

Купуйте органічні продукти харчування і висловлюйте подяку перед їжею – органічне харчування містить більше поживних речовин, ніж ГМО, лише це збільшить вашу фізичну енергію, яка, в свою чергу, збільшить ваші духовні вібрації, особливо якщо перед прийомом їжі її благословити або висловити подяку.

Робіть те, що викликає у вас сміх, або будьте з людьми, які спонукують вас сміятися – сміх є дуже високою вібраційної енергією, навіть якщо ми сміємося над собою.

Попросіть своїх духовних наставників і ангелів-охоронців про допомогу і напрямок – ваші духовні наставники та ангели-охоронці з нетер-

пінням чекають вашого заклику про допомогу, так що просіть у них керівництва, допомоги, захисту та напрямку кожного дня.

І завжди пам'ятайте: ви досконалі саме такими, яким ви є. І не має ніякого значення, чи є у вас надмірна вага, якесь каліцтво або щось ще, що суспільство вважає відхиленням від норми. Ви красиві і досконалі саме таким, яким ви є. Крім того, майте на увазі характер свого мислення. Брюс Ліптон (доктор філософських наук, який проклав міст, що з'єднає науку і духовність) зауважив, що лише невеликий відсоток населення намагається стати більш послідовним у своєму розумовому процесі, який, у свою чергу, приводить до поліпшення здоров'я та досягнення успіху в житті.

5.8. Аналіз біолокаційного способу визначення стану організму людини

Загальновідомо, що приймач приймає сигнали, що випромінюються передавачем. Діапазон сигналів визначається технічними характеристиками приймача. Чим він досконаліше, тим вища його чутливість і він більш здатний приймати дуже слабкі сигнали.

Таким же приймачем є і людський організм, який складається не тільки з фізичного тіла, але й з енергії, що пронизує все тіло і виходить назовні. І чим чистіший людський організм і вища духовність людини, тим більш досконалим приймально-передавальним пристроєм вона є.

Під чистотою людського організму, природно, потрібно розуміти не зовнішню бруд, а енергетичний стан усіх органів і систем. Підвищення ж духовності дозволяє якісно поліпшити енергоінформаційні можливості людини.

У здорових батьків народжуються здорові діти з чистою енергетикою. Всі вони володіють ясновидінням і чудово бачать енергетичні сутності інших вимірів, недоступні зору більшості дорослих людей. Але коли дитина розповідає батькам, що вона, наприклад, в кутку бачила маленьку жінку в білій сукні з чорним волоссям або кулею, що світиться, яка переміщувалася по кімнаті, а потім "пішла" крізь стіну, то, природно, у відповідь чує, що це "нісенітниця", і нікого там немає і бути не може. Після таких категоричних заяв дитина і сам починає сумніватися. Відбувається своєрідне кодування свідомості дитини на неприйняття побаченого.

Йде час, і поступово їжа, екологія, стреси, хвороби, окрики батьків забруднюють і деформують біополе дитини, і вона втрачає свої вроджені здібності до ясновидіння.

Більшість дорослих людей дуже скептично ставляться до тих явищ, які не можна пояснити відомими науці фізичними законами, відчуті на дотик, заміряти існуючими приладами або викликати їх повторюваність. Але незнання і нерозуміння – це ще не привід для заперечення. Адже колись заперечувалася і можливість створення літальних апаратів, радіо, телефону, телебачення, падіння метеоритів, генетика, кібернетика, управління ядерними реакціями та багато інших, повсякденних зараз для нас апаратів і явищ. До цього часу жоден учений не зміг пояснити, що ж таке електричний струм. Просто взяли визначення, що це "спрямований рух електронів", і все людство користується цим самим струмом.

У Всесвіті все пронизане енергією. Кожен предмет, щось випромінює. І якщо розвинути в собі здібності до прийому цих випромінювань, то наше життя стане набагато цікавіше, і наші можливості незмірно зростуть.

Кожній події передує її "закладка" в астральному плані, у тому вимірі, який недоступний для сприйняття людськими органами відчуття. І люди, що володіють даром яснобачення, можуть цю інформацію переглядати і передбачати події з високою часткою ймовірності. Виникає природне запитання: а чому не зі стовідсотковою? Навіть найзнаменитішої провісниці Ванги правильність відповідей не перевищувала 90 %.

Справа в тому, що у кожного з нас завжди є право вибору, і залежно від цього вибору подальший хід подій може змінитися.

Нехай, прийшла до ворожки жінка з питанням: "Чи вийду я заміж?" А у цієї жінки в даний момент якісь великі неприємності. Природно, душевну рівновагу порушено, і випромінювання від неї йде таке, що у людей, з якими вона спілкується, крім роздратування і неприйняття вона нічого не викликає. А ворожка, переглядаючи подальшу її долю, за відправну точку бере дане енергетичний стан пацієнтки. Якщо він не зміниться, то вона на рівні підсвідомості буде відштовхувати від себе всіх потенційних чоловіків. Тому ворожка і відповідає: "Ні, не вийдеш заміж".

Але якщо ця ж жінка прийде через тиждень, коли на душі у неї радісно, то ця ж ворожка, виходячи з нових відправних даних, прогляне її долю і скаже: "Ти вийдеш заміж цього року". І не доведеться цій жінці ламати голову над тим, хто ж начепив на неї так званий "вінець безшлюбності".

Ще один приклад. Людина багато палить, не звертає ніякої уваги на своє здоров'я. Ворожка, переглянувши подальший розвиток його здоров'я, заявляє, що людина може померти через три роки від раку легенів. Швидше за все, так і станеться. Але ця людина може кинути палити, всерйоз зайнятися своїм здоров'ям, почне вести здоровий спосіб життя і проживе ще не один десяток років. Тобто вибір завжди залишається за самою людиною, і тому великою мірою він сам творець своєї долі.

Більшість людей, працюючи над собою, можуть деякою мірою повернути собі здатність до прийому інформації. Інформація вічна, вона нікуди не зникає, і це дозволяє зчитувати її не тільки про сьогодні, а й про минуле, і про майбутнє. Складно стати ясновидцем, але розвинути в собі здібності до біолокації "технічними засобами" може багато з нас.

Прийом інформації проводиться підсвідомістю людини, а підсвідомість передає її свідомості. Свідомість управляє моторними реакціями м'язів кисті руки, які і передаються "технічному засобу" (рамка, маятник і т. д.). Необхідно тільки заздалегідь запрограмувати свою свідомість на конкретний поворот рамки (нехай, за годинниковою стрілкою) у разі отримання позитивної відповіді. Напрямок руху непринциповий, але він повинен бути вибраний один раз і ніколи більше не змінюватися. В іншому випадку не можна бути впевненим у достовірності одержуваної інформації.

В якості маятника може бути використаний будь-який невеликий предмет зручної форми (каблучка, гайка, намистинка, хрестик і т. д.). Прив'яжіть його до нитки довжиною 20 – 30 см. Візьміть відсік великим і вказівним пальцями правої руки (для правші). Правий лікоть підійміть на рівень плеча, зігніть руку в лікті і поверніть долоню так, щоб вона спрямовувалась назовні від вас, а плече утворювало з передпліччям жорстку конструкцію.

Досягнувши нерухомості маятника, задайте питання, на яке може бути отриманий тільки однозначну відповідь "так" чи "ні". У самому питанні не повинно бути ніяких вступних слів. Шляхом тренувань досягніть стовідсоткової правильності одержуваних відповідей на найпростіші запитання ("Це стіл?", "Сьогодні четвер?" і т. д.). Долоню лівої руки з розімкнутими пальцями (уявляючи, що це приймальня антена) спрямуйте в бік випробуваного предмета для більш успішного прийому інформації від нього.

Задаючи питання: "Чи підходить енергетика цього предмета мені?", ви можете визначити свою енергетичну сумісність з будь-яким предме-

том, ліками, харчування, своєї прикрасою (каблучка, брошка, шпилька і т. д.) І припинити користуватися тим, що вам не підходить.

Більш широкі можливості відкриваються під час використання як "технічного засобу" біолокаційної рамки. Але в будь-якому випадку прийом інформації проводиться самою людиною, а відвіс або рамка – це тільки індикатор, а не засіб прийому вимірювального пристрою під назвою "людина".

У якості найпростішої рамки можна використовувати підручні засоби типу в'язальної спиці, металевого дроту і т. д. Можна взяти жорсткий дріт або тонкий прутик із будь-якого вподобаного металу діаметром 2 – 3 мм і довжиною 30 – 40 см. Зігніть її під прямим кутом так, щоб горизонтальна її частина була приблизно вдвічі довше вертикальною. Візьміть вертикальну частину рамки в долоню правої руки так, щоб горизонтальна її частина не торкалася долоні. У ході цього стиск долонею рамки не повинен перешкоджати повороту рамки. Щоб усунути тертя рамки об долоню, можна помістити вертикальну частину рамки в який-небудь вузький циліндр із днищем, хоча б у порожній корпус від кулькової ручки. Звужена донизу така трубка не дозволить рамці провалюватися вниз. Не повинно бути тертя горизонтальної частини рамки з корпусом ручки.

Для підвищення чутливості рамки на її вертикальну частину можна насадити два маленьких кулькопідшипника і цю конструкцію жорстко закріпити в яку-небудь трубку. Довжина і діаметр цієї трубки повинні визначатися зручністю розташування її у долоні.

Отже, рамка готова. Але, щоб не виглядати з нею ілюстрацією до байки Крилова "Мавпа і окуляри", потрібно навчитися з нею працювати.

Подумки закодуйте свою свідомість: "Моя рамка під час відповіді "Так!" повернеться за годинниковою стрілкою". Повторюйте собі це неодноразово в процесі освоєння роботи з рамкою. Досягніть сталості повороту рамки під час ставлення одних і тих же простих питань.

Як приклад для відпрацювання навички можна використовувати такий досвід. Слід взяти чотири однакових непрозорих квадратики з щільного паперу і написати на них відповідно:

Михайло Юрійович Лермонтов;

Олександр Сергійович Пушкін;

Євген Євтушенко;

Олександр Солженіцин.

Перевертаєте квадратики чистою стороною вгору, перемішуєте їх і розкладає на деякій відстані один від одного. Направляючи по черзі, як антену, долоню лівої руки на ці квадратики, задавайте одне і те ж питання: "Ця людина жива?". Запам'ятайте, в який бік поверталася рамка в кожному випадку, потім переверніть квадратики і перевірте правильність відповідей. Шляхом тренувань добийтеся стовідсоткового результату.

Потім ускладніть експеримент. На десяти квадратиках напишіть імена та прізвища відомих вам людей, одного з яких уже немає в живих. Якщо ви через якийсь час досягнете абсолютного результату, то вважайте, що роботу з рамкою ви, в основному, освоїли.

Найголовніше для людини – це її здоров'я. Можна бути багатим і абсолютно хворим. У цьому випадку людина часто готова обміняти своє багатство на здоров'я. Який сенс у житті постійно корчитися від болю, ковтати пігулки, бути роздратованим, впадати в найглибшу депресію і т. д.?

З'ясувати причини захворювань, володіючи здатністю до біолокації, абсолютно нескладно. Потренуйтеся в цьому на близькій вам людині.

Кожен орган, кожна система людини, кожна окрема частина тіла і кінцівки випромінюють енергію. Ця енергія пронизує не тільки тіло людини, але виходить назовні, утворюючи навколо неї захисний енергетично кокон – біополе. Якщо людина абсолютно здорова, то рівень енергії навколо його тіла скрізь приблизно однаковий, а біополе за формою нагадує яйце. Зовнішня межа цього яйця знаходиться від тіла приблизно на 40 – 60 см.

Для початку можна визначити розмір біополя людини.

Поставте випробуваного перед собою. Ліву руку з відкрито долонею спрямуйте в бік цієї людини як антену. У правій руці тримайте рамку. Задавайте питання: "Біополе цієї людини становить 30 см?" Якщо рамка відповість ствердно, задавайте наступне питання: "Біополе цієї людини становить 40 см?". І так до того часу, поки рамка не припинить давати позитивну відповідь. Таким чином, ви заміряли розмір біополя людини.

Щоб перевірити правильність отриманої вами інформації, дайте установку рамці: на кордоні біополя цієї людини повернутися направо. Направте рамку, як пістолет, в область сонячного сплетіння людини і з відстані приблизно два метри почніть повільно наближатися до людини. На кордоні біополя рамка почне повертатися направо. Ця відстань повинна відповідати тому свідченню, яке ви отримали шляхом запиту.

Функціонування організму людини визначається інформацією, яка закладена в молекулах ДНК. Будь-яке відхилення від цієї інформації ви-

кликає збої в роботі системи "людина". Це початок хвороби. Таке відхилення може викликатися і зовнішніми впливами. Наприклад, чужою енергією з конкретною негативною інформацією типу "щоб ти спився", "щоб у тебе ноги повідсихали" і т. д. Ця негативна інформація упродовжується в біополе людини і викликає небажану корекцію її власної інформації. І без усунення цієї інформації неможливо позбавити людину від наслідків, викликаних нею.

Задавайте питання: "Чи є негативна дія на цю людину?". Або: "Чи є чужа енергія на цій людині?" Поворот рамки направо означає позитивну відповідь.

Людське біополе полярне: зверху має знак "+", а знизу "-". Якщо ви піддалися чийомусь потужному енергетичному впливу, то могла статися зміна полюсів біополя, воно ніби розгорнулося на 180 градусів. Якщо люди симпатизують один одному, їх біополя взаємопритягаються (нахиляються), а якщо відчують антипатію – відштовхуються. Коли контактують між собою дві людини, одна з яких переполюсована, їх біополя відштовхуються. А цей стан роздратування, неприйняття на енергетичному рівні. Людину наче підмінили, вона уникає контактувати з близькими їй людьми.

Особливо важкі наслідки цього можуть виникати в сімейних парах, між близькими родичами або друзями. У людини, що займається бізнесом, без жодних видимих причин настає пора суцільних невдач і втрат. А причина проста: вона у цьому енергетичному стані викликає приховану антипатію у своїх ділових партнерів.

Біолокація дозволяє перевірити полярність біополя людини. Посадіть досліджуваного на стілець, піднесіть рамку до його голови і запитайте: "Полярність цієї людини зверху?" Налаштуйте свою свідомість на поворот рамки вправо у разі позитивної полярності і вліво у разі негативної. Якщо ви робити замір полярності знизу (проти паху), то вона буде протилежна верхній. Тому досить і одного вимірювання зверху.

Починайте біолокацію органів і частин тіла людини. Спрямуйте рамку, припустимо, на ліве око. Кінець рамки повинен розміщуватися від нього на 10 – 20 см. Слід поставити запитання: "Енергетика лівого ока?" (Або просто: "Ліве око?"). У разі нормального енергетичного стану ока рамка повернеться вправо на кут 40 – 50 градусів. Якщо енергетика ока нижча норми, то поворот рамки буде на менший кут, пропорційно рівню енергії. Якщо ж в оці почалися якісь патологічні процеси, то енергія, що

випромінюється цим оком, пронизана інформацією про початок процесу (так звана "брудна" енергія. У цьому випадку поворот рамки буде не вправо, а вліво, і кут повороту буде відображати інтенсивність процесу. Таким же чином слід перевірити стан іншого ока, носа, гайморових пазух, рота.

Перевірте наявність негативної енергії і в голові. Концентрація негативної енергії може виникнути з різних причин: віддалена травма черепа (про яку людина могла вже й забути), капіляр, що лопнув, гематома, пухлина, згусток негативної енергії тощо, тобто якийсь відхилення від норми. Направте рамку на голову сидячої людини, припустимо, в область лоба. Якщо тут немає ніяких відхилень від норми, рамка повернеться направо пропорційно рівню енергії. Почніть повільно обходити людину за годинниковою стрілкою, тримаючи рамку на відстані 10 – 20 см від голови. Якщо ви дійдете до місця концентрації негативної енергії, рамка розвернеться вліво. Після закінчення цього місця знову відбудеться поворот вправо. Таким чином, виявляються локалізація і розмір зони концентрації негативної енергії. Вони можуть викликати головні болі, порушення внутрішньочерепного або артеріального тиску, порушення тих функцій організму, які управляються цією ділянкою мозку, епілепсію, "будильникову" хворобу, розумові розлади і т. д. Усунення цієї негативної енергії дозволяє позбавити людину від спричинених ними наслідків (якщо не відбулося якихось незворотних процесів).

За цією ж методикою можна перевірити стан усіх органів людини. У ході цього неважливо, що деякі органи частково перекривають один одного. Наприклад, ліва легеня і серце. Якщо ви запитуєте енергетику серця, то отримаєте відгук тільки від енергетики серця.

Точно так же можна переглянути стан усіх хребців і з'ясувати, які з них не в нормі і якою мірою. Проводячи рамкою зверху вниз уздовж рук і ніг, ви з'ясуєте локалізацію в них негативних процесів, якщо вони є.

Якщо в результаті операції у людини видалений якийсь орган, то проти цього органу не відбудеться ніякого повороту рамки, оскільки відсутня енергія, що йде від нього.

Але відсутність органу – не єдина причина, за якою рамка може залишатися нерухомою. Іншою причиною цього може бути "енергетична діра", тобто орган є, а рівень енергії від нього набагато нижчий норми.

Що ж це за "дірки"? Коли людина відчуває різкі негативні емоції: злість, заздрість, ненависть, ревності, відбувається додаткове захоплен-

ня енергії цією людиною, її біополе збільшується і починає вібрувати. Ці енергетичні вібрації спрямовані на конкретну людину і, якщо енергетика людини з емоціями могутніше енергетики "жертви", то може статися розрив його оболонки, тобто з'являються енергетичні "дірки". В результаті цього починається відтік енергії з цього органу, через цю дірку проникає все негативне, чому раніше перешкоджав шар енергії. Людина починає відчувати біль, дискомфорт у цьому органі.

"Дірка" навпроти печінки може викликати нудоту і печію, навпроти серця – провісник інфаркту, навпроти підшлункової залози – початок цукрового діабету і т. д. Якщо в оболонці людини безліч таких "дірок", йде великий витік енергії, слабшають усі функції організму, послаблюється імунна система.

5.9. Контрольні запитання для самодіагностики

1. Наведіть приклади шкідливих і небезпечних факторів, які впливають на працівників під час діяльності.
2. Дайте характеристику негативного впливу комп'ютерів на здоров'я людини та назвіть засоби захисту від їх негативного впливу.
3. Дайте характеристику негативного впливу мобільних телефонів на здоров'я людини та назвіть засоби захисту від їх негативного впливу.
4. Назвіть засоби індивідуального й колективного захисту від негативного впливу електромагнітних випромінювань.
5. Дайте характеристику негативного впливу електричних пристроїв на здоров'я людини та назвіть засоби захисту від їх негативного впливу.
6. Дайте характеристику негативного впливу моніторів комп'ютерів на здоров'я людини та назвіть засоби захисту від їх негативного впливу.
7. Дайте характеристику негативного впливу НВЧ печей на здоров'я людини та назвіть засоби захисту від їх негативного впливу.
8. Дайте характеристику негативного впливу зарядних пристроїв на здоров'я людини та назвіть засоби захисту від їх негативного впливу.
9. Дайте характеристику людини як енергоінформаційної системи.
10. Дайте характеристику біолокаційного способу визначення стану організму людини.

Рекомендована література [1; 3; 6 – 15; 17; 18].

Тема 6. Основні заходи пожежної профілактики на галузевих об'єктах

6.1. Причини пожеж і вибухів у промисловості

Технічний прогрес у промисловості пов'язаний з концентрацією промислових потужностей, комплексною автоматизацією та механізацією виробничих процесів, введенням у дію нової техніки і прогресивної технології, нових речовин і матеріалів і потребує посилення пожежної безпеки на підприємствах.

Основними причинами пожеж і вибухів на підприємствах є [10; 11]:

1. Небезпечне поводження з вогнем, паління в промислових і допоміжних приміщеннях, на робочих місцях.

2. Використання відкритого вогню в місцях зберігання та використання пожежонебезпечних речовин і матеріалів, використання ламп і факелів для відігрівання змерзлих трубопроводів та ін.

3. Недотримання правил пожежної безпеки під час проведення зварювальних робіт.

4. Недотримання правил використання електроустаткування, правил технічної експлуатації (ПТЕ) і правил техніки безпеки (ПТБ) під час обладнання та експлуатації електроустаткування:

невідповідність застосованого електрообладнання класу пожежно-вибухонебезпечності приміщень;

несправність чи неправильна експлуатація електроустаткування, забруднення електрообладнання паперовим пилом і мастилами, використання замість каліброваних запобіжників саморобних "жучків", проведення тимчасової електромережі з порушенням правил, іскріння та погане змащування підшипників електродвигунів, залишення без нагляду включених електронагрівальних приладів.

Найчастіше займання в електроустаткуванні відбувається через перенапруження і коротке замикання (КЗ) в електромережах. КЗ виникають у результаті порушення ізоляції частин обладнання, що проводить струм, і зовнішніх механічних пошкоджень в електричних дротах, обмотках двигунів і апаратів.

4. Самозаймання сировини, напівфабрикатів та готової продукції у разі недотримання правил пожежної безпеки під час їх зберігання, а також недотримання встановленого порядку сумісного зберігання матеріалів і хімічних речовин.

5. Несправність чи невідповідність конструкції промислового обладнання умовам використання та режиму експлуатації, порушення технічного режиму в позолотних і матричних пресах, сушильному та нагрівальному обладнанні, займання матеріалів під час їх переробки внаслідок підвищення температури вище допустимої у разі відсутності чи несправності терморегулюючих приладів.

6. Виникнення і накопичення зарядів статичної електрики під час роботи обладнання чи виконання робіт.

7. Недотримання вимог правил та норм під час проектування обладнання і експлуатації систем опалення, вентиляції і кондиціонування повітря, газового господарства та ін.

Вимоги забезпечення пожежної безпеки на підприємствах [10]

Для локалізації пожежі велике значення має правильне розташування будівель і споруд на території підприємства. Максимальна щільність будівель і споруд не повинна перевищувати 50 % (СНиП II-89-80).

Протипожежні відстані між відкритими наземними складами і будівлями залежать від ємності складів, пожежної безпеки зберігаємих матеріалів і ступеня вогнестійкості будівель. Так, наприклад, мінімальна відстань від будівель до складів легкозаймистих рідин (ЛЗР) і горючих рідин (ГР) складає від 18 до 36 м, для горючих матеріалів (паперові обрізки, опилки) – від 15 до 36 м, лісоматеріалів та дров – від 12 до 30 м.

До будівель і споруд повинен бути вільний під'їзд пожежних машин: з одного боку у разі ширини будівлі до 18 м, із двох боків у разі ширини будівлі більше, ніж 18 м. Відстань від краю дороги до стіни будівлі не повинна бути більше 25 м за умови висоти будівлі до 12 м та 8 м – за умови висоти від 12 до 28 м.

На території підприємства краще за все проектувати кільцеву систему доріг шириною 6 м з в'їздом і виїздом, відстань між якими повинна бути не більше 1 500 м. Якщо територія типографії займає площу менше 5 га, то допускається один в'їзд.

Пожежна безпека складського господарства на підприємстві залежить від кількості і пожежної безпеки зберігаємих речовин і матеріалів.

Речовини, які можуть створювати вибухові суміші (калій, натрій, кальцій азотнокислий, бертолетова сіль), зберігаються в ізольованих відділеннях вогнестійких складів.

Горючі і вибухонебезпечні гази (ацетилен, водень, метан, етилен, бутилен, бутан, пропан) зберігаються в спеціальних вогнестійких складах на відкритому повітрі під навісом. Допускається сумісне зберігання з інертними і негорючими газами.

Інертні і негорючі гази (аргон, гелій, неон, азот, вуглекислий газ), гази, які підтримують горіння (кисень, повітря), зберігаються в ізольованих відділеннях складських приміщень.

Речовини, які здатні до самозаймання від води і повітря (калій, натрій, карбід кальцію, кальцій і натрій фосфорний, цинковий і алюмінієвий пил і пудра, фосфор), зберігаються в ізольованих відділеннях вогнестійких складів.

Горючі речовини і речовини, які здатні до самозаймання (бензин, бензол, сірководень, ацетон, скіпідар, толуол, ксилол, гас, спирти, ефір, мастила органічні), зберігаються в спеціальних вогнестійких складах, резервуарах, цистернах, металевих бочках, землянках.

Тверді горючі речовини (фосфор червоний, нафталін, сірники), речовини, які здатні викликати займання (бром, азотна кислота, калій марганцевокислий), легкогорючі речовини (вата, сіно, пенька, бавовна, сіра, торф, сажа), зберігаються окремо від інших груп речовин.

Для локалізації пожеж, які можуть виникати, і зменшення можливих збитків від них важливе значення мають правильні планувальні і конструктивні рішення під час створення складів, оснащення їх системами пожежної сигналізації, необхідними засобами пожежогасіння і організацією пожежної охорони [10].

6.2. Категорії приміщень і будівель підприємств за пожежною і вибухопожежною безпекою

Залежно від властивостей речовин і матеріалів, умов їх застосування і обробки приміщення за вибухопожежною і пожежною безпекою поділяються згідно з ОНТП 24-86 "Визначення категорій приміщень і будівель за вибухопожежною і пожежною безпекою" на п'ять категорій – А, Б, В, Г, Д [10].

До категорії А належать приміщення, де перебувають спалимі та легкозаймисті рідини з температурою спалаху, що не перевищує 28°C, а також речовини і матеріали, здатні вибухати і горіти під час взаємодії з водою, киснем або одне з одним; під час утворення вибухонебезпечних сумішей розвивається розрахунковий надлишковий тиск вибуху 5 кПа.

До категорії Б відносять приміщення, у яких є пил та волокна, легкозаймисті рідини з температурою спалаху вище 28°C та спалимі рідини в такій кількості, що можуть утворюватися вибухонебезпечні пилоповітряні та пароповітряні суміші, під час займання яких розвивається розрахунковий надлишковий тиск вибуху 5 кПа.

До категорії В належать приміщення, де перебувають спалимі та важкоспалимі рідини, тверді спалимі та важкоспалимі речовини та матеріали (у тому числі пил і волокна), а також речовини і матеріали, які здатні при взаємодії з водою, киснем повітря та одне з одним тільки горіти (за умови, що ці приміщення не відносять до категорії А чи Б).

До категорії Г належать приміщення, в яких є неспалимі речовини та матеріали в гарячому, розпеченому або розплавленому стані, а також спалимі гази, рідини та тверді речовини, які спалюються або утилізуються як паливо; процес їх обробки супроводжується виділенням променевого тепла, іскор та полум'я.

До категорії Д відносять приміщення, в яких є неспалимі речовини та матеріали у холодному стані.

На розвиток пожежі у приміщеннях та спорудах впливає їх вогнестійкість.

Вогнестійкість - здатність будівельних конструкцій чинити опір дії високої температури, утворенню наскрізних тріщин та поширенню вогню в умовах пожежі і виконувати під час цього свої звичайні експлуатаційні функції. Вогнестійкість конструкцій будівель характеризується межею вогнестійкості.

Межа вогнестійкості – це час, протягом якого конструкція може витримати дію вогню, а потім уже починається деформація.

Межі поширення вогню – максимальний розмір пошкоджень (у см), яким вважається обвуглення, вигорання матеріалу або оплавлення матеріалів.

6.3. Класифікація будівель і споруд за ступенем вогнестійкості і приміщень за пожежо- і вибухонебезпечністю

Усі будівлі і споруди за ступенем вогнестійкості за ДБН В. 1.1-7-2002 поділяють на 5 ступенів [10].

Будинок може належати до того чи іншого ступеня вогнестійкості, якщо значення меж вогнестійкості і меж поширення вогню усіх конструкцій не перевищує значень вимог ДБН В.1.1-7-2002.

Головним заходом запобігання пожеж і вибухів від електрообладнання є правильний вибір і експлуатація обладнання у вибухо- і пожежо-небезпечних приміщеннях і виробництвах.

Згідно з ПУЕ, приміщення поділяються на пожежо-небезпечні (П-I, П-II, П-IIa, П-III) і вибухонебезпечні (0, 1, 2, 20, 21, 22) зони [10].

Пожежо-небезпечна зона – це простір, де можуть знаходитися спалимі речовини як під час нормального технологічного процесу, так і у разі можливих його порушень.

Вибухонебезпечна зона – це простір, у якому є або можуть з'явитися вибухонебезпечні суміші.

Клас П-I – приміщення, в яких використовуються або зберігаються тверді спалимі рідини з температурою спалаху парів вище ніж 61°C (склади мінеральних масел, насосні станції спалимих рідин).

Клас П-II – приміщення, в яких виділяється спалимий пил або волокна з нижньою концентраційною межею займання більш ніж 65 г/м³ до об'єму повітря, які не можуть утворювати вибухонебезпечні суміші (деревобробні цехи, малозапилені цехи, млини).

Клас П-IIa – приміщення, в яких утворюються тверді спалимі матеріали без виділення пилу і волокон (склади паперу, цехи зберігання меблів).

Клас П-III – зовнішні установки, в яких використовуються спалимі рідини з температурою спалаху, більшою ніж 6ГС, або тверді спалимі речовини (склади палива і деревини).

Газо-пароповітряні вибухонебезпечні середовища утворюють вибухонебезпечні зони класів 0, 1, 2, а пило-повітряні – вибухонебезпечні зони класів 20, 21, 22.

Вибухонебезпечна зона класу 0 – простір, у якому вибухонебезпечне середовище присутнє постійно або протягом тривалого часу.

Вибухонебезпечна зона класу 0 згідно з вимогами даного розділу може мати місце тільки в межах корпусів технологічного обладнання.

Вибухонебезпечна зона класу 1 – простір, у якому вибухонебезпечне середовище може утворитися під час нормальної роботи (тут і далі нормальна робота – ситуація, коли установка працює відповідно до своїх розрахункових параметрів).

Вибухонебезпечна зона класу 2 – простір, у якому вибухонебезпечне середовище за нормальних умов експлуатації відсутнє, а якщо воно виникає, то не часто і триває недовго. У цих випадках можливі аварії катастрофічних розмірів (розрив трубопроводів високого тиску або резервуарів значної місткості) не повинні розглядатися під час проектування електроустановок.

Частоту виникнення і тривалість вибухонебезпечного газопароповітряного середовища визначають за правилами (нормами) відповідних галузей промисловості.

Вибухонебезпечна зона класу 20 – простір, у якому під час нормальної експлуатації вибухонебезпечний пил у вигляді хмари присутній постійно або часто в кількості, достатній для утворення небезпечної концентрації суміші з повітрям, і (або) простір, де можуть утворюватися пилові шари непередбаченої або надмірної товщини. Зазвичай це має місце всередині обладнання, де пил може формувати вибухонебезпечні суміші часто і на тривалий термін.

Вибухонебезпечна зона класу 21 – простір, у якому під час нормальної експлуатації ймовірна поява пилу у вигляді хмари в кількості, достатній для утворення суміші з повітрям вибухонебезпечної концентрації.

Ця зона може включати простір поблизу місця порошкового заповнення або осідання і простір, де під час нормальної експлуатації ймовірна поява пилових шарів, які можуть утворювати небезпечну концентрацію вибухонебезпечної пилоповітряної суміші.

Вибухонебезпечна зона класу 22 – простір, у якому вибухонебезпечний пил у завислому стані може з'являтися нечасто й існувати недовго або в якому шари вибухонебезпечного пилу можуть існувати й утворювати вибухонебезпечні суміші в разі аварії.

Ця зона може включати простір поблизу обладнання, що утримує пил, який може вивільнятися шляхом витоку і формувати пилові утворення.

Згідно з ПУЕ в пожежонебезпечних зонах використовується електрообладнання закритого типу, у вибухонебезпечних зонах і зовнішніх установках необхідно використовувати вибухозахищене електрооблад-

нання, виготовлене згідно з ГОСТ 12.2.020-96 "Електрообладнання вибухо захищене".

Засоби і техніка гасіння пожеж [10]

Пожежу, яка виникла, можна ліквідувати, якщо усунути один з трьох чинників, необхідних для горіння: горючу речовину, окисник, джерело тепла.

Існують два способи гасіння пожеж: фізичний та хімічний.

До *фізичних* способів припинення горіння відносять:

охолодження зони горіння або горючих речовин;

розбавлення реагуючих речовин у зоні горіння негорючими речовинами;

ізоляція реагуючих речовин від зони горіння.

Хімічний спосіб припинення пожежі – це хімічне гальмування реакції горіння.

До основних засобів гасіння пожежі (з допомогою яких здійснюється той чи інший спосіб припинення горіння) належать:

вода (у вигляді струменя або в розпиленому стані);

інертні гази (вуглекислий газ, азот);

піни хімічні та повітряномеханічні;

порошкові суміші;

покривала з брезенту та азбесту.

Вибір тих чи інших способів і засобів гасіння пожеж визначається в кожному конкретному випадку залежно від стадії розвитку пожежі, масштабів загорань, особливостей горіння речовин та матеріалів.

Первинні засоби гасіння пожежі [10]

До первинних засобів гасіння відносять:

внутрішні пожежні крани;

відра, кошми, лопати, пісок;

вогнегасники.

Вогнегасники

Пінний вогнегасник ВХП-10 складається зі сталевого корпусу, який містить лужний розчин соди з лакричним екстрактом. Усередині встановлено поліетиленовий посуд із суміші сірчаної кислоти та сульфату заліза. Під час змішування кислого і лужного розчинів утворюється піна. Довжина струменя піни – 6 м, час дії – 60 с. Цей вогнегасник можна застосовувати для гасіння твердих речовин та легкозаймистих рідин із відкритою поверхнею. Піна електропровідна, тому цим вогнегасником не можна гасити електрообладнання, що знаходиться під напругою.

Вогнегасники вуглекислотні ВВ-2, ВВ-5 складаються зі сталевого балона з запорним вентилям. Балон заповнений зрідженою вуглекислою під тиском 7 МПа. Ці вогнегасники застосовують для гасіння невеликих пожеж та електрообладнання, яке знаходиться під напругою.

Порошкові вогнегасники ВП-1, ВП-5, ВП-10 та інші – це поліетиленові балончики, які містять фосфорноамонійні солі, *карбонат* натрію. Застосовуються для гасіння магнію та його сплавів, лужних металів, алюмінію, металоорганічних сполук, а також коли не можна гасити пожежу водою, піною або вуглекислим газом.

6.4. Контрольні запитання для самодіагностики

1. Які причини пожеж та вибухів у промисловості.
2. Охарактеризуйте вимоги забезпечення пожежної безпеки на підприємствах.
3. Назвіть категорії приміщень і будівель за пожежною і вибухопожежною небезпекою.
4. Охарактеризуйте приміщення категорії А.
5. Охарактеризуйте приміщення категорії Б.
6. Охарактеризуйте приміщення категорії В.
7. Охарактеризуйте приміщення категорії Г.
8. Охарактеризуйте приміщення категорії Д.
9. Наведіть класифікацію приміщень (зон) за пожежо- і вибухонебезпечністю.
10. Наведіть класифікацію будівель і споруд за ступенем вогнестійкості.
11. Наведіть класифікацію вогнегасних засобів.
12. Які використовують установки пожежної автоматики на підприємствах галузі?
13. Які первинні засоби пожежогасіння використовують на підприємствах галузі?
14. У якому випадку використовуються вуглекислотні вогнегасники?
15. У якому випадку використовуються порошкові вогнегасники?
16. Яка техніка пожежогасіння використовується на підприємствах галузі?

Рекомендована література: [4; 10 – 12].

Показчик основних термінів та понять з охорони праці

Аварія – пошкодження механізму, машини, пристрою, споруди під час роботи, руху.

Акт про нещасний випадок на виробництві – офіційний документ, що складає комісія із розслідування нещасного випадку, унаслідок якого працівник, згідно з медичним висновком, утратив працездатність щонайменше на один день, або виникла необхідність перевести його на іншу (легшу) роботу терміном щонайменше на один день, або в разі його смерті.

Акт санітарного обстеження – обліковий та медичний документ, у якому лікар або його помічник відображають стан об'єкта під час здійснення поточного санітарного нагляду, а також пропозиції щодо усунення порушень санітарних норм і правил.

Безпека праці – стан умов праці, за яких виключений вплив на працюючих небезпечних виробничих факторів.

Безпечні умови праці, безпека праці – стан умов праці, за якого вплив на працівника небезпечних і шкідливих виробничих чинників усунуто або вплив шкідливих виробничих чинників не перевищує гранично допустимих значень.

Вимоги безпеки (праці) – вимоги, встановлені актами законодавства, нормативними і проектними документами, правилами та інструкціями, виконання яких гарантує безпечні умови праці та регламентує поведінку працівника.

Виробничий ризик – ймовірність ушкодження здоров'я працівника під час виконання ним трудових обов'язків, що обумовлена ступенем шкідливості та (або) небезпечності умов праці й науково-технічним станом виробництва.

Виробничий травматизм – явище, що характеризується сукупністю виробничих травм і нещасних випадків на виробництві.

Граничнодопустиме значення шкідливого виробничого чинника – граничне значення величини шкідливого виробничого чинника, вплив якого на людину в разі його щоденної регламентованої тривалості не призводить до зниження працездатності і захворювання в період трудової діяльності та в подальший період життя, а також негативно не впливає на здоров'я нащадків.

Граничнодопустима концентрація (ГДК) – це максимальна кількість шкідливої речовини в одиниці об'єму або маси, яка у разі щоденної дії протягом необмеженого проміжку часу не викликає будь-яких хворобливих змін в організмі і негативних спадкових змін у нащадків; слугує умовною, еталонною, реперною (відрахунковою) речовиною, яка визначена в лабораторних умовах; одиниця масштабу, від якої вимірюють ступінь небезпеки забруднення об'єктів навколишнього середовища.

Допустимий рівень – кількісний допустимий норматив безпечного рівня дії речовини, який виражається у вигляді концентрації (дозы) за певний середній проміжок часу.

Категорія робіт – розмежування робіт за тяжкістю праці, напруженістю, ступенем професійної небезпеки (шкідливості).

Напруженість праці – характеристика трудового процесу, що відображає переважне навантаження на центральну нервову систему.

Небезпечний виробничий чинник – виробничий чинник, вплив якого на працівника в певних умовах призводить до травм, гострого отруєння або іншого раптового різкого погіршення здоров'я або до смерті.

Нещасний випадок на виробництві – випадок дії на працівника небезпечного виробничого фактора під час виконання ним трудових обов'язків або завдань керівника робіт.

Охорона праці – це система правових, соціально-економічних, організаційно-технічних, санітарно-гігієнічних і лікувально-профілактичних заходів і засобів, спрямованих на збереження здоров'я і працездатності людини в процесі праці.

План евакуації під час пожежі – документ, у якому вказано евакуаційні шляхи та виходи, визначені правила поведінки людей, а також порядок і послідовність дій обслуговуючого персоналу на об'єкті під час виникнення пожежі.

Працездатність – здатність людини виконувати певну роботу, яка визначається рівнем її фізичних і психофізіологічних можливостей, а також станом здоров'я і професійною підготовленістю.

Причини травмування (аварії, порушення) – недоліки конкретного виробничого процесу, виробничого обладнання і робітника, усунення яких зробило б неможливим даний випадок травмування (аварії, порушення).

Промислова продукція підвищеної небезпеки – машини, механізми, обладнання, технічні системи (комплекси), інші технічні засоби пра-

ці, що характеризуються підвищеним ступенем ризику виникнення аварій, пожеж, загрози життю, заподіяння шкоди здоров'ю чи майну або довкіллю.

Професійна хвороба, професійне захворювання – патологічний стан людини, зумовлений надмірним напруженням організму або дією шкідливого виробничого чинника під час трудової діяльності.

Санітарні норми – офіційні документи, якими встановлюють гранично допустимі значення параметрів факторів навколишнього середовища з метою попередження їх шкідливого впливу на здоров'я людини.

Травма – пошкодження організму під час зовнішнього впливу (у разі поранення, удари тощо).

Трудова діяльність (людини) – реалізація цільової функції, сформованої потребами суспільства, здійснювана у певній організаційно-правовій формі господарювання.

Тяжкість праці – характеристика трудової діяльності людини, яка визначає ступінь залученості до роботи м'язів та відображає фізіологічні витрати внаслідок фізичного навантаження (ДСТУ 3038).

Умови праці – сукупність параметрів, що характеризують виробниче середовище, в якому відбувається процес праці, і виробниче устаткування, за допомогою яких здійснюється цей процес.

Шкідлива речовина – 1) речовина, що має здатність за певних умов спричинювати захворювання або відхилення в стані здоров'я;

2) у системі безпеки праці (за Державним стандартом 1.007-76) – речовина, яка під час контакти з організмом людини, у випадку порушення вимог безпеки, може спричинювати виробничі травми, професійні захворювання або погіршення стану здоров'я; виявляється сучасними методами як безпосередньо в процесі праці, так і в окремі періоди життя нинішнього чи майбутнього покоління.

Шкідливий виробничий чинник (фактор) – виробничий чинник, дія якого на працюючого в певних умовах призводить до стомлення чи зниження працездатності. *Примітка.* Залежно від рівня тривалості дії шкідливий виробничий фактор може стати небезпечним.

Шлях евакуації – шлях, що веде до евакуаційного виходу.

Використана та рекомендована література

1. Ананьев В. А. Системы вентиляции и кондиционирования воздуха. Теория и практика / В. А. Ананьев, Л. Н. Балужева. – М. : Евроклимат, 2001. – 416 с.
2. Васильева В. В. Физиология человека / В. В. Васильева. – М. : Физкультура и спорт, 1973. – 189 с.
3. Волков О. Д. Проектирование вентиляции промышленных зданий / О. Д. Волков. – Х. : Высшая школа Изд. при ХГУ, 1989. – 240 с.
4. Геврик Є. О. Охорона праці / Є. О. Геврик. – К. : Ніка-центр, 2005. – 296 с.
5. Гогіташвілі Г. Г. Управління охороною праці та ризиком за міжнародними стандартами / Г. Г. Гогіташвілі, Є. Т. Карчевські, В. М. Лапін. – К. : Знання, 2007. – 367 с.
6. ДБН В.2.5-28-2006. "Природне і штучне освітлення". – К. : Мінбуд України, 2006. – 78 с.
7. Жидецький В. Ц. Основи охорони праці / В. Ц. Жидецький. – Львів : Українська академія друкарства, 2006. – 336 с.
8. Зеркалов Д. В. Охорона праці в галузі: Загальні вимоги : навчальний посібник / Д. В. Зеркалов. – К. : Основа, 2011. – 551 с.
9. Зимкин Н. В. Физиология человека / Н. В. Зимкин. – М. : Физкультура и спорт, 1975. – 492 с.
10. Катренко Л. А. Охорона праці / Л. А. Катренко, Ю. В. Кіт, І. П. Пістун. – Суми : Університетська книга, 2007. – 496 с.
11. Кобзін В. Г. Охорона праці в галузі : конспект лекцій для студентів галузі / В. Г. Кобзін, В. В. Чубук. – Х. : Вид. ХНЕУ, 2013. – 100 с.
12. Лазарев Н. В. Вредные вещества в промышленности / Н. В. Лазарев. – М. : Книга, 1971. – 1240 с.
13. Про загальнообов'язкове державне соціальне страхування від нещасного випадку на виробництві та професійного захворювання, які спричинили втрату працездатності. Закон України. – К. : Знання, 2002. – 46 с.
14. Про охорону праці : Закон України. – К. : Знання, 1992. – 129 с.

15. Протасенко О. Ф. Методичні рекомендації до практичних занять з навчальної дисципліни "Безпека життєдіяльності" для студентів напрямів підготовки "Облік і аудит", "Економічна теорія", "Міжнародна економіка", "Туризм", "Фінанси і кредит", "Управління персоналом і економіка праці" усіх форм навчання / О. Ф. Протасенко, В. В. Чубук, О. Г. Балюк. – Х. : Вид. ХНЕУ, 2009. – 96 с.

16. Протоєрейський О. С. Охорона праці в галузі / О. С. Протоєрейський, О. І. Запорожець. – К. : Книжкове вид-во НАУ, 2005. – 268 с.

17. Решетов Е. Т. Комплексное влияние параметров производственной среды на состояния организма человека / Е. Т. Решетов. – М. : Книга, 1975. – 130 с.

18. Робоча програма навчальної дисципліни "Охорона праці в галузі" для студентів галузі знань 0501 "Інформатика та обчислювана техніка". всіх форм навчання / В. Г. Кобзін. – Х. : Вид. ХНЕУ, 2013. – 32 с.

19. Русаловський А. В. Правові та організаційні питання охорони праці / А. В. Русаловський. – К. : Знання, 2005. – 176 с.

НАВЧАЛЬНЕ ВИДАННЯ

Кобзін Володимир Григорович
Логвінков Сергій Михайлович
Борисенко Оксана Миколаївна

ОХОРОНА ПРАЦІ В ГАЛУЗІ

Навчальний посібник

для студентів галузі знань
0501 "Інформатика та обчислювальна техніка"
всіх форм навчання

Відповідальний за випуск **Логвінков С. М.**

Відповідальний редактор **Оленич М. М.**

Редактор Бутенко В. А.

Коректор

План 2015 р. Поз. № 65-П.

Підп. до друку 2015 р. Формат 60x90 1/16. Папір офсетний. Друк цифровий.

Ум. друк. арк. 7,25. Обл.-вид. арк. 9,06. Тираж пр. Зам. №

Видавець і виготівник – ХНЕУ ім. С. Кузнеця, 61166, м. Харків, просп. Леніна, 9-А

*Свідоцтво про внесення суб'єкта видавничої справи до Державного реєстру
ДК № 4853 від 20.02.2015 р.*