

АСПЕКТЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ СПЕЦИАЛИСТОВ МЧС

*Лебедев С.М., военно-медицинский факультет в
Учреждении образования «Белорусский государственный
медицинский университет», Минск, Республика Беларусь*

На современном этапе психологическое обеспечение спасателей и пожарных в ходе их повседневной деятельности рассматривается как составная часть комплекса медицинских мероприятий, направленных на поддержание и сохранение их здоровья. Обеспечение включает психологическую и психофизиологическую диагностику, психологическую подготовку и медико-психологическую реабилитацию. В ходе психологического обеспечения учитывают напряжение адаптационных механизмов данной категории специалистов в первые 2 года работы, а также элементы срыва адаптации после 7 лет работы по специальности, переутомление при интенсивной нагрузке, изменения их статуса питания, связанные с дисбалансом в режиме питания и другое.

Особое внимание необходимо обращать на средства активизации личностных ресурсов спасателей и пожарных [1]. К ним относятся приемы саморегуляции, релаксации, медитации, дыхательные упражнения, воздействие на биологически активные точки и другие. В последнее время широко используются методы аппаратного воздействия на коррекцию в целом психоэмоционального состояния специалистов МЧС.

ЛИТЕРАТУРА

1. Кузнецова, А.С. / Методы психологической саморегуляции состояний. – М.: НОУ ВПО «Институт психоанализа». – 2009. – 20 с.