

# Ергономија

Охрид , 20 јули 2024 година

Емил Крстановски

Меѓународна организација на трудот

## ▶ Ергономија

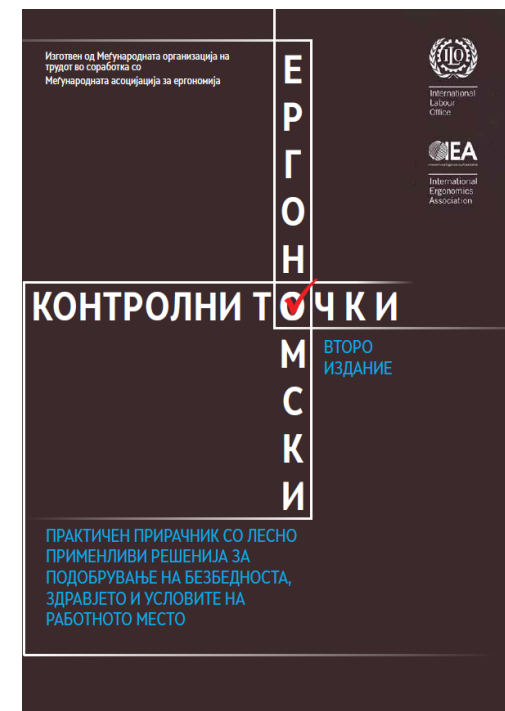
- Ергономијата (или човечките фактори) се однесува на научната дисциплина која се занимава со разбирање на интеракциите меѓу луѓето и другите елементи на работниот систем. Станува збор за систематско проучување на луѓето на работа со цел подобрување на работната состојба, условите за работа и извршените задачи.
- Физичката ергономија се занимава со човечките анатомски, антропометриски, физиолошки и биомеханички карактеристики што се однесуваат на физичката активност. (Релевантните теми вклучуваат работни пози, ракување со материјали, повторувачки движења, мускулно-скелетни нарушувања поврзани со работата, распоред на работното место, физичка безбедност и здравје.)
- Когнитивната ергономија се занимава со менталните процеси, како што се перцепцијата, меморијата, расудувањето и моторниот одговор, бидејќи тие влијаат на интеракциите меѓу луѓето и другите елементи на системот. (Релевантните теми вклучуваат ментален обем на работа, донесување одлуки, квалификувани перформанси, интеракција човек-компјутер,, стрес на работа и обука, бидејќи тие може да се однесуваат на дизајнот на човечкиот систем.)
- Организациската ергономија се занимава со оптимизација на социотехничките системи, вклучувајќи ги нивните организациски структури, политики и процеси. (Релевантните теми вклучуваат комуникација, управување со човечките ресурсите , дизајн на работа, дизајн на работно време, тимска работа, кооперативна работа, нови работни парадигми, виртуелни организации, работа на далечина и управување со квалитетот.)

## ▶ **Ергономски контролни точки**

- ▶ Практичен прирачник со лесно применливи решенија за подобрување на безбедноста, здравјето и условите на работното место.
- ▶ Изработен од Меѓународната организација на трудот во соработка со Меѓународната асоцијација за ергономија.
- ▶ Прирачникот е заснован на бројни примери на ергономски подобрувања во пракса постигнати со минимални трошоци. Таквите примери се сè побројни низ целиот свет. Тука спаѓаат ергономски дизајнирани алати, рачни колички, техники за ракување со материјали, уредување на работни места, на работно опкружување, објекти за одмор на работното место и методи на групна работа.
- ▶ Во Прирачникот се претставени 132 ергономски интервенции чија цел е создавање на позитивни ефекти без да се прибегнува кон скапи или високо софистицирани решенија. Акцентот е ставен на реалистични решенија со флексибилен начин на примена кои придонесуваат за подобрување на работните услови и продуктивноста.

## Ергономски контролни точки

- При примена на ергономските контролни точки на конкретно работно место, се советува да се избере одреден број ставки што се смета дека се важни за работното место.
- Вообичаено, за иницијална примена на прирачникот се смета дека е најпогодно да се применат околку 20–30 точки ( вкупно се 132)



▶ **Благодарам!**