



Резюме на проект по Фонд „Наука“ № 22012 – Конкурсна сесия 2022:

„Оценка на психо-физиологичния здравен риск на работното място в малкия и среден бизнес в постковид период“

Ръководител: Проф. д-р Теодора Годорова Димитрова, дм

Цел: Оценка и управление на риска за здравето и работоспособността при работещи в административно и производствено звено на малък и среден бизнес в условията на нововъзникващи психо-физиологични рискови фактори в постковид период.

Изследователски задачи:

1. Проучване динамиките в кривата на работоспособността в рамките на работния ден и работната седмица;
2. Оценка на степента на тревожност и депресия и измерване на стрес биомаркер;
3. Създаване на физиологични режими на труд и почивка;
4. Интервенционна програма за повишаване на психичната работоспособност (групови и индивидуални интервенции);
5. Анализ на ефективността на предприетите профилактични мерки.

Прилагани методи:

1. Документален – анализ на научна литература;
2. Социологичен – анкетни проучвания на 200 лица;
3. Количествени трудово-физиологични методи за:
 - 3.1. Оценка на работоспособността чрез:
 - ❖ Въпросник за определяне на WAI- индекс на работоспособността;
 - ❖ Тремометрия;
 - ❖ Коректурен тест;
 - 3.2. Психологична оценка на степента на тревожност и депресия при работа чрез стандартизирани методи:
 - ❖ Скала на Цунг;
 - ❖ Скала на HADS;
 - 3.3. Лабораторна оценка на стреса чрез изследване на нивата и динамиките в концентрацията на слюнчен кортизол и алфа-амилаза;

4. Статистически.

Очаквани резултати:

1. Събиране на медицински доказателства за ефективността на психосоциални, психо-физиологични и организационно-ергономични показатели за оценка на риска за здравето при работа в малките и средни предприятия;
2. Изготвяне на модел за индивидуализирана интервенционална програма за управление на дистреса на работното място и профилактика на тревожността и депресията сред работещите;
3. Чрез психологичните интервенции участниците ще получат психологична подкрепа, ще се снижи нивото на тревожност и дистрес, респективно ще се подобри тяхното психично и соматично здраве и ще се повиши устойчивостта им на психосоциални рискови фактори.