



Министерство Российской Федерации по делам гражданской обороны,
чрезвычайным ситуациям и ликвидации последствий стихийных бедствий

3 декабря 2023, 20:17

Уральские спасатели проходят психопрофилактические и психокоррекционные мероприятия



В неделю с 27 ноября специалисты Уральского филиала Центра экстренной психологической помощи МЧС России завершили проведение профилактических и психокоррекционных мероприятий для личного

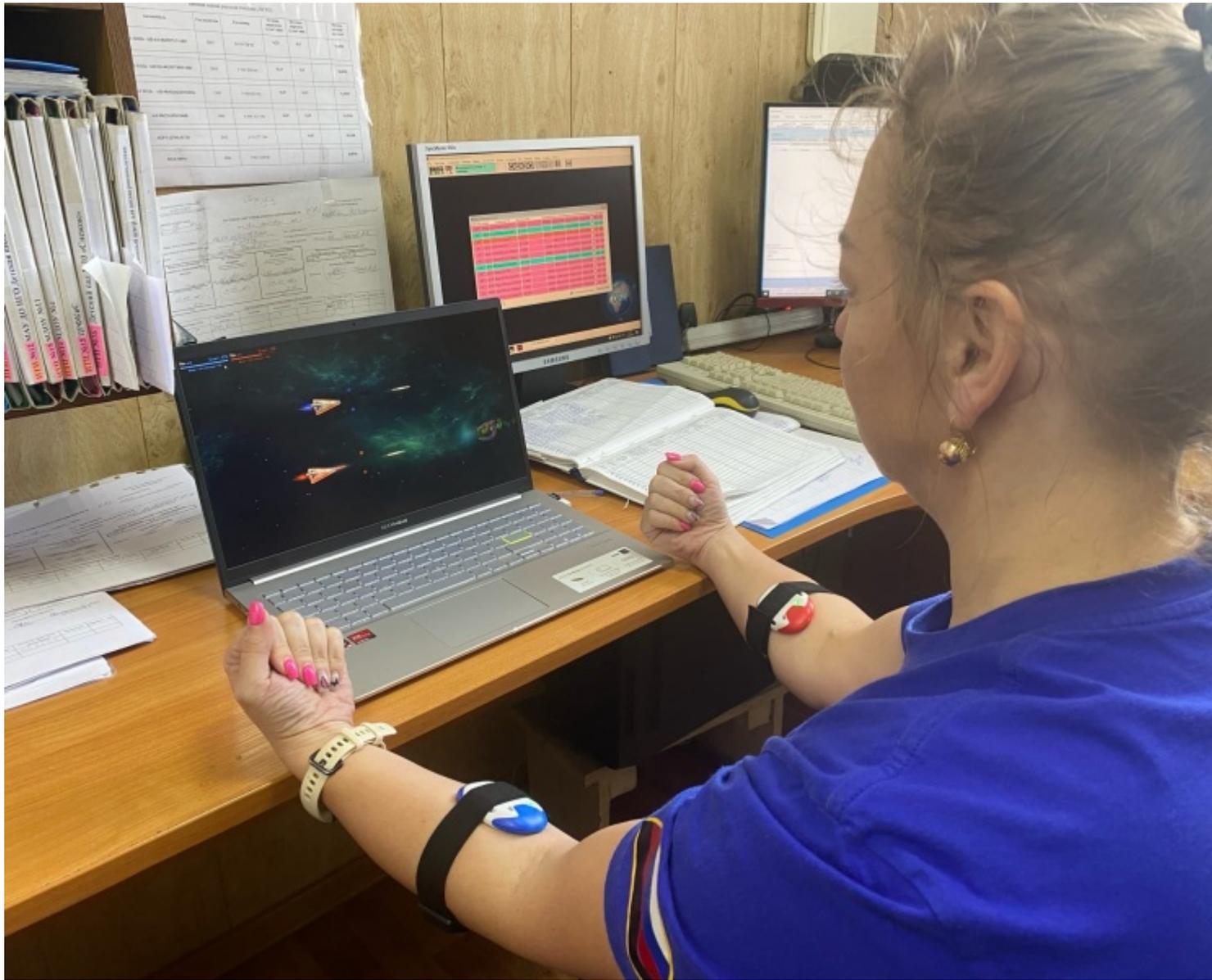
состава Уральского регионального поисково-спасательного отряда МЧС России.

Данные мероприятия проводятся со всем личным составом, прошедшим мониторинговое психодиагностическое обследование: это групповые психопрофилактические занятия, на которых специалисты повторяют основы здорового образа жизни, учатся методам саморегуляции и погружаются в тему ресурсов, а также комплексные программы коррекции, назначаемые на основании симптомов, выявленных в ходе обследования и беседы. комплексов, с использованием оборудования на базе комнаты психоэмоциональной разгрузки. Их целью является повышение стрессоустойчивости, восстановление физических сил и психологических ресурсов, важным аспектом – профилактика развития психосоматических заболеваний, общее оздоровление организма, оптимизация физического и эмоционального состояния.

«Работа спасателей требует максимальной отдачи как физических, так и психологических сил, поэтому огромное внимание необходимо уделять собственному здоровью. Благодаря таким занятиям мы знаем, что в ходе профессиональной деятельности, прямо на работе можем восстановить и восполнить ресурсы своего организма», – отметил начальник отряда Андрей Ларюшкин.











Министерство Российской Федерации по делам гражданской обороны, чрезвычайным ситуациям и ликвидации последствий стихийных бедствий © 2025