18 февраля 2025, 15:49

# Психологи Сибирского филиала провелизанятия по психологической подготовке для горноспасателей вКемеровской области



В период с 10 по 14 февраля 2025 года психологи Сибирскогофилиала ЦЭПП МЧС России провели цикл занятий по психологическойподготовке для специалистов 3-го военизированногогорноспасательного взвода филиала «Кемеровский ВГСО» в городеБелово. Целью данных мероприятий является поддержание эффективностив работе личного состава, профилактика эмоционального выгорания исохранение профессионального долголетия на службе в МЧС России.

Горноспасатели переживают высокие физические и психологическиенагрузки в ходе проведения как плановых технических, так иаварийно-спасательных работ в шахтах, на территориях разрезов икарьеров. Это может негативно сказываться на эффективностивыполнения служебных задач, общем состоянии здоровья и напрофессиональных перспективах специалистов в будущем.

Поэтому в ходе учебных занятий рассматривались такие понятия какхронический стресс, эмоциональное выгорание, коллектив икорпоративная культура как ресурс. Также обсуждались типичныепоследствия хронического стресса для специалистов экстремальногопрофиля. В том числе особое внимание уделялось стратегиям егопреодоления.

Слушатели активно включались в дискуссии, в которых обменивалисьопытом и мнениями. Они участвовали в анализе и обсуждении различныхситуаций, связанных с преодолением хронического стресса как впрофессиональной деятельности, так и в повседневной жизни. Припомощи практических заданий горноспасатели закрепили полученныезнания и навыки по преодолению хронического стресса и егопоследствий.

В занятиях принял участие 51 специалист.

