Занятия по психологической подготовке

Государственные учреждения МЧС России

|  |
| --- |
|  |
| Министерство Российской Федерации по делам гражданской обороны,чрезвычайным ситуациям и ликвидации последствий стихийныхбедствий |
| 11.02.202214:02 |
| **Занятия по психологической подготовке** |
|  |
| Психологической службой Центра были проведены занятия с личнымсоставом 2 и 3 управлений. Изучены основы психологическойподготовки спасателей, стресс, виды стресса, хронический стресс.Проведён психологический тренинг с личным составом по призыву.Внимание спасателей было обращено на актуальность данной темы, таккак саморегуляция призвана быстро успокоить, устранитьэмоциональное напряжение, нормализовать эмоциональный фон, аовладение приемами и методами саморегуляции, будет психологическойподготовкой к деятельности в экстремальных ситуациях.Профессия спасателя постоянно связана с действием различныхстрессовых факторов. Неопределенность складывающейся обстановки,непрерывный логический и психологический анализ быстроменяющейсяситуации, напряженная работа внимания, работа с человеческим горемоказывают неоднозначное влияние на психику. Поэтому занятия попсихологической подготовке со спасателями имеют крайне важноезначение. |
| Министерство Российской Федерации по делам гражданской обороны,чрезвычайным ситуациям и ликвидации последствий стихийных бедствий© 2025 |