



Ergonomic principles related to mental work-load. General terms and definitions

Principes ergonomiques concernant la charge de travail mental. Termes généraux et leurs définitions

Ergonomische Grundlagen in Bezug auf psychische Belastung. Allgemeine Begriffe

Tato norma obsahuje ISO 10075:1991.

### **Národní předmluva**

Norma obsahuje národní přílohu.

### **Citované normy**

ISO 6385:1981 zavedena v ČSN ISO 6385 Ergonomické zásady pro navrhování pracovních systémů (83 3510)

### **Vypracování normy**

Zpracovatel: ERGOTEST, Ústí nad Orlicí, IČO 106131292, Ing. Zdeněk Chlubna

Technická normalizační komise: TNK 2 Bezpečnost technických zařízení. Ergonomie.

Pracovník Českého normalizačního institutu: Ing. Josef Vašák

---

**ERGONOMICKÉ ZÁSADY VE VZTAHU  
K MENTÁLNÍ PRACOVNÍ ZÁTĚŽI  
Všeobecné termíny a definice**

---

**ISO 10075  
První vydání  
1991-10-01**

MDT 331.101.1:331.442:001.4

Deskriptory: ergonomics, vocabulary

**Předmluva**

ISO (Mezinárodní organizace pro normalizaci) je celosvětovou federací národních normalizačních organizací (členů ISO). Na mezinárodních normách obvykle pracují technické komise ISO. Každý člen ISO, který se zajímá o předmět, pro který byla vytvořena technická komise, má právo být zastoupen v této technické komisi. Práce se zúčastňují i mezinárodní organizace, vládní i nevládní, s nimiž ISO navázala pracovní styk. ISO úzce spolupracuje s Mezinárodní elektrotechnickou komisí (IEC) ve všech záležitostech normalizace v elektrotechnice.

Návrhy mezinárodních norem přijaté technickými komisemi se rozesílají členům ISO k hlasování. Vydání mezinárodní normy vyžaduje souhlas alespoň 75 % z hlasujících členů.

Mezinárodní norma ISO 10075 byla připravena technickou komisí ISO/TC 159 Ergonomie, subkomise SC 1, Ergonomické zásady - pokyny.

Příloha A je neoddělitelnou částí této mezinárodní normy.

**Úvod**

Tato mezinárodní norma je rozšířením ISO 6385:1981, Ergonomické zásady pro navrhování pracovních systémů, 3.7 až 3.9 - se zaměřením na mentální pracovní zátěž a podrobně popisuje termíny a pojmy se zřetelem na zvláštní důsledky, jež je třeba v této oblasti brát v úvahu.

**1 Předmět normy**

Tato mezinárodní norma definuje termíny z oblasti mentální pracovní zátěže, mentální stres a mentální napětí, a specifikuje vztahy mezi příslušnými pojmy.

Vztahuje se k vytváření pracovních podmínek s ohledem na mentální pracovní zátěž, s cílem prosadit jednotné užívání terminologie jak odborníky, tak praktiky v oblasti ergonomie i v obecném použití.

Netýká se metod měření a zásad projektování pracovních činností, jež jsou nebo budou předmětem jiných mezinárodních norem.

Strana 3

---

## 2 Základní pojmy

Jakákoliv činnost i převážně fyzická může být příčinou mentálního stresu<sup>1)</sup>. „Mentální stres" je v tomto případě termín označující vnější působení na člověka, které ho psychicky ovlivňuje. Mentální stres vyvolává stavy zvýšeného či sníženého mentálního napětí u člověka. Bezprostředním důsledkem mentálního napětí je buď uvolnění nebo mentální únava či stavy s příznaky podobnými únavě. Nepřímým důsledkem mentálního napětí může být tréninkový jev. Uvedené důsledky mentálního napětí se mohou formou a intenzitou lišit v závislosti na individuálních a situačních výchozích podmínkách.

V této mezinárodní normě se výraz „mentální" používá, kdekoli se hovoří o lidských zkušenostech a chování. „Mentální" se v tomto smyslu vztahuje k poznávacím, informačním a emočním procesům člověka. Termínu mentální je užito, protože jeho aspekty se objevují ve vzájemném vztahu a neměly by být v praxi zkoumány odděleně.

---

-- Vynechaný text --