

СОЦИОЛОГИЯ. ПСИХОЛОГИЯ. ФИЛОСОФИЯ

УДК 159.9:62

ОТВЕТСТВЕННОЕ ОТНОШЕНИЕ К ЗДОРОВЬЮ КАК ФАКТОР ПОВЫШЕНИЯ НАДЕЖНОСТИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ РАБОТНИКОВ ЛОКОМОТИВНЫХ БРИГАД

© 2014 г.

А.Ю. Акимова

Региональная дирекция медицинского обеспечения на Горьковской железной дороге

anna_ak@rambler.ru

Поступила в редакцию 20.02.2014

Представлены результаты изучения отношения работников локомотивных бригад к здоровью как фактору надежности профессиональной деятельности. Обсуждается значение здорового образа жизни в сохранении профессионального здоровья машинистов и помощников машинистов. Обоснована необходимость разработки эффективной системы мотивации к ведению работниками здорового образа жизни. Предложены методы формирования ответственного отношения работников локомотивных бригад к профессиональному здоровью.

Ключевые слова: надежность профессиональной деятельности, ответственное отношение к здоровью, мотивация к ведению здорового образа жизни, работники локомотивных бригад.

Введение

Современные условия профессиональной деятельности работников локомотивных бригад, характеризующиеся, с одной стороны, высоким уровнем технического и технологического оснащения железнодорожного транспорта, с другой – необходимостью быстрой, надежной и качественной перевозки грузов и пассажиров в различных условиях, в том числе сложных и опасных ситуациях, способствуют усложнению содержания их труда, повышению его интенсивности, росту интеллектуальных и эмоциональных нагрузок и, как следствие, влияют на профессиональную и функциональную надежность деятельности этих работников.

По мнению многих авторов (В.А. Бодров, В.Ф. Венда, А.И. Губинский, В.Я. Орлов и др.), изучение процессов обеспечения устойчивого функционирования работника имеет важное значение в исследовании проблемы надежности деятельности [1]. Они подчеркивают, что между функциональным состоянием и надежностью деятельности существует непосредственная причинно-следственная связь. Данные исследований подтверждают, что в состоянии утомления увеличивается вероятность совершения работниками локомотивных бригад ошибочных действий (например, при продолжительности ведения поезда 12 ч. вероятность проезда на

запрещающей сигнал в 2.5–3 раза выше, чем при продолжительности поездки 8 ч.), функциональные нарушения некоторых органов и систем приводят к изменению времени и снижению адекватности реагирования на непредвиденные ситуации (снижение времени реакции на 1–3 секунды как следствие приема психостимулирующих средств может привести к увеличению тормозного пути на 50–100 метров), а многие заболевания вообще являются противопоказанием для работы машинистом или помощником машиниста локомотива, при их выявлении происходит отстранение от работы и дальнейший «уход» из профессии [2–4].

Решение задач профилактики функциональных нарушений и сохранения профессионального здоровья с целью обеспечения надежности работников локомотивных бригад в ОАО «Российские железные дороги» носит комплексный характер и включено в систему мероприятий медицинского и психофизиологического обеспечения их профессиональной деятельности. К ним относятся профессиональный психофизиологический отбор, врачебно-экспертная комиссия, предрейсовый медицинский осмотр, профилактические и коррекционные мероприятия, направленные на оптимизацию функционального состояния работников и др. Необходимо отметить, что перечисленные мероприятия предполагают осуществление внешних по отноше-

нию к работникам локомотивных бригад специализированных воздействий, необходимость проведения которых не всегда осознается работниками, а иногда встречает их сопротивление. В таком поведении, на наш взгляд, проявляется отношение работников к своему здоровью, характеризуемое неосознанностью связи состояния здоровья с результатами профессиональной деятельности, а также отсутствием внутренней потребности работников в оптимизации своего психофизиологического статуса для успешного выполнения работы. Вместе с тем отечественными психологами подчеркивается, что управление производственным процессом зависит от осознания и учета требований действительности, от понимания общественной необходимости учета этих требований и соотношения их со своими потребностями и возможностями [5]. В.Н. Мясичев, автор концепции психологии отношений личности, особо отмечал, что чувство ответственности, осознание необходимости какой-либо деятельности побуждает человека к действиям и получению результата [6].

Учитывая сказанное, представляется актуальным изучение отношения работников локомотивных бригад железнодорожного транспорта к состоянию своего здоровья для разработки комплекса мероприятий по формированию у них ответственного отношения к здоровью.

Теоретико-методологические основы исследования

В настоящее время проблема здорового образа жизни рассматривается исследователями различных научных направлений. Изучению здорового образа жизни посвящены публикации Н.М. Амосова, Ю.П. Лисицына, А.Г. Щедриной и др. Философский подход к понятию «здоровый образ жизни» представлен в работах В.Ж. Келле, М.Я. Ковальзон и др. Ряд исследователей (М.М. Борисов, М.Я. Виленский и др.) рассматривают здоровый образ жизни как социальный феномен, связывая его с личностными характеристиками субъектов, и характеризуют его как состояние личности. Вопросы сохранения профессионального здоровья обсуждались в работах Е.А. Климова, В.А. Бодрова и др. По мнению большинства авторов, проблема здорового образа жизни является междисциплинарной, находящейся на стыке акмеологии, общей и социальной психологии, психологии труда, медицины, психологии развития, психологии личности и педагогики. В психологии труда здоровый образ жизни рассматривается одним из механизмов регуляции профессиональной

деятельности и представляет собой сознательный активный способ деятельности, направленный на выполнение социально и профессионально значимых для человека функций посредством сохранения и укрепления собственного здоровья на всех уровнях (включая физиологическое и психическое здоровье) [1, 7].

Большинство авторов подчеркивают ценностный статус здорового образа жизни [8, 9]. По их мнению, для формирования позитивного отношения к здоровому образу жизни в профессиональной деятельности необходимо опираться на профессиональные и личностные ценности, а сформированность такого отношения определяется следующими критериями: полнотой и системностью знаний о здоровом образе жизни, характером эмоционального отношения к нему, готовностью к выполнению действий, направленных на сохранение своего здоровья, степени сформированности навыков ведения здорового образа жизни и др. Они подчеркивают, что процесс формирования положительного отношения к ведению здорового образа жизни как способу сохранения и поддержания профессионального здоровья эффективен при организации личностно значимых производственных ситуаций, стимулирующих активность работников в направлении здорового образа жизни. Разработка и реализация системы мероприятий, направленных на формирование мотивации работников к ведению здорового образа жизни, является основной и наиболее трудной задачей обсуждаемой проблемы.

Процедура исследования

Цель представленного исследования заключалась в изучении отношения работников локомотивных бригад к ведению здорового образа жизни как условию поддержания оптимального для выполнения деятельности функционального состояния.

К основным задачам исследования были отнесены следующие: изучение мнения работников локомотивных бригад о необходимости ведения здорового образа жизни; оценка степени информированности работников локомотивных бригад о влиянии различных факторов на их профессионально значимые функции; изучение мнения работников о влиянии социального окружения на их отношение к необходимости ведения здорового образа жизни; определение методов формирования ответственного отношения работников к своему здоровью как необходимому условию профессиональной деятельности.

В исследовании были выдвинуты предположения о том, что отсутствие стремления работ-

ников к ведению здорового образа жизни связано с недостаточной внутренней мотивацией к указанному поведению, а также с отсутствием эффективной системы стимулирования работников к сохранению профессионального здоровья.

В исследовании приняли участие 268 работников локомотивных бригад Горьковской железной дороги. Среди них 91 чел., или 34%, имели стаж работы до 10 лет, 75 чел., или 28%, – от 10 до 20 лет, 102 чел., или 38%, – свыше 20 лет. По возрастному составу участники исследования распределились следующим образом: 23% (62 чел.) имели возраст от 18 до 25 лет, 18% (48 чел.) – возраст от 25 до 35 лет, 28% (75 чел.) – возраст от 35 до 45 лет, 31% (83 чел.) – от 45 до 55 лет.

Для проведения исследования была разработана анкета, состоящая из 17 вопросов, направленных на изучение мнения работников локомотивных бригад о необходимости ведения здорового образа жизни (*«Для чего, на Ваш взгляд, нужно вести здоровый образ жизни?»*), о том, что они включают в это понятие (*«Что, по Вашему мнению, включает в себя понятие «здоровый образ жизни?»*), о связи здорового образа жизни с показателями профессиональной деятельности (*«Как Вы считаете, влияет ли здоровый образ жизни на профессиональную деятельность?»*), о влиянии социального окружения на их поведение, связанное с сохранением профессионального здоровья (*«Как, на Ваш взгляд, относятся к ведению здорового образа жизни руководство, коллеги, родственники?»*). Отдельный блок вопросов был посвящен изучению отношения работников локомотивных бригад к курению, чрезмерному употреблению алкоголя и приему наркотиков вследствие его высокой значимости в разработке мероприятий по обеспечению безопасности движения железнодорожного транспорта (*«Можно ли сказать, что употребление наркотических средств – это личное дело человека?»* и др.).

Участникам исследования предлагалось выбрать один из предложенных вариантов ответа на каждый вопрос либо добавить свой вариант ответа. Для повышения достоверности результатов анкетирования и снижения социальной желательности возможных ответов при проведении процедуры исследования акцентировалось внимание на анонимности исследования. Выводы по исследованию основывались на результатах содержательного и частотного анализа полученных данных.

Результаты исследования и их анализ

По данным анкетирования, 81%, или 217 участников исследования, считают, что понятие

«здоровый образ жизни» включает в себя сбалансированность питания, оптимальность физической и умственной нагрузки, профилактические по отношению к заболеваниям мероприятия (например, закаливание). 18%, или 48 чел., включили в здоровый образ жизни отказ от вредных привычек, к которым традиционно относится курение и употребление алкоголя. Небольшое число работников (2%, или 5 чел.) добавили к предложенному списку ночной сон, положительные эмоции и др.

Необходимость в ведении здорового образа жизни 44% работников, или 118 чел., связывают с сохранением здоровья, 27% (72 чел.) отметили, что это поведение разумного человека. Только 27% (72 чел.) связывают здоровый образ жизни с профессиональной деятельностью: 15% (40 чел.) – с профессиональным долголетием, 12% (или 32 чел.) считают ведение здорового образа жизни обязательным условием работы машинистом (помощником). Остальные 2% (5 чел.) указали на другие причины.

91% (244 чел.) участников анкетирования считают, что здоровый образ жизни оказывает влияние на профессиональную деятельность (рис. 1).

Согласно полученным данным, большинство работников локомотивных бригад осознают, что здоровый образ жизни способствует успешности в профессиональной деятельности, вместе с тем достаточно большая часть работников (около 40%) считают эту связь незначительной или отмечают ее отсутствие.

Готовность к ведению здорового образа жизни выразили 263 чел., или 98% участников анкетирования. Среди побудительных причин данного поведения 212 чел., или 79%, отметили желание сохранить свое здоровье, 27 чел., или 10%, считают это обязательным условием профессии, 16 чел., или 6%, хотят быть примером для других либо походить на авторитетных коллег, ведущих подобный образ жизни, только 3 чел., или 1%, выразили готовность к ведению здорового образа жизни вследствие заинтересованности руководства. 5 чел., или 2%, предложили свои варианты ответа (например, «хочу быть активным и счастливым»). Таким образом, для большинства работников локомотивных бригад побудительным мотивом ведения здорового образа жизни является желание быть здоровым человеком. Данные анкетирования свидетельствуют о том, что руководство не проявляет должного интереса к ведению работниками здорового образа жизни.

Среди причин, мешающих вести здоровый образ жизни, участники исследования в основном выделяют те, которые связаны с самими

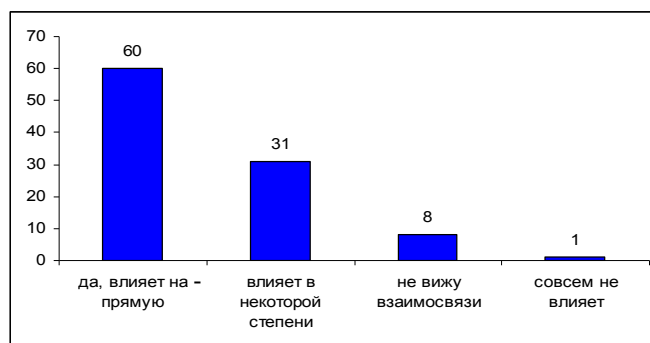


Рис. 1. Представление работников локомотивных бригад о влиянии здорового образа жизни на профессиональную деятельность (%)

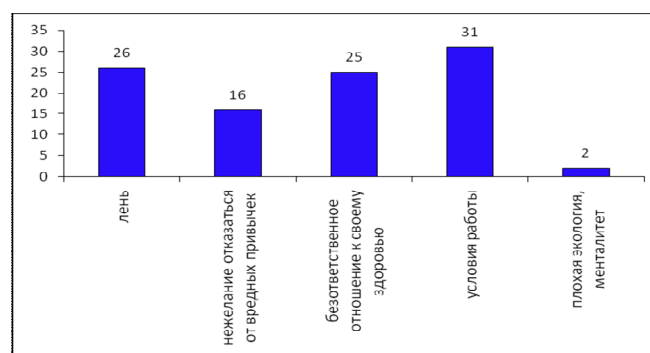


Рис. 2. Результаты изучения представления работников локомотивных бригад о причинах, мешающих соблюдению здорового образа жизни (%)

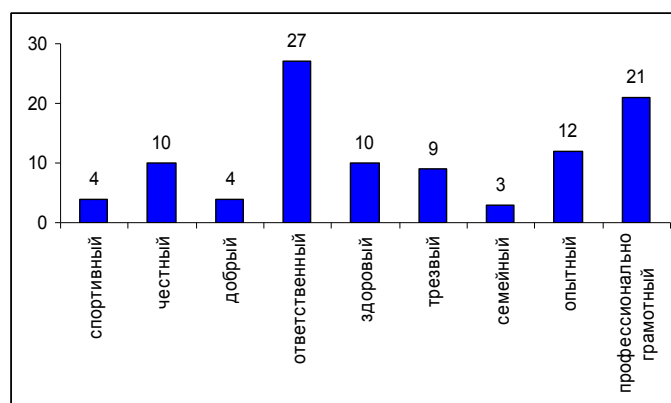


Рис. 3. Характеристики «идеального» машиниста (помощника) локомотива в представлении работников локомотивных бригад (%)

работниками (лень, нежелание отказаться от вредных привычек, безответственное отношение к своему здоровью). Некоторые считают, что ведению здорового образа жизни мешают условия работы, плохая экология и особенности менталитета (рис. 2).

Как видно из рис. 2, большинство работников локомотивных бригад (180 чел., или 67%) осознают, что причины, мешающие ведению здорового образа жизни, связаны с их недостаточной внутренней мотивацией такого поведения. Поэтому проведение мероприятий, направленных на формирование и повышение мотивации к ведению здорового образа жизни, является актуальным для этих работников.

Учитывая, что опора на профессиональные ценности является одним из условий формирования устойчивой внутренней мотивации к ведению здорового образа жизни, работникам локомотивных бригад был предложен ряд вопросов, направленных на изучение «идеального образа» машиниста (помощника машиниста) локомотива. Наиболее важными качествами «идеального» работника участники анкетирования считают личные характеристики – ответственность, честность, доброту, профессиональные качества – профессионализм, характеристики состояния здоровья – здоровый, трезвый, спортивный (рис. 3).

Отметим, что практически все работники, принявшие участие в исследовании, считают себя ответственными людьми (99%, или 265 чел.). Из них 61% (164 чел.) готовы самостоятельно отвечать за свои действия в любых ситуациях, а 39% (104 чел.) связывают свою ответственность с требованиями профессиональной деятельности или руководства. Достаточно большая часть работников (почти 40%), отмечая важное значение ответственности в работе, считают, что на проявление их ответственного поведения влияют в основном внешние факторы, такие как профессиональные требования и отношение к их работе руководства депо. Таким образом, при разработке мероприятий по формированию устойчивой мотивации к ведению здорового образа необходимо учитывать, во-первых, профессиональные ценности работников локомотивных бригад, выражающиеся в их мнении о личностных качествах, профессиональных и социальных характеристиках образа «идеального» работника, во-вторых, степень сформированности ответственности за результат деятельности, определяющей необходимость осуществления внешнего или внутреннего контроля профессионального поведения.

В результате исследования было определено, что работники локомотивных бригад в ряде случаев не осознают влияния режима питания, двигательной активности, употребления психостимулирующих средств на свое функциональное состояние в процессе деятельности. Так, 30% (или 80 чел.) отметили, что умеренность в питании не влияет на работоспособность, 18% (48 чел.) считают, что не влияет на работоспособность курение, 18% (48 чел.) – прогулки на свежем воздухе, 15% (40 чел.) – занятия физкультурой. Между тем заблуждением является то, что выделенные факторы не связаны с работоспособностью, и, следовательно, существует потребность в усилении разъяснительной работы, направленной на информирование работников локомотивных бригад о факторах здорового образа жизни и их влиянии на профессиональную деятельность.

Важной частью исследования было изучение мнения работников локомотивных бригад о факторах, традиционно считающихся «вредными» по отношению к сохранению здоровья и оказывающих отрицательное влияние на их профессиональную деятельность. К ним были отнесены: употребление наркотиков, чрезмерное употребление алкоголя и курение. Профессиональная деятельность машиниста и помощника машиниста локомотива предъявляет повышенные требования к показателям внимания, памяти, оперативности мышления, готовности к

экстренному действию и т.п. Перечисленные факторы в разной степени влияют на профессионально важные качества работников, на их психологические процессы и физическое здоровье. Последствия употребления наркотических средств и алкоголя проявляются в снижении умственной работоспособности, увеличении числа лишних или ошибочных действий, увеличении периода времени, необходимого для опознания объекта и принятия решения, уменьшении способности критически оценивать ситуацию и свои действия и др. [4]. Курение способствует снижению физической активности и устойчивости к высоким эмоциональным нагрузкам, является фактором риска возникновения различных заболеваний, включая те, которые несовместимы с профессией машиниста локомотива [10, 11 и др.]. Однако данные анкетирования показали, что значительная часть работников локомотивных бригад не осознает негативных последствий вышеперечисленных факторов в личной, профессиональной и социальной сфере.

Так, 83% (222 чел.) участников анкетирования отметили, что употребляют алкоголь, а 50% (134 чел.) – что курят. 28% (75 чел.) считают, что употребление наркотических средств не оказывает влияния на окружающих и профессиональную деятельность, а является личным делом человека. Вместе с тем к положительным результатам исследования необходимо отнести данные, свидетельствующие о том, что в целом большинство работников (81%, или 217 чел.) отрицательно относятся к употреблению наркотиков, видят негативное влияние употребления наркотических средств на окружающих и на профессиональную деятельность. Среди работников, признавших в употреблении алкоголя, большую часть (44%, или 118 чел.) составили те, которые отметили очень редкое его употребление, 19%, или 51 чел., уточнили, что употребляют алкоголь вне работы. Позитивным моментом можно считать, что 42% (112 чел.) выбрали вариант ответа «не курю и не собираюсь». Вместе с тем 28% (75 чел.) занимают неустойчивую позицию по отношению к курению: 20% (54 чел.) курят, но готовы бросить; 8% (21 чел.) не курят, но не исключают возможности начать курить). С ними в первую очередь необходимо проводить профилактическую работу, направленную на отказ от вредных привычек.

В целом подавляющая часть участников исследования (92%, или 246 чел.) выразили свое положительное отношение к здоровому образу жизни. Однако только 68% (121 чел.) считают, что такое же положительное отношение имеют руководители, а 63% (169 чел.) – коллеги. По

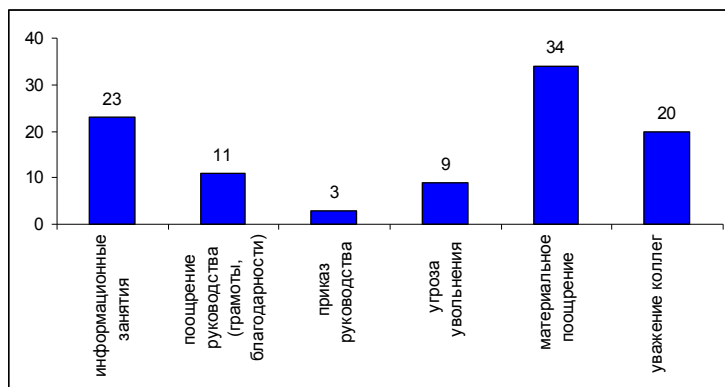


Рис. 4. Мнение работников локомотивных бригад о наиболее эффективных методах мотивации сохранения профессионального здоровья (%)

мнению 26% (70 чел.) работников, руководители нейтрально относятся к ведению здорового образа жизни, а 5% (13 чел.) считают, что мнение руководителей по этому поводу отрицательное. 35% (94 чел.) отмечают нейтральное, а 2% (5 чел.) – отрицательное отношение коллег к ведению здорового образа жизни. Данные анкетирования показали, что в настоящее время недостаточно разработан вопрос о привлечении руководителей и специалистов по управлению персоналом соответствующих структурных подразделений к пропаганде ведения здорового образа жизни среди работников локомотивных бригад.

По мнению участников исследования, наиболее эффективными методами мотивации сохранения профессионального здоровья можно считать материальное поощрение, информационно-разъяснительную работу, нематериальные способы мотивации – благодарности, грамоты, приказы, угрозу увольнения, положительное отношение коллег к здоровому образу жизни (рис. 4).

Интересным, на наш взгляд, является результат опроса работников о причинах возможного отказа от вредных привычек, способствующих ухудшению здоровья (курения, употребления алкоголя и т.д.). 34% (91 чел.) готовы отказаться от вредных привычек для того, чтобы хорошо выглядеть (что подразумевает спортивную форму, здоровый цвет лица, хорошее настроение), 40% (107 чел.) – чтобы не подавать плохого примера детям. Соответствие образу машиниста и возможность профессионального роста могли бы быть причинами отказа от вредных привычек для небольшого количества работников (11%, или 29 чел.). Таким образом, мотивирующими в описанных случаях в основном являются социальные факторы – принятие на себя воспитательных функций по отноше-

нию к детям, а также стремление к соответствию социально одобряемому внешнему образу.

Заключение

1. По мнению большинства работников локомотивных бригад, здоровый образ жизни положительно влияет на различные аспекты профессиональной деятельности. В понятие здорового образа жизни ими, в основном, включается отрицательное отношение к вредным привычкам, а также сбалансированное отношение к питанию, физической и умственной нагрузке.

2. Работники локомотивных бригад не всегда осознают связь факторов, негативно влияющих на здоровье, с результатами профессиональной деятельности. Выявлено неоднозначное отношение работников к употреблению наркотиков, чрезмерному употреблению алкоголя и курению. Обоснована необходимость проведения информационно-разъяснительной работы об отрицательном влиянии этих факторов на профессионально важные функции.

3. Готовность к ведению здорового образа жизни работники локомотивных бригад связывают в первую очередь с желанием сохранить свое здоровье, во вторую – с требованиями профессиональной деятельности. Факторы социального взаимодействия (выполнение воспитательных функций в отношении детей, стремление к достижению привлекательного внешнего вида) являются мотивирующими для работников при отказе от употребления наркотиков, алкоголя и курения.

4. Трудности в ведении здорового образа жизни обусловлены недостаточной внутренней мотивацией самих работников локомотивных бригад (лень, нежелание отказаться от вредных привычек, безответственное отношение к здоровью), а также отсутствием системы стимулиру-

рования поведения, направленного на сохранение профессионального здоровья.

5. Одним из основных способов мотивирования работников локомотивных бригад к ведению здорового образа жизни является повышение ответственности за состояние своего здоровья как фактора надежности деятельности. К эффективным средствам формирования ответственного отношения к профессиональному здоровью можно отнести:

- информационно-разъяснительные мероприятия о факторах, влияющих на сохранение здоровья, повышение работоспособности и эффективности профессиональной деятельности;

- формирование положительного отношения руководителей, коллег, окружающих к здоровому образу жизни;

- привлечение руководства и специалистов по работе с персоналом к формированию у работников желания вести здоровый образ жизни;

- разработку системы материального поощрения работников, ведущих здоровый образ жизни, привлечение их к физкультурно-оздоровительным мероприятиям;

- формирование системы профессиональных ценностей работников, включающих ответственное отношение к работе, социально одобряемое поведение, устойчивую позицию в отношении к ведению здорового образа жизни.

Проведенное исследование подтвердило, что работники локомотивных бригад в целом осознают значение состояния своего здоровья в успешности и надежности выполнения профессиональной деятельности. Вместе с тем сам процесс сохранения и поддержания оптимального для работы функционального состояния вызывает определенные трудности, связанные, с одной стороны, с недостаточной внутренней мотивацией самих работников, с другой – с несоответствием внешних факторов (условий работы, отношения к данному вопросу социального окружения, отсутствием системы внешней мотивации сохранения профессионального здоровья) требованиям ведения работниками здорового образа жизни. Одним из путей решения указанной проблемы могла бы стать разработка и реализация мероприятий, направленных на формирование ответственного отношения ра-

ботников локомотивных бригад к профессиональному здоровью.

Список литературы

1. Бодров В.А., Орлов В.Я. Психология и надежность: человек в системах управления техникой. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 1998. 288 с.

2. Козубенко В.Г. Безопасное управление поездом: вопросы и ответы: Учебное пособие для образовательных учреждений ж.д. транспорта, осуществляющих профессиональную подготовку. М.: Маршрут, 2005. 320 с.

3. Об утверждении перечня медицинских противопоказаний к работам, непосредственно связанным с движением поездов и маневровой работой [Электронный ресурс]: приказ Министерства здравоохранения и социального развития РФ от 19 декабря 2005 г. № 796. URL: <http://www.webapteka.ru/phdocs/doc14132.html> (дата обращения 12.02.2014).

4. Посмитюха А.А., Борисова Е.В. Машинист и алкоголь – понятия несовместимые // Локомотив. 2012. № 6. С 12–13.

5. Стрельцова В.П. Концепция «психологии отношений личности» В.Н. Мясичева и ее методологическая, научно-теоретическая и практико-психологическая значимость. Дис. ...канд. психол. наук: 19.00.05. М., 2003. 145 с.

6. Мясичев В.Н., Рубинова Р.С. О факторах, обуславливающих повышение эффективности трудотерапии психических больных // Материалы Пятого Всесоюзного съезда невропатологов и психиатров. М., 1969. Т. 1. С.150–151.

7. Завьялов А.Е. Формирование здорового образа жизни молодежи в современной России. Автореферат дис. ...канд. социол. наук: 22.00.04. М., 2013. 21 с.

8. Дружинин В.П. Воспитание здорового образа жизни у школьников. Дис. ... канд. пед. наук.: 13.00.01. М., 2009. 201 с.

9. Сорокина В.М. Формирование у студентов отношения к здоровому образу жизни как профессиональной ценности. Дис. ... канд. пед. наук: 13.00.08. Волгоград, 2010. 243 с.

10. Зубаирова Л.Д., Зубаиров Д.М. Курение как фактор риска сердечно-сосудистых заболеваний // Казанский медицинский журнал. 2006. № 5. Т. 87. С. 369–374.

11. Хелимская И.В. Оценка риска развития хронических неспецифических заболеваний легких у работников Дальневосточной железной дороги [Электронный ресурс] // Дальневосточный медицинский журнал. 2011. № 1. URL: <http://www.fesmu.ru/dmj/2011/2011102.aspx> (дата обращения 14.02.2014).

RESPONSIBLE ATTITUDE TO HEALTH AS A FACTOR OF LOCOMOTIVE CREWS' OCCUPATIONAL RELIABILITY

A.Yu. Akimova

We present the results of the study of locomotive crew members' attitude to health as a factor in their occupational reliability. The importance of a healthy lifestyle in maintaining occupational health of locomotive engineers and their assistants is discussed. The need to develop an effective system for motivation of the healthy lifestyle of locomotive crew members is substantiated. Some methods for the development of a responsible attitude of locomotive crew members to occupational health are proposed.

Keywords: occupational reliability, responsible attitude to health, motivation of the healthy lifestyle, locomotive crew members.

References

1. Bodrov V.A., Orlov V.Ya. Psihologiya i nadezhnost': chelovek v sistemah upravleniya tekhnikoj. M.: Izd-vo «Institut psihologii RAN», 1998. 288 s.
2. Kozubenko V.G. Bezopasnoe upravlenie poezdom: voprosy i otvety: Uchebnoe posobie dlya obrazovatel'nyh uchrezhdenij zh.d. transporta, osushchestvlyayushchih professional'nuyu podgotovku. M.: Marshrut, 2005. 320 s.
3. Ob utverzhdenii perechnya medicinskih protivopokazanij k rabotam, neposredstvenno svyazannym s dvizheniem poezdov i manevrovoj rabotoj [Elektronnyj resurs]: prikaz Ministerstva zdravoohraneniya i sotsial'nogo razvitiya RF ot 19 dekabrya 2005 g. № 796. URL: <http://www.webapteka.ru/phdocs/doc14132.html> (data obrashcheniya 12.02.2014).
4. Posmityuha A.A., Borisova E.V. Mashinist i alkogol' – ponyatiya nesovmestimye // Lokomotiv. 2012. № 6. S 12–13.
5. Strel'cova V.P. Konceptsiya «psihologii ot-noshenij lichnosti» V.N. Myasishcheva i ee metodologicheskaya, nauchno-teoreticheskaya i praktiko-psihologicheskaya znachimost'. Dis. ...kand. psihol. nauk: 19.00.05. M., 2003. 145 s.
6. Myasishchev V.N., Rubinova R.S. O faktorah, ob-uslavlivayushchih povyshenie ehffektivnosti trudoterapii psihicheskikh bol'nyh // Materialy Pyatogo Vsesoyuznogo s"ezda nevropatologov i psihiatrov. M., 1969. T. 1. S. 150–151.
7. Zav'yalov A.E. Formirovanie zdorovogo obraza zhizni molodezhi v sovremennoj Rossii. Avtoreferat dis. ...kand. sociol. nauk: 22.00.04. M., 2013. 21s.
8. Druzhinin V.P. Vospitanie zdorovogo obraza zhizni u shkol'nikov. Dis. ... kand. ped. nauk.: 13.00.01. M., 2009. 201s.
9. Sorokina V.M. Formirovanie u studentov odnoshe-niya k zdorovomu obrazu zhizni kak professional'noj cennosti. Dis. ... kand. ped. nauk: 13.00.08. Volgograd, 2010. 243 s.
10. Zubairova L.D., Zubairov D.M. Kurenie kak fak-tor riska serdechno-sosudistyh zabolevanij // Kazanskiy medicinskiy zhurnal. 2006. № 5. T. 87. S. 369–374.
11. Helimskaya I.V. Ocenka riska razvitiya hro-nicheskikh nespecificheskich zabolevanij legkih u rabotni-kov Dal'nevostochnoj zheleznoj dorogi [Elektronnyj resurs] // Dal'nevostochnyj medicinskiy zhurnal. 2011. № 1. URL: <http://www.fesmu.ru/dmj/2011/2011102.aspx> (data obrashcheniya 14.02.2014).