

**UNIVERSITATEA DIN PETROȘANI**  
**ȘCOALA DOCTORALĂ**  
**DOMENIUL DE DOCTORAT: INGINERIE INDUSTRIALĂ**

**REZUMAT**  
**TEZĂ DE DOCTORAT**

**CONTRIBUȚII PRIVIND EVALUAREA ȘI**  
**MANAGEMENTUL STRESULUI OCUPAȚIONAL ASOCIAT**  
**ACTIVITĂȚII PERSONALULUI DE SALVARE ÎN MEDII**  
**TOXICE ȘI/SAU EXPLOZIVE**

**CONTRIBUTIONS REGARDING THE ASSESSMENT AND**  
**MANAGEMENT OF OCCUPATIONAL STRESS**  
**ASSOCIATED WITH THE ACTIVITY OF RESCUE**  
**PERSONNEL IN TOXIC AND / OR EXPLOSIVE**  
**ENVIRONMENTS**

**Conducător științific:**

**Prof. univ. dr. ing. MORARU ROLAND IOSIF**

**Doctorand:**

**EISLER (KOVACS) IZABELLA**

**OCTOMBRIE 2021**

## CUPRINS

<b>LISTA FIGURILOR</b>	6
<b>LISTA TABELELOR</b>	8
<b>INTRODUCERE PRIVIND IMPORTANȚA ȘI NECESITATEA TEMEI.</b>	
<b>OBIECTIVELE ȘI STRUCTURA TEZEI</b>	10
<b>CAPITOLUL 1</b>	
<b>SINTEZA TEORIILOR ȘI MODELELOR EXPLICATIVE ALE STRESULUI</b>	17
1.1. Analiza conceptului de stres	17
1.2. Principalele modele și teorii explicative ale stresului	18
1.2.1. Modelul fiziologic al stresului și teoria răspunsului	18
1.2.2. Modelul cauzal și teoria stimulilor	20
1.2.3. Teoria conservării resurselor	21
1.2.4. Modelul tranzacțional (Lazarus și Folkman)	22
1.2.5. Abordarea tranzacțională a lui Mackay și Cox privind stresul ocupațional	23
1.3. Principalele modele explicative ale stresului ocupațional	24
1.3.1.. Modelul tranzacțional revizuit al stresului ocupațional și al adaptării	24
1.3.2. Modelul potrivirii persoană – mediu	25
1.3.3. Modelul “job strain” al lui Karasek	27
1.3.4. Modelul dezechilibrului dintre efort și recompensă	28
1.3.5. Modelul lui Cooper și Palmer	29
1.3.6. Modelul lui Cooper și Marshall	30
<b>CAPITOLUL 2</b>	
<b>ANALIZA RISCURILOR PSIHOSOCIALE PRIVIND SĂNĂTATEA ȘI SECURITATEA ÎN MUNCĂ</b>	31
2.1. Riscurile psihosociale – scurtă introducere	31
2.2. Stresorii vieții organizaționale	32
2.2.1. Conținutul muncii	32
2.2.2. Controlul și intensitatea muncii	34
2.2.3. Sprijinul și relațiile interpersonale	36
2.2.4. Insecuritatea locului de muncă	37
2.2.5. Rolul	38
2.2.6. Remunerație și recunoașterea meritelor	40
2.2.7. Echitatea organizațională	41
2.2.8. Managementul organizațional al schimbării	43
2.2.9. Posturi de muncă izolate	44
2.2.10. Evenimente violente sau traumatice	45
2.3. Consecințele stresului ocupațional	46
2.3.1. Consecințele fiziologice ale stresului	47
2.3.2. Consecințele psihologice ale stresului în muncă	49
2.3.2.1. Tulburarea acută de stres	50
2.3.2.2. Stres post traumatic	50
2.3.2.3. Depresia	51
2.3.3. Consecințe comportamentale ale stresului la locul de muncă	51
<b>CAPITOLUL 3</b>	
<b>INVESTIGAREA TEHNICILOR ȘI INSTRUMENTELOR DE MĂSURARE A RISCURILOR PSIHOSOCIALE</b>	53
3.1. Evaluarea riscurilor psihosociale	53
3.2. Analiza instrumentelor de evaluare a riscurilor psihosociale	54
3.2.1. Job Diagnostic Survey (JDS)	54
3.2.2. Job Stress Survey (JSS)	55

3.2.3. Chestionar privind conținutul postului / Cererile și controlul Karasek / (JCQ)	56
3.2.4. Indicele stresului ocupațional (OSI)	57
3.2.5. Rizzo și House - Măsuri ale conflictului de rol și ambiguității rolului	59
3.2.6. Chestionarul dezechilibrului efort-recompensă	59
3.2.7. Organizational Checkup Survey (OCS)	60
3.2.8. Chestionarul psihosocial Copenhaga (COPSOQ)	62
3.2.9. Inventarul stresului ocupațional (OSI)	62
3.2.10. Audituri de stres	63
<b>CAPITOLUL 4</b>	
<b>ANALIZA MUNCII ȘI A RISCURILOR PSIHOSOCIALE PENTRU ACTIVITATEA DE SALVARE ÎN MEDII TOXICE /EXPLOZIVE /INFLAMABILE</b>	64
4.1. Caracteristicile și cadrul normativ care reglementează activitatea de intervenție și salvare la unitățile industriale cu pericol potențial de emisii de gaze toxice și /sau explozive	64
4.1.1. Prezentare generală a activității de intervenție și salvare	64
4.1.2. Motivația în activitatea de intervenție și salvare	66
4.1.3. Cerințe fizice și psihice impuse personalului de intervenție și salvare	68
4.1.4. Riscuri profesionale privind sănătatea și securitatea în munca de intervenție și salvare	69
4.1.4.1. Suprasolicitarea fizică	71
4.1.4.2. Suprasolicitarea psihosocială	71
4.1.5. Normativ privind organizarea activității de intervenție și salvare	75
4.2. Analiza psihologică a muncii pentru activitatea intervenție și salvare în medii toxice/inflamabile/ explozive	77
4.2.1. Metoda analizei muncii orientată către deținătorul postului de muncă – Job Specifications	79
4.2.2. Aspecte metodologice ale investigării și evaluării particularităților unui post de muncă	81
4.2.2.1. Metode de evaluare și investigare a caracteristicilor unui post de muncă	81
4.2.2.2. Analiza muncii folosind sistemul Fleishman Job Analysis Survey (FJAS)	82
4.2.3. Prezentarea metodologiei de lucru și aplicarea sistemului FJAS	83
4.2.4. Analiza și interpretarea rezultatelor	87
4.2.4.1. Analiza datelor obținute prin sistemul de analiză a muncii FJAS	87
4.2.4.2. Profilul psihologic al personalului de intervenție și salvare în medii toxice / inflamabile / explozive	94
<b>CAPITOLUL 5</b>	
<b>CERCETĂRI PRIVIND MANAGEMENTUL STRESULUI OCUPAȚIONAL ASOCIAT ACTIVITĂȚII PERSONALULUI DE SALVARE ÎN MEDII TOXICE ȘI/SAU EXPLOZIVE</b>	96
5.1. Managementul stresului – aspecte generale	96
5.2. Tipuri de intervenții	98
5.2.1. Intervenții de prevenție primară în managementul stresului	98
5.2.1.1. Pregătirea psihologică a personalului de intervenție și salvare	99
5.2.2. Intervenții de prevenție secundară în managementul stresului	101
5.2.3. Intervenții de prevenție terțiară în managementul stresului	101
5.2.3.1. Primul ajutor psihologic	101
5.2.3.2. Alte tipuri de intervenții de prevenție terțiară	102
5.2.4. Managementul stresului incidentelor critice sau CISM	103
5.2.5. Intervenția psihoterapeutică în distresul emoțional	103
5.2.5.1. Matricea psihosocială pentru sprijin psihologic în situații de criză	103

5.2.5.2. Mecanismele de acțiune ale intervențiilor psihologice	105
5.3. Prezentare generală a noțiunii de coping cu stresul	106
5.3.1. Perspectiva cognitivă	107
5.3.1.1 Coping: definiție, structură	107
5.3.1.2. Forme de coping	108
5.3.1.2.1. Forme de coping axate pe emoție	108
5.3.1.2.2. Forme de coping axate pe probleme	109
5.3.2. Resurse de coping	111
5.3.3. Trăsături de personalitate implicate în coping	112
5.3.3.1. Autoeficacitate percepută	113
5.3.3.2. Stima de sine	114
5.3.3.3. Locusul de control	115
5.3.3.4. Robustețea	116
5.3.3.5. Sentimentul de coerență	117
5.3.3.6. Optimismul	118
5.3.4. Reziliența și rezistența psihologică	118
5.3.4.1. Reziliența psihologică	119
5.3.4.2. Rezistența psihologică	121
5.3.5. Dezvoltarea posttraumatică	122
5.4. Strategii de coping utilizate de către personalul de intervenție și salvare INCD INSEMEX	123
5.4.1. Stresul în activitatea de intervenție și salvare	123
5.4.2. Aspecte metodologice în evidențierea strategiilor de coping	124
5.4.2.1. Instrumentul Chestionar de evaluare a copingului cognitiv-emoțional (CERQ)	125
5.4.2.2. Instrumentul Scala de abordare strategică a copingului (SACS)	126
5.4.3. Analiza și interpretarea rezultatelor	126
<b>CAPITOLUL 6</b>	
<b>CONTRIBUȚII ȘI PROPUNERI PENTRU REDUCEREA RISCULUI DE EXPUNERE LA STRES (PROGRAM DE PREGĂTIRE PSIHOLGICĂ PENTRU SALVATORI)</b>	131
6.1. Modulul I al programului de pregătire psihologică	133
6.2. Modulul II al programului de pregătire psihologică	136
6.3. Modulul III al programului de pregătire psihologică	139
6.4. Modulul IV al programului de pregătire psihologică	143
6.5. Modulul V al programului de pregătire psihologică	148
6.6. Evaluarea programului de pregătire psihologică	158
<b>CAPITOLUL 7</b>	
<b>CONCLUZII, CONTRIBUȚII, PERSPECTIVE</b>	160
7.1. Concluzii	160
7.2. Contribuții	166
7.3. Limite ale studiului și perspective de cercetare viitoare	169
7.3.1. Limite ale cercetării	169
7.3.2. Perspective de cercetare viitoare	170
<b>BIBLIOGRAFIE</b>	171
<b>ANEXĂ</b>	182

# 1. INTRODUCERE PRIVIND IMPORTANȚA ȘI NECESITATEA TEMEI. OBIECTIVELE ȘI STRUCTURA TEZEI

## *Tema de cercetare. Actualitate, necesitate, importanță*

În Europa, AESSM evidențiază faptul că riscurile psihosociale și stresul ocupațional reprezintă unele dintre problemele cele mai provocatoare în ceea ce privește SSM, generând un important impact negativ atât asupra stării de sănătate a oamenilor, organizațiilor cât și asupra funcționării economiilor naționale. Astfel, datele sondajelor efectuate de către agenția amintită [208] arată faptul că aproximativ jumătate din angajații europeni spun că stresul ocupațional este o situație obișnuită în cadrul locurilor lor de muncă și că este cauza celor mai multe zile de muncă pierdute, din totalul acestora. Recunoașterea și acceptarea existenței acestor riscuri reprezintă primii pași către soluționarea problemei. Comparativ cu riscurile ocupaționale cu caracter mai “tradițional”, riscurile psihosociale au, întrădevar, o natură mai complexă ce poate părea mai greu gestionabilă, dar, de fapt, ele pot fi gestionate în aceeași modalitate ca orice alt risc SSM.

## *Stadiul actual al cunoașterii în domeniu pe plan național și internațional*

În România intervențiile în domeniul psihologiei organizaționale sunt reglementate de Legea 213/2004 cu privire la exercitarea profesiei de psiholog cu liberă practică precum și de o serie de norme, decizii și standarde de calitate emise de către Colegiul Psihologilor din România. Dincolo de acest cadrul legislativ, care întrădevar oferă linii directoare privind derularea activității, psihologii sunt liberi să aleagă între diferite metode și tehnici cu diferite grade de standardizare.

Deși pregătirea psihologică a diferitelor categorii profesionale a făcut obiectul preocupărilor psihologilor români, literatura autohtonă de specialitate este încă destul de săracă atunci când este vorba despre materiale teoretice, studii și cercetări privitoare la pregătirea psihologică, în context organizațional. Spre deosebire, pe plan internațional literatura de specialitate abundă în lucrări cu caracter teoretic și practic privitoare la pregătirea psihologică a personalului de intervenție și salvare în situații de urgență. Peste hotare încrederea care se acordă intervențiilor psihologice de tip prevenție are o greutate mai mare, atât marile companii, cât și cele de dimensiuni mici înțelegând faptul că acestea joacă un rol primordial în menținerea unui nivel ridicat de securitate și sănătate în muncă.

În țara noastră, anumite categorii profesionale (de ex. cadre militare, sportivi, pompieri) beneficiază în activitatea desfășurată de programe de pregătire psihologică, care au rolul de a-i sprijini în a face mai bine față situațiilor dificile la care vor fi expuse. În ceea ce privește activitatea de instruire / reinstruire a personalului de intervenție și salvare în medii toxice / inflamabile / explozive la momentul actual nu există programe de pregătire psihologică cuprinse în tematica de instruire.

Există organizații, în creștere ca număr și atunci când ne referim la țara noastră, care fie concep, fie implementează contra cost, programe menite să sprijine angajații în prevenirea instalării stresului general și ocupațional sau, dacă acesta s-a instalat deja, să-i asiste în gestionarea acestuia într-o manieră cât mai adaptativă. Regula de aur conform căreia este preferabil să previi decât să tratezi se aplică și în ceea ce privește abordările de gestionare a riscurilor psihosociale.

Astfel, cele mai eficiente programe sunt cele de natură profilactică, concretizându-se în procese elaborate de recrutare și selecție (selectarea acelor persoane care în urma evaluărilor se dovedesc a fi potențial capabile să gestioneze nivelul de stres presupus de respectivul post de muncă) și în programe de training și dezvoltare, prin intermediul cărora angajații deprind sau dezvoltă abilități și cunoștințe ce facilitează gestionarea adaptativă a stresului ocupațional și general.

În 2010, Mihaela Stoica, conferențiar universitar în cadrul Universității Dimitrie Cantemir din Târgu Mureș, afirma: “Cu rare excepții, în România programele de management al stresului nu cunosc un succes deosebit, motivele ținând în special de mentalitate. Patronii români sunt încă adepții teoriei “X” a managementului, care consideră că oamenii prin natura lor sunt leneși și trebuie forțați să muncească, controlați atent și sancționați prompt. Pe de altă parte, în unele companii multinaționale se constată un alt fenomen: este normal să lucrezi peste program, să fii permanent ocupat, mereu în acțiune, grăbit, mereu în criză de timp. Problema stresului ocupațional în România este încă o problemă deschisă, ce așteaptă să fie rezolvată.”. Situația nu a suferit îmbunătățiri foarte semnificative în ultimul deceniu.

#### *Relevanța temei pentru dezvoltarea cunoașterii științifice*

Condițiile deosebite generate de situațiile de urgență sunt de natură să producă încordări psihice și emoționale. La o parte a personalului de intervenție și salvare aceste încordări sunt acompaniate de activarea celor mai importante resurse interne ale individului, în timp ce la alte persoane ele pot duce la situații dezadaptative precum și la manifestarea unor simptome de stres. Din această perspectivă, stresul este văzut ca o urmare a disproporției marcate dintre cerințele mediului și posibilitățile de răspuns ale individului [180]. În cazul în care stimulii externi depășesc din punct de vedere al intensității și duratei pragurile individuale ale unei persoane, rezultă o dezorganizare a proceselor cognitive, care duce la rândul ei, la o dezorganizare comportamentală. Această dezorganizare poate să aibă mai multe grade de intensitate, de la alterarea proceselor de prelucrare, la încetinirea acestora și până la blocare totală, ceea ce echivalează în spectrul comportamental cu o înghețare a oricărei forme de răspuns.

Efectele pe care stresul le poate avea asupra unui individ pot fi diverse, afectând calitatea vieții personale și calitatea vieții profesionale, sănătatea fizică și mentală, relațiile interpersonale și universul vieții interioare.

Caracterul traumatizant al unui eveniment perturbator emoțional este întotdeauna rezultatul unei interpretări subiective a acestui eveniment de către individ și nu este dependent doar de indicii obiectivi ai evenimentului. Limita de “normalitate” la care funcționează procesele și produsele psihice are, bineînțeles, un caracter individual și variabil, definind rezistența psihică a individului la solicitările mediului extern dar și intern, respectiv, limita până la care individul poate să producă răspunsuri funcționale și adaptative [180]. Nivelul la care un individ ajunge din punct de vedere al dezvoltării rezistenței psihice poate urma două traiectorii, respectiv: poate să fie rezultatul unei dezvoltări spontane, naturale, sau, poate să rezulte din acțiuni direcționate în mod specific în acest sens, respectiv participarea la o serie de programe, cursuri etc. Astfel, este creionat obiectivul principal al participării la un program de dezvoltare psihologică, respectiv mărirea pragului dincolo de care se produc răspunsurile nefuncționale și dezadaptative.

Cunoștințe și strategii psihologice specifice, proceduri, cum ar fi inocularea stresului, managementul emoțiilor și managementul reducerii stresului, restructurarea cognitivă, tehnicile de relaxare, rezolvarea problemelor, optimizarea relațiilor interpersonale, pot fi învățate și utilizate de către personalul de intervenție și salvare în medii toxice / inflamabile / explozive pentru gestionarea eficientă a riscurilor psihosociale. O mai bună înțelegere a

răspunsului psihologic propriu și al altora în situații de urgență ajută indivizii să se simtă mai încrezători, să simtă că au mai mult control și să fie mai bine pregătiți, atât psihologic cât și în ceea ce privește planificarea eficientă a urgențelor. Pregătirea psihologică poate ajuta indivizii să gândească în mod clar și rațional, ceea ce duce la reducerea riscului de rănire gravă și pierderilor de vieți omenești, contribuind astfel la creșterea nivelului de sănătate și securitate în muncă.

Teza de doctorat intitulată „Contribuții privind evaluarea și managementul stresului ocupațional asociat activității personalului de salvare în medii toxice și/sau explozive” propune o temă interdisciplinară sub incidența sănătății și securității în muncă, relevanța acesteia fiind determinată de importanța care se acordă protejării vieții, precum și securității și sănătății în muncă.

### **Obiectivele cercetării doctorale**

**Obiectivul principal** al proiectului de cercetare îl reprezintă creșterea securității în muncă în cadrul activităților de intervenție și salvare în medii toxice/ inflamabile/ explozive, prin intermediul implementării unor strategii preventive de management al stresului ocupațional asociat activității avute în vedere. "A fi pregătit" este pur și simplu o abordare dezirabilă în multe situații și circumstanțe de viață. Această abordare capătă înțeles și semnificații mai profunde în situații de deosebit de dificile, referitoare specific la ceea ce un individ ar trebui să facă pentru a "fi pregătit" pentru situații de urgență care pot fi deosebit de periculoase, extrem de stresante sau care pot chiar pune viața în pericol.

În vederea atingerii obiectivului general fixat au fost stabilite următoarele obiective specifice (OS):

**O.S. 1.** Fundamentarea cadrului teoretic și metodologic al cercetării stresului ocupațional, pentru asigurarea realizării unor instrumente bazate pe teorii validate științific, care au trecut testul unor studii clinice riguroase, care să optimizeze menținerea riscurilor psihosociale în cadrul unui interval acceptabil în operațiunile unei organizații, din perspectiva primordială a securității și sănătății lucrătorilor și să asigure un potențial preventiv crescut;

**O.S. 2.** Analiza detaliată a riscurilor psihosociale în context organizațional;

**O.S. 3.** Efectuarea unei analize a literaturii de specialitate privind tehnicile de evaluare a riscurilor psihosociale, pentru a genera o revizuire cvasi-exhaustivă a celor mai relevante și actuale surse din literatura de specialitate cu privire la caracteristicile, beneficiile și limitările acestora, aplicabile pentru o gestionare eficientă a SSM;

**O.S. 4.** Realizarea unei analize a muncii și riscurilor psihosociale pentru activitatea de intervenție și salvare în medii toxice/ inflamabile/ explozive, pentru a servi ca punct de referință în elaborarea instrumentului propus în cadrul obiectivului principal. Analiza muncii este considerată a fi o componentă de mare importanță în proiectarea sistemului de management de personal, conducând la circumscrierea unui aspect major al validării oricărui sistem de selecție profesională: identificarea criteriilor de performanță profesională.

**O.S. 5.** Analiza contextului național și internațional, precum și a stadiului actual al strategiilor manageriale de minimizare a riscurilor psihosociale, respectiv a stresului ocupațional asociat diverselor categorii de activități și realizarea unei sinteze documentare privind mijloacele disponibile de prevenire și protecție;

**O.S. 6.** Aplicarea unei metodologii de cercetare, a instrumentelor/ chestionarelor de realizare a unui studiului referitor la strategiile de coping, respectiv modul în care personalul de intervenție face față situațiilor stresante, în cadrul unei organizații care

derulează activități de instruire în domeniul intervenției și salvării în medii toxice/explozive/ inflamabile.

**O.S. 7.** Evidențierea rolului pregătirii psihologice și elaborarea unei metodologii, implementabile la nivel organizațional, în vederea managementul stresului ocupațional asociat activității personalului de intervenție și salvare în medii toxice și/sau explozive. Metodologia, denumită “Program de pregătire psihologică”, vizează activități specifice pentru creșterea eficienței individuale și de grup în ceea ce privește controlul stresorilor și al efectelor acestora, respectiv gestionarea emoțiilor negative disfuncționale, învățarea unui stil de gândire sănătos, managementul stresului, stimularea creativității, abordarea situațiilor sau evenimentelor negative de viață care pot afecta performanța individuală și la nivel de echipă (ex: deces, durere fizică, accidentări, etc), managementul luării deciziilor etc.

## 2. SINTEZA TEZEI DE DOCTORAT

Teza de doctorat include 7 capitole și este extinsă pe 187 pagini alocate demersului de cercetare științifică întreprins, conține un număr de 62 figuri, 42 tabele precum și 229 de referințe bibliografice.

TEZA de doctorat sintetizează în manieră sistematică rezultatele procesului de documentare bibliografică, elementele de concepție și dezvoltare etapizată a cercetărilor teoretice și – îndeosebi – aplicative consacrate soluționării temei abordate, precum și rezultatele cercetărilor cu caracter experimental întreprinse pe parcursul stagiului de cercetare doctorală.

**Capitolul 1**, având titlul „**Sinteza teoriilor și modelelor explicative ale stresului**”, este consacrat prezentării evoluției dezvoltării modelelor de cauzalitate și teoriilor stresului, în vederea înțelegerii ulterioare a mecanismelor declanșatoare, a derulării scenariilor și finalmente a mecanismelor de apărare aplicabile în organizațiile economice, considerate ca sisteme socio-tehnice complexe. Importanța acestui prim capitol rezidă în faptul că înțelegerea modului de apariție a stresului este esențială în încercarea de minimizare a evenimentelor nedorite, deoarece cunoașterea mecanismului intim de apariție și desfășurare a unui fenomen reprezintă una dintre condițiile necesare în înțelegerea și stăpânirea acestuia.

**Capitolul 2**, intitulat „**Analiza riscurilor psihosociale privind sănătatea și securitatea în muncă**”, face o prezentare elaborată a caracteristicilor riscurilor psihosociale în contextul activităților de muncă. Au fost prezentate principalele surse de risc psihosocial din cadrul organizațional și consecințele pe care stresul le poate avea asupra componentelor fizică, psihică și comportamentală. Analiza care s-a efectuat în cadrul acestui capitol a generat un ansamblu de cunoștințe ordonate care au sprijinit dezvoltarea (în capitolul 6) unui model de instrument destinat prevenirii și gestionării stresului ocupațional și stresului general.

Astfel, acest capitol, sintetizează principalele rezultate, informații și concluzii preliminare desprinse în urma analizării literaturii de specialitate privind riscurile psihosociale în muncă.

**Capitolul 3**, purtând titlul „**Investigarea tehnicilor și instrumentelor de măsurare a riscurilor psihosociale**”, este dedicat descrierii succinte a unora dintre principalele metode folosite în lume pentru analiza și evaluarea riscurilor psihosociale. Scopul nu este de a realiza o prezentare exhaustivă și detaliată, ci de a ilustra categoriile de bază și principalele lor caracteristici. Au fost prezentat succint procesul de evaluare a riscurilor psihosociale precum și un număr de 10 tehnici de evaluare a riscurilor psihosociale. Toate aceste aspecte tratate în cadrul capitolului 2, au oferit informații cu privire la categoriile de metode de evaluarea riscului, tipurile de date de intrare necesare și tipurile de rezultate furnizate, modurile în care



etapele aprecierii riscurilor pot fi combinate, modul în care tehnicile de evaluare se aplică fiecărui pas al procesului de evaluare a riscurilor și nu în ultimul rând informații referitoare la diverși factori ce influențează selectarea unei abordări a evaluării riscurilor.

**Capitolul 4**, intitulat „**Analiza muncii și a riscurilor psihosociale pentru activitatea de salvare în medii toxice /explozive /inflamabile**”, conține o structură complexă, imprimând un caracter de originalitate cercetării doctorale. În cadrul acestui capitol s-a aplicat o metodologie pentru analiza muncii pentru activitatea avută în vedere în cadrul cercetării. Primul pas în analiza unui proces este uniformizarea înțelegerii procesului respectiv, astfel că s-a realizat o prezentare generală a activității de intervenție și salvare, a caracteristicilor și cadrului normativ care reglementează derularea acesteia, subliniindu-se atât solicitările care le sunt impuse salvatorilor cât și riscurile la care aceștia sunt expuși în timpul acțiunilor de intervenție și salvare. Sinteza rezultatelor obținute în urma implementării metodologiei de analiză a muncii s-a concretizat sub forma unui profil psihologic al personalului de intervenție și salvare în medii toxice /inflamabile explozive, care operaționalizează o serie de exigențe psihologice care trebuie îndeplinite de către ocupantul postului de muncă. Acestea, alături de exigențele profesionale, vor sta la baza procesului de management organizațional al riscurilor psihosociale (de ex. procesul de selecție profesională, programe de dezvoltare personală a angajaților etc.). În mod obișnuit, până în momentul în care nu se identifică exact solicitările față de un angajat în cadrul muncii, atât în ceea ce privește sarcinile cât și în ceea ce privește comportamentul așteptat, proiectarea unui program de instruire/dezvoltare profesională sau structurarea unui sistem de evaluare și management a personalului sunt foarte dificile, dacă nu imposibil de realizat. Rezultatele analizei efectuate în cadrul acestui capitol au reprezentat o etapă importantă de fundamentare a contextului general de derulare a activității aflate sub interesul cercetării, în vederea dezvoltării unui instrument adaptat nevoilor specifice categoriei profesionale, destinat prevenirii și gestionării stresului ocupațional, dar și stresului general.

Pentru cercetarea de față s-a ales utilizarea sistemului FJAS de analiză a muncii deoarece reprezintă unul dintre cele mai elaborate sisteme în domeniu. Această metodă oferă o legătură directă între sarcinile specifice unui post de muncă și calitățile de care indivizii trebuie să dispună pentru realizarea corectă a acestora. FJAS a fost utilizat pentru a descrie postul și sarcinile de muncă ale personalului de intervenție și salvare în medii toxice /explozive /inflamabile în termenii aptitudinilor necesare pentru realizarea activității.

**Capitolul 5**, intitulat „**Cercetări privind managementul stresului ocupațional asociat activității personalului de salvare în medii toxice și/sau explozive**”, a fost structurat în două secțiuni. Prima dintre secțiuni a făcut o trecere în revistă a celor mai relevante teorii validate științific, referitoare la tipurile de intervenție în managementul stresului, la strategiile de coping angajate de indivizi în încercarea de gestionare a situațiilor cu încărcătură emoțională, a celor mai relevante trăsături de personalitate implicate în procesul de coping precum și a traiectoriilor prototipice în funcționarea normală în urma unei potențiale traume.

În a doua secțiune a capitolului s-a urmărit evidențierea strategiilor de gestionare a stresului cel mai adesea utilizate de practicanții ocupației avute în vedere de cercetarea doctorală, în cadrul unei organizații a cărei activitate include organizarea de cursuri de instruire și reinstruire a personalului de intervenție și salvare în medii toxice/ inflamabile/explozive. Derularea cercetării a implicat aplicarea unor instrumente pentru măsurarea componentelor cognitive ale reglării emoțiilor, respectiv un instrument care măsoară strategiile de coping cognitiv ale adulților și un instrument care măsoară componenta comportamentală a copingului, ținând cont și fațetele și implicațiile sociale ale strategiei prin care individul încearcă să gestioneze situațiile potențial stresante. Astfel, pentru a evidenția modalitățile de coping, atât cognitiv cât și comportamental, folosite cel mai adesea de către

salvatorii instruiți în cadrul INCD INSEMEX Petroșani s-au folosit două instrumente și anume Scala strategică de abordare a copingului SACS și Chestionarul de evaluare a copingului cognitiv emoțional CERQ.

**Capitolul 6**, intitulat „**Contribuții și propuneri pentru reducerea riscului de expunere la stres (program de pregătire psihologică pentru salvatori)**” constituie o propunere originală, cu caracter inovativ, consecință directă a concluziilor preliminare evidențiate în urma analizei literaturii de specialitate și interpretării rezultatelor cercetărilor empirice, efectuate în capitolele anterioare. Având în vedere toate cele expuse până în acest punct al lucrării de doctorat, s-a elaborat un program pilot de pregătire psihologică a personalului de intervenție și salvare în medii toxice / inflamabile / explozive care își propune asistarea personalului de salvare în pregătirea pentru situațiile care necesită intervenție, pentru a-i ajuta să atenueze impactul stresului. Programul se compune din cinci module, cuprinzând activități de ordin teoretic și activități practice.

Activitățile de ordin teoretic cuprind informații referitoare la riscurile psihologice ale intervențiilor, influența elementelor de mediu asupra psihicului uman, calitățile și stările psihice favorabile desfășurării eficiente a intervențiilor, tablourile simptomatologice specifice celor mai frecvente disfuncționalități psihice, în vederea recunoașterii acestora, metode, procedee și tehnici de gestionare a stresului. Activitățile de ordin practic se referă la antrenamentul psihologic, respectiv o strategie de exersare sistematică a conduitei, care amplifică valoarea adaptativă a reacțiilor la stres. El pleacă de la potențialitățile naturale de adaptare și ajunge la potențarea lor prin învățarea unor modalități de mobilizare și investire corectă a resurselor de răspuns.

În **capitolul 7**, intitulat „**Concluzii finale și contribuții personale. Limitele studiului și direcții de dezvoltare ulterioară a cercetării**”, sunt sintetizate principalele concluzii relevante și se evidențiază contribuțiile cu caracter de originalitate ale autorului la cunoașterea în domeniul temei de cercetare abordate. Sunt formulate limitările inerente ale studiului de cercetare, precum și perspectivele continuării cercetărilor și direcțiile potențiale de dezvoltare viitoare ale acestei teze de doctorat.

### 3. CONTRIBUȚII

Prezenta teză doctorală aduce o serie de contribuții la dezvoltarea cunoașterii în domeniul SSM, în mod specific în privința gestionării riscurilor psihosociale, prezentând programe și soluții cu grad ridicat de originalitate în vederea sprijinirii angajatorilor, lucrătorilor și a tuturor celor interesați în minimizarea riscurilor asociate stresului ocupațional. Contribuțiile personale, care includ atât aspecte teoretic cât și practice, sunt evidențiate sintetic, în cele ce urmează.

#### **A. Din perspectiva cercetărilor bibliografice și analizei stadiului actual al temei abordate:**

- Sinteza documentară privind modelele conceptuale ale stresului, oferind o imagine coerentă asupra mecanismului intim de apariție și desfășurare a fenomenului investigat, pentru a crea, astfel, premisele necesare înțelegerii și stăpânirii acestuia.
- Realizarea unei analize SWOT a celor mai frecvent întâlnite tehnici de evaluare a riscurilor psihosociale în context organizațional, accentuându-se faptul că alegerea instrumentului este un pas de o importanță deosebită;
- Analiza literaturii de specialitate privind riscurile psihosociale în muncă și managementul acestora, generând o bază teoretică solidă pentru dezvoltarea

soluției propuse în cadrul obiectivelor cercetării, respectiv elaborarea unui instrument pentru managementul stresului ocupațional. Astfel au fost revizuite cele mai recente studii și cercetări referitoare la modelele stresului ocupațional, tipurile de intervenții de gestionare a stresului și strategiile de coping cognitiv-comportamental.

- Referințele bibliografice reflectă o preocupare constantă pentru parcurgerea celor mai noi și relevante cercetări din domeniul SSM și cu focalizare pe domeniul specific al riscurilor psihosociale.

#### **B. Din perspectiva stabilirii obiectivelor de cercetare ale tezei de doctorat:**

- Definirea cu claritate a obiectivului general al tezei doctorale, în corelație directă cu problematică adusă în discuție, prin stabilirea titlului tezei;
- Elaborarea obiectivelor specifice, în concordanță cu obiectivul general al tezei de doctorat și identificarea direcțiilor care trebuie urmate în investigațiile întreprinse, în vederea desfășurării corespunzătoare a demersurilor de cercetare;
- Evidențierea aspectelor teoretice și a instrumentelor practice care stau la baza abordării coerente, unitare și interdependente a problematicilor specifice riscurilor psihosociale în context organizațional.
- Identificarea posibilității de elaborare a unei metodologii implementabile la nivel organizațional, în vederea managementul stresului ocupațional asociat activității personalului de intervenție și salvare în medii toxice și/sau explozive

#### **C. Din punct de vedere al cercetărilor cu caracter teoretic:**

- Realizarea unei sinteze a modelelor stresului organizațional și evidențierea contextului istoric al evoluției teoriilor și modelelor relevante;
- Sintetizarea rezultatelor cercetărilor fundamentale și aplicative, precum și a experienței specialiștilor recunoscuți la nivel național și internațional în domeniul securității industriale, privind obiectivele generale și etapele principale ale demersului de analiză și evaluare a riscurilor psihosociale, datele de intrare necesare, tipurile de rezultate obținute.
- Evidențierea cadrului conceptual și metodologic de abordare a cercetărilor privitoare la riscurile psihosociale. În cadrul acestei analize ample au fost stabilite repere referitoare la elementele cadrului teoretic general de abordare a stresului în muncă, clasificarea stresorilor organizaționali, consecințele pe care aceștia îi pot avea asupra diferitelor dimensiuni ale vieții individului, modele explicative ale emergenței stresului profesional, structurarea și etapizarea procesului complex de evaluare a riscurilor psihosociale pentru securitatea și sănătatea în muncă.
- Elaborarea unei clasificări și descrieri a tipurilor de intervenții privind managementul stresului ocupațional și evidențierea rolului extrem de important pe care îl joacă strategiile de intervenție primară în ceea ce privește prevenirea dar și combaterea efectelor nedorite ale stresului asupra aspectelor personale și profesionale ale vieții individului. În acest context, sunt stabilite mecanismele de acțiune ale intervențiilor psihologice.
- Propunerea unei metodologii de investigare a principalelor strategii de coping utilizate de personalul de intervenție și salvare în medii toxice/ inflamabile/

explozive, precedată de o analiză elaborată a conceptului propus spre măsurare. Astfel, este realizată o prezentare a perspectivei cognitiviste asupra noțiunii de coping, sunt analizate principalele trăsături de personalitate în corelație cu efectele pe care gradul lor de dezvoltare îl are asupra stilului preferat de gestionare a stresului și este analizată traiectoria prototipică în funcționarea normală a individului ca urmare a expunerii la o traumă.

#### **D. Din punct de vedere al contribuțiilor practice și aplicative:**

- Realizarea unei analize a muncii pentru postul „personal de intervenție și salvare în medii toxice/ inflamabile/ explozive”, respectiv selectarea unui număr de 35 de aptitudini pe baza descrierii detaliate a activității menționate, selectarea unui număr de 25 de evaluatori și aplicarea scalelor FJAS în vederea evaluării măsurii în care aptitudinile selectate sunt necesare pentru desfășurarea activităților specifice intervenției și salvării în medii toxice / inflamabile / explozive;
- Evidențierea nivelului de dezvoltare al diferitelor trăsături de personalitate implicate în procesele de coping prin aplicarea unei serii de teste psihologice de evaluare a personalității unui număr de 98 de persoane, participante la cursurile de instruire/ reinstruire personal intervenție în medii toxice/ inflamabile/ explozive organizate în cadrul INCD INSEMEX Petroșani.;
- Realizarea unei descrieri detaliate a activității de intervenție și salvare în medii toxice/ inflamabile/ explozive, ca prim pas în realizarea analizei muncii postului amintit. Descrierea activității include motivația în activitatea de salvare, cerințele fizice care le sunt impuse salvatorilor, riscurile la care aceștia se expun în activitate, cadrul normativ care reglementează activitatea etc.
- Realizarea unui profil psihologic al personalului de intervenție și salvare în medii toxice/ inflamabile/ explozive, care sintetizează toate rezultatele obținute în urma efectuării analizei muncii postului amintit, care consemnează atributele sau particularitățile individuale ce este necesar să caracterizeze ocupantul postului de muncă, respectiv cunoștințe, deprinderi, aptitudini și alți indicatori personali sau de personalitate implicați mijlocit sau nemijlocit în practicarea profesiei;
- Selectarea și implementarea unor instrumente de identificare a strategiilor de coping cognitiv și comportamental utilizate de indivizi, în vederea stabilirii măsurii în care respondenții utilizează strategii de gestionare a stresului cu caracter adaptativ, respectiv dezadaptativ. Acest demers urmărește evidențierea cât mai realistă a modului în care personalul de intervenție și salvare face față situațiilor stresante;
- Stabilirea unei baterii de teste psihologice care vizează evaluarea detaliată a personalității (respectiv a trăsăturilor cu rol în sanogeneză: autoeficacitate, stimă de sine, robustețe, dar și a celor disimunogene: anxietate, nevrozism, depresie), evaluarea atitudinilor și convingerilor personale și evaluarea adaptării la stres. Obiectivele evaluării psihologice sunt reprezentate de cunoașterea structurii de personalitate, a funcționării cognitive și a altor aspecte psiho-aptitudinale precum și de identificarea timpurie și reducerea incidenței cazurilor de disfuncționalitate psihologică. În acest scop vor fi utilizate o serie de instrumente psihologice: testul de personalitate ABCD-M, Sistem de Evaluare Clinică SEC (Scala de autoeficacitate, Scala de stimă de

sine și Scala de atitudini și convingeri), Scala de abordare strategică a copingului SACS, Scala DRS-15 pentru măsurarea robusteții.

- Elaborarea și/sau adaptarea unor instrumente specifice, implementabile în cadrul metodologiei propuse în capitolul 6 al tezei doctorale, reprezentând chestionare, liste de verificare, proceduri, studii de caz, liste cu criterii, “pastile psihologice”, liste cu recomandări, fișe de lucru etc.

#### **E. Din punct de vedere al diseminării rezultatelor**

Pe parcursul stagiului de desfășurare a activităților doctorale și al eforturilor inițiale de documentare întreprinse, am publicat în calitate de autor/coautor, un număr de 16 articole științifice și lucrări de cercetare împărțite pe următoarele categorii:

- 10 articole publicat în reviste indexate Web of Science - WoS (ISI);
- 5 articole publicate în reviste de specialitate indexate BDI;
- 1 capitol de carte publicate în edituri din țară.

Data  
04.09.2021

Drd. Izabella Eisler (Kovacs)