

# 轨道交通司机心理素质评估与心理健康支持体系构建

叶帅清

重庆轨道交通运营有限公司 重庆 400000

**【摘要】**：轨道交通运行高度依赖司机的稳定心理状态与应急判断能力。长期处于高强度、封闭性与突发事件频发的工作环境中，易引发压力累积与情绪波动，进而影响操作安全。以重庆轨道交通为背景，聚焦司机心理素质评估的关键维度，探讨心理风险识别与动态监测的必要性。在此基础上，结合岗位特征与运营实际，梳理心理支持资源配置与干预路径的内在关联，强调评估与支持体系的协同作用。通过构建连续性、针对性的心理保障机制，强化个体适应能力与系统安全韧性，为提升轨道交通运行稳定性提供支撑。

**【关键词】**：轨道交通司机；心理素质评估；心理健康支持；安全运营；重庆轨道交通

DOI:10.12417/2811-0536.26.07.098

## 引言

高速运转的城市轨道网络中，司机始终处于高度专注与持续警觉的状态。狭窄驾驶空间、单调运行环境与突发状况交织，使心理负荷呈现隐性累积特征。任何细微情绪波动，都可能在关键时刻被放大，进而影响判断与操作。重庆复杂地形与线路条件进一步加剧运行环境的不确定性，使司机心理状态成为影响系统安全的重要变量。在这一背景下，如何识别潜在心理风险，并形成持续有效的支持机制，成为保障轨道交通稳定运行的重要切入点。

## 1 轨道司机心理风险与评估困境

轨道交通司机长期处于高度集中注意力的工作情境之中，运行环境呈现出封闭性强、节奏单一且风险隐蔽的特征。驾驶任务对持续警觉水平、信息加工速度以及应急反应能力提出了极高要求，一旦心理负荷超出个体承受阈值，容易诱发注意力分散、认知偏差及操作迟滞等问题<sup>[1]</sup>。在重庆轨道交通复杂线路条件下，隧道密集、曲线半径变化频繁以及坡度差异显著，使司机在感知与判断过程中面临更高的不确定性。这种外部环境与内部心理状态的叠加效应，逐渐形成慢性压力积累，对情绪稳定性与心理韧性产生持续消耗，进而增加运行风险。

心理风险的表现形式具有隐蔽性与动态变化特征，难以通过传统管理手段实现精准识别。情绪耗竭、职业倦怠以及焦虑水平波动等因素，往往在早期阶段缺乏明显外显行为，常规体检或简单访谈难以捕捉其发展轨迹。部分司机在长期高压状态下形成适应性掩饰，主观感受与客观表现之间存在偏差，导致心理问题被延迟发现。突发事件经历、值乘班制不规律以及昼夜节律紊乱，对神经内分泌系统产生干扰，进一步加剧心理状态的不稳定性。这些复杂因素交织，使心

理风险呈现出阶段性波动与个体差异显著的特点，对评估体系的科学性与敏感性提出更高要求。

现有心理素质评估在实际应用中仍面临多重困境。评价指标体系多以通用心理测量工具为基础，缺乏对轨道交通驾驶岗位特征的针对性刻画，难以全面反映认知负荷、风险感知能力及应急决策水平等关键要素。评估方式以周期性检测为主，动态监测机制相对薄弱，无法及时捕捉心理状态的短期波动与累积变化。数据采集与分析环节之间衔接不足，结果多停留于定性判断，缺乏量化分析与趋势预测能力。再加上部分从业人员对心理评估存在认知偏差，参与积极性受到影响，进一步削弱评估结果的真实性与有效性。在多因素交互影响下，心理风险识别与评估的精准度仍有较大提升空间。

## 2 心理素质评估与支持体系构建路径

轨道交通司机心理素质评估需要建立在岗位胜任力模型的基础之上，通过对认知能力、情绪调节水平及压力耐受度等核心维度进行结构化拆解，实现评估内容与岗位要求的精准匹配。在重庆轨道交通运行环境中，复杂线路条件对空间感知能力与动态判断能力提出更高要求，因此在评估设计中需强化对注意力分配、风险预判及决策反应速度的测量<sup>[2]</sup>。借助心理测量量表、行为反应测试与情境模拟评估等多元手段，形成多维度数据采集体系，并通过标准化评分模型实现量化分析，从而提升评估结果的客观性与可比性。基于岗位特征进行指标细化，有助于更真实地反映司机在实际运行情境中的心理状态与适应能力。

评估机制的运行需要依托动态监测体系，实现从单一时间节点向连续跟踪的转变。通过引入信息化平台，对司机心理状态进行周期性采集与数据整合，构建个体心理档案，实现历史数据与实时状态的关联分

析。结合生理指标监测技术,如心率变异性与疲劳度指标分析,可对心理负荷变化进行辅助判定,从而提高风险识别的敏感度。在值乘周期、突发事件经历及工作强度变化等关键节点设置重点监测环节,有助于捕捉心理状态的阶段性波动。通过数据建模与趋势分析技术,对潜在风险进行预警,实现由事后识别向事前干预的转变,使评估体系具备更强的前瞻性与适应性。

心理健康支持体系的构建需要与评估结果形成紧密衔接,推动干预措施的精准化与分层化。依据评估数据对个体心理状态进行分级,结合差异化需求配置干预资源,强化心理调适与情绪管理能力的提升。通过专业心理咨询、团体辅导及压力管理训练等方式,增强司机对高压情境的适应能力,同时构建常态化心理服务渠道,提升心理支持的可获得性。在组织层面,通过优化排班结构与工作负荷分配,降低长期高强度作业带来的心理消耗,并完善应急事件后的心理干预机制,缓解突发事件对个体心理的冲击。评估体系与支持机制之间的协同运行,有助于形成闭环管理结构,使心理风险管控更加系统化与持续化。

### 3 评估与支持协同下的安全提升机制

评估体系与心理支持机制的协同运作,使轨道交通司机的心理状态管理由分散环节转向整体联动结构。在实际运行过程中,评估数据不再局限于静态记录,而是通过信息整合形成连续性心理状态画像,为安全管理提供动态依据。基于数据驱动的风险识别模式,可以将注意力波动、反应迟滞及情绪不稳定等指标纳入安全监测范围,使心理因素与操作行为之间建立直接关联<sup>[1]</sup>。在重庆轨道交通复杂运行条件下,这种联动机制有助于强化对关键风险节点的识别能力,使安全控制从单一技术层面延伸至人因管理层面,提

升整体运行系统的稳定性。

心理支持措施在评估结果的引导下实现针对性介入,使安全保障从被动响应转向主动调节。通过对不同心理状态等级的司机实施差异化干预,可在压力积累尚未演化为行为偏差之前进行有效调适。结合情绪调节训练与认知重构方法,能够改善个体在高负荷情境下的信息处理效率,降低决策失误概率。在高强度运行周期或突发事件后,及时启动心理恢复机制,有助于缓解急性心理应激反应,避免其对后续操作产生持续性影响。评估与干预之间形成的快速反馈通道,使心理风险控制具备更高的响应速度与精准程度。

协同机制的深化还体现在组织管理层面对安全文化的重塑。通过将心理评估结果纳入安全绩效考量体系,推动管理模式由单纯行为监督向综合心理与行为双重维度转变。在运行调度与人员配置过程中,引入心理状态数据作为决策参考,有助于实现人力资源的优化分配,降低高风险时段的安全隐患。依托信息平台实现数据共享,使运营管理、心理服务与安全监管之间形成信息互通结构,提高整体协同效率。多维度联动机制的持续运作,使心理因素在安全体系中的权重不断提升,从而推动轨道交通运行安全水平向更高层级发展。

### 4 结语

轨道交通司机心理素质评估与心理健康支持的有机衔接,使人因因素逐步纳入系统化安全管理框架之中。高强度运行环境下,心理状态对操作稳定性与风险控制能力具有持续影响,将评估结果与支持机制深度融合,有助于强化风险识别与干预效果。在复杂线路与多变工况条件下,构建连续、精准的心理管理模式,能够提升个体适应能力与整体运行安全水平,为城市轨道交通的稳定运行提供坚实支撑。

### 参考文献:

- [1] 谢昀珊.城市轨道交通司机应急处置能力提升机制研究[J].人民公交,2025,(22):155-157.
- [2] 刘艺.轨道交通线路列车运行中司机突发不适应应急处置研究[J].时代汽车,2025,(18):169-171.
- [3] 赵媛.高峰期城市轨道交通司机应急处置能力提升研究[J].人民公交,2025,(10):182-184.