

# СМЕНА ПАРАДИГМЫ

Автор: ЛАРРИ УИЛСОН

[contact-ru@ssi.safestart.com](mailto:contact-ru@ssi.safestart.com)

<http://ru.safestart.com/>

Статья № 6

## СХЕМА «ОТ СОСТОЯНИЯ К ОШИБКЕ». ФОКУС НА СОСТОЯНИЯ

*Мы продолжаем курс статей, посвященных смене парадигмы.*

Как вы помните, в первой статье мы говорили об опасностях и источниках опасной энергии, включая кинетическую энергию, а также о важности человеческих ошибок, основные из которых – «не смотрю на то, что делаю» и «не думаю о том, что делаю». Также в предыдущих статьях мы рассмотрели формирование личной пирамиды риска и три источника непредвиденности. Для большинства людей – более 95% – это наши собственные действия.

Мы рассмотрели оценку рисков с точки зрения так называемого интуитивного поведения и ответили на вопрос, почему самые тяжелые

происшествия и травмы далеко не всегда происходят при выполнении опасной работы / опасных действий. И о том, что они часто происходят именно по причине совершения двух критических ошибок – не смотрю и не думаю о том, что делаю.

Мы говорили о четырех критических состояниях – спешке, расстройстве, усталости и самонадеянности, но не конкретизировали, а как же каждое из этих состояний может привести и приводит к критической ошибке. Мы пока не затрагивали вопрос, насколько смертельно опасным может быть сочетание усталости и самонадеянности (что, например, может привести к засыпанию за рулем). Кратко обсудили, как развитие и усовершенствование правильных

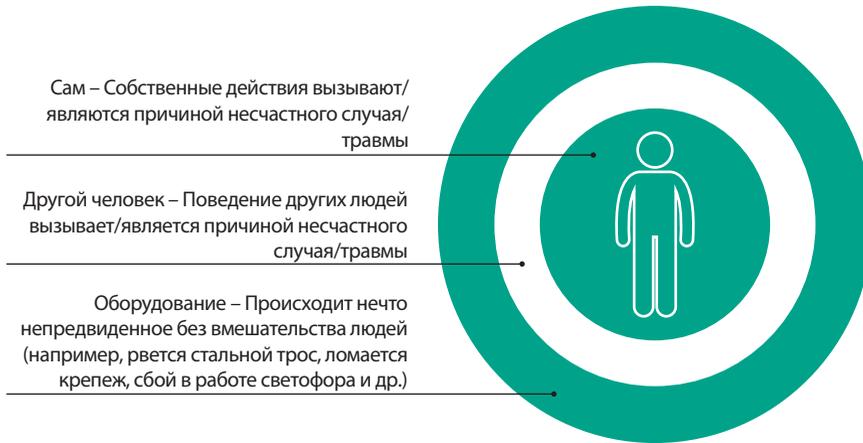
привычек может помочь скомпенсировать самонадеянность, которая и приводит к ошибке «не думаю о том, что делаю». Но пока детально мы не говорили о других состояниях – спешке, расстройстве, усталости и как быть с ними.

А теперь предлагаю вернуться к трем источникам непредвиденного, и к чему непредвиденному может привести, например, личная ошибка, просчет, неверная оценка и т. п. Стоит признать, что мы не стараемся намеренно потерять равновесие (упасть) или не увидеть запрещающий сигнал светофора – это всегда непредсказуемо. А когда мы принимаем решение об инвестировании в какое-то дело или поиграть на бирже, вряд ли мы можем быть уверены на 100% в успехе (как бы нам этого ни хотелось). Поэтому если что-то пойдет не так, вряд ли для нас это будет совершенно неожиданно. Это может быть абсолютно нежелательно для нас, но, согласитесь, это совсем не то же самое, как споткнуться или упасть из-за того, что вы элементарно не увидели загнутый угол napольного покрытия или масляное пятно на полу... Или вы упали так быстро, что даже не поняли, что произошло; резко встали и ударились головой так сильно, что искры из глаз посыпались и потемнело в глазах. Очевидно, если вы задаете себе вопрос, после того как пришли в себя: «Что же случилось?» – это и есть пример непредвиденного. Это не говорит

Ларри Уилсон, CEO и автор программы SafeStart®

### Пирамида личного риска





о том, что вы не можете допустить ошибку, например, переоценив скорость при совершении поворота, или не определив точно тормозной путь на мокрой дороге. Важно отметить, что процентное соотношение таких ситуаций, когда вы ошиблись с расчетами, существенно меньше, чем когда вы даже не подумали о мокрой дороге или увидели поворот в самый последний момент, когда практически проскочили его. То есть мысленно вы отвлеклись от ваших действий в данный момент, что не позволило вам затормозить вовремя (или плавно затормозить).

Мы все знаем, что иногда совершаем ошибки. По своей природе они непредсказуемы. В результате мы получаем непредсказуемые события. И хотя некоторые ошибки оказываются только к лучшему, таких ошибок существенно меньше. Большинство

из них приводит к нежелательным последствиям, поэтому мы стараемся избегать ошибок. Ведь мы не получаем травмы нарочно. Если мы не совершаем никаких движений и ничего не происходит вокруг нас, достаточно сложно пострадать. Мы все еще можем совершить ошибки, которые приведут, например, к потере времени или денег, но риск получить травму достаточно низок.

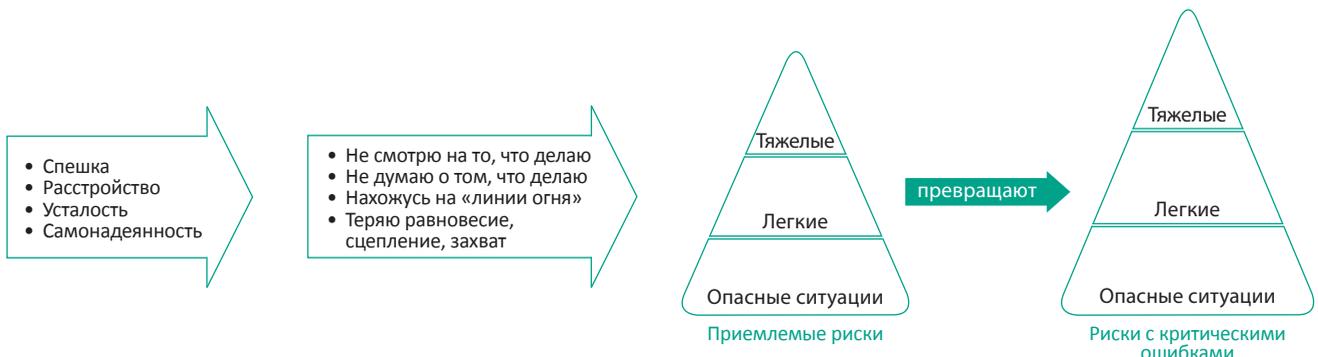
Ситуация меняется, когда начинается действие. Вы двигаетесь, перемещаетесь и (или) другие люди, машины, оборудование вокруг вас приходят в движение, и если вы не думаете и не смотрите на то, что делаете в данный момент, это может явиться причиной попадания на «линию огня» (например, столкнуться с кем-либо или чем-либо). А также одна или обе эти критические ошибки могут вызвать еще одну – поте-

рю равновесия (если, например, вы не заметили бордюр или выбоину на тротуаре и оступились).

Итак, существует четыре основных критические ошибки: не смотрю на то, что делаю, не думаю о том, что делаю, нахожусь или попадаю на «линию огня» и по какой-либо причине теряю равновесие, сцепление, захват. Можете ли вы вспомнить ситуацию, когда вы пострадали по причине своих собственных действий, но при этом вы точно смотрели и думали о том, что делали в тот самый момент, вы думали о возможном падении на «линию огня» (зона воздействия опасной энергии) и (или) о том, что может явиться причиной потери равновесия, сцепления, захвата?

Если вы действуете так же, как большинство людей, вы вряд ли сможете вспомнить хотя бы один такой пример, если это только не случай из спорта. И даже при таком раскладе это очень редкие исключения. Именно эти четыре критические ошибки являются причиной более 95% всех травм – на работе, в быту и на дорогах.

Итак, у нас нет намерения специально совершать ошибки, которые приводят к потере времени, денег и возможным травмам. Поэтому нам необходимо понять, что же является причиной того, что люди все-таки совершают ошибки и много ошибок. И когда людям задают этот вопрос, многие отвечают: «Есть много разных причин...» Но действитель-



но ли много или не настолько уж и много? Потому что, если все-таки немного, с ними проще справиться. Давайте вернемся к источнику непредвиденности «Сам человек». Пожалуйста, вспомните ситуацию, когда вы пострадали, но в тот момент вы не спешили (не делали что-то быстрее, чем обычно), вы не были расстроены, вы не чувствовали себя уставшим и вы не были настолько самонадеянны, что не думали о потенциальных опасностях и опасной энергии?

Шансы невелики, что у вас есть такой пример, пожалуй, исключая состояние чрезмерной радости/эйфории или печали. К счастью, состояние горькой печали мы не испытываем каждый день. То же самое можно сказать о чрезмерной радости на рабочем месте. А вот что касается расстройства, усталости, спешки и самонадеянности – это как раз те состояния, которые мы испытываем практически ежедневно. И исключить эти состояния и фактор человеческих ошибок на производстве невозможно. Но есть хорошая новость! Мы определили, что существует всего лишь четыре критических состояния. Хотя мы не можем их устранить, мы все-таки можем работать с ними. Три из них мы можем легко определять. Когда спешим, потому что осознанно прилагаем усилия, чтобы действовать быстрее, чем обычно. Мы легко можем распознать расстройство и усталость, а значит, мы можем использовать эти состояния как триггер, чтобы вовремя сосредоточиться на том, что делаем, и смотреть на то, что делаем, а также это поможет нам предупредить попадание на «линию огня» и потерю равновесия, сцепления, захвата. Говоря иными словами, как только вы поймете, что спешите, устали или расстроены, вам тут же нужно быстро сконцентрировать свое внимание на вашем текущем состоянии.

Фокус на состоянии и зону опасной энергии – первая из техник устранения критических ошибок. По сути, это двухшаговый процесс: как только вы «поймаете» свое состо-

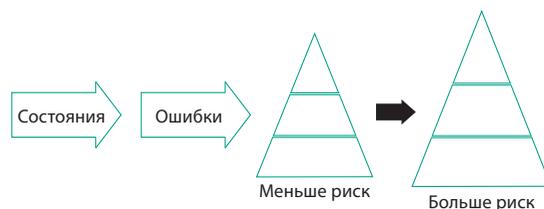
яние в настоящий момент, ваша первая реакция будет сбавить скорость, успокоиться или немного передохнуть/сделать перерыв. Но поскольку в реальной жизни сделать это не всегда возможно, вам необходимо вернуть ваше внимание на то, что вы делаете в данный момент (и думать, и смотреть именно на то, что вы делаете здесь и сейчас!). А также оценить существующие опасности, чтобы не попасть на «линию огня» (зона воздействия опасной энергии) и не потерять равновесие, сцепление, захват. Это и есть второй шаг первой техники. И, как я уже упоминал, очень важно сделать это очень быстро или настолько быстро, чтобы предупредить совершение ошибки.

Чтобы это вошло в привычку, требуется время. Но, поверьте, игра стоит свеч. И как только вы действительно хорошо освоите эту технику, применение ее будет весьма эффективным для предотвращения серьезных травм без каких-либо финансовых вложений. Но это не так просто, как может показаться. Или, как говорил Кевин Коб: «Просто общее понимание, что спешка – это риск, мало что дает. А вот осознание того, что, начиная спешить, вы начинаете рисковать, в этом весь фокус». И мы подо-



## ТЕХНИКИ УСТРАНЕНИЯ ОШИБОК

1. Фиксировать внимание на состоянии (или опасной энергии) во избежание критической ошибки.
2. Анализировать небольшие ошибки или чудом не случившиеся происшествия.
3. Анализировать типичные ошибки других, повышающие риск травмы.
4. Вырабатывать правильные привычки.



шли к нейропсихологии или к тому, как мы тренируем свое подсознание, чтобы быстро сфокусироваться на своем состоянии в данный момент (более детально об этом в следующей статье).

Таким образом, в этой статье мы говорили о смене парадигмы, объединив все предыдущие концепции воедино, чтобы продемонстрировать, как фокус на состоянии спешки, расстройства или усталости помогает предотвратить совершение критических ошибок.

### Об авторе

Ларри Уилсон – один из пионеров в изучении роли человеческого фактора в обеспечении безопасности. Более 25 лет он работал консультантом по программам поведенческой безопасности на производствах сотен компаний по всему миру. Ларри является автором SafeStart – программы по развитию осознанного отношения к безопасности. Она успешно реализована уже в более чем 3 тыс. компаниях в 66 странах и через которую прошли уже более 3,5 млн человек.

**Предыдущие статьи вы можете прочитать и скачать здесь:**  
<https://ru.safestart.com/песурсы/статьи/>

**В следующем номере: «Нейропсихология, лежащая в основе всех четырех техник снижения критических ошибок».**