

Т.В. Лернер, И.Н. Елисеева (ГУ ЦЭПП МЧС России)

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА СПАСАТЕЛЕЙ МЧС РОССИИ

T.V.Lerner, I.N.Eliseeva

PSYCHOLOGICAL TRAINING OF RESCUERS EMERCOM OF RUSSIA

Психологи ГУ «Центр экстренной психологической помощи» МЧС России (ГУ ЦЭПП), имеющие опыт преподавания на курсах психологической подготовки в рамках повышения квалификации спасателей от первоначального уровня до международного класса, отвечают на вопросы: каковы цели психологической подготовки, как можно оценить эффективность курса психологической подготовки

Psychologists with experience of teaching in the framework of advanced courses from beginners to the international level answer the questions about the aim of psychological training and criteria of its efficiency



Т.В. Лернер



И.Н. Елисеева

Общей целью различных видов психологической подготовки специалистов МЧС России является обеспечение условий для эффективного формирования и развития профессионально важных качеств специалистов, создание условий для сохранения психического и профессионального здоровья, а так же увеличения профессионального долголетия.

Психологическую подготовку по содержанию и методам можно разделить на общую, специальную и целевую.

1. Общая психологическая подготовка предполагает овладение специалистами знаниями, умениями и навыками из области психологии, необходимых для эффективного выполнения профессиональных обязанностей в условиях дежурства и в условиях ЧС. Курс психологической подготовки в рамках повышения квалификации можно отнести к общей подготовке.

2. Специальная психологическая подготовка направлена на выработку психологической устойчивости специалистов. Такие задачи решаются в процессе прохождения полосы препятствий, занятий по физической подготовке.

3. Целевая психологическая подготовка включает в себя выработку у специалиста психологической готовности к действиям в конкретной ситуации. Например, перед выездом на ЧС.

Психологическая подготовка, как одно из направлений деятельности Психологической службы МЧС России, тесно связана с другими направлениями: психодиагностическим, реабилитационным (психологическая составляющая реабилитационных мероприятий), психологическим сопровождением аварийно-спасательных и других неотложных работ.

К задачам курсов психологической подготовки традиционно относят овладение знаниями, умениями, навыками, необходимыми для эффективного осуществления профессиональной деятельности. Однако, строго говоря, в рамках отведенного времени на психологическую подготовку устойчивые профессиональные навыки, например, навыки психической саморегуляции, сформировать невозможно. Поэтому практическая направленность курса должна быть дополнена созданием условий для формирования мотивации к дальнейшей, уже самостоятельной отработке умений и навыков.

Если говорить о мотивации к изучению курса психологической подготовки, то в первую очередь необходима кропотливая работа по разъяснению причин возникновения психических феноменов, как у спасателей во время дежурства и участия в ликвидации ЧС, так и у пострадавших в ЧС. При этом особо необходимо подчёркивать то, что последствия пребывания человека в экстремальных условиях, могут быть уменьшены за счет психологической подготовки и реабилитации. И конечно, если условия профессиональной деятельности спасателей связаны с множеством сильнейших стрессогенных факторов, то и последствия работы в таких условиях для психического здоровья часто не поддаются самокоррекции. Однако снизить вероятность развития и тяжесть уже возникших нарушений можно и нужно. Для этого необходи-

мо лишь желание самого спасателя и его готовность сотрудничать с психологами. Курсы психологической подготовки являются эффективным средством снижения вероятности развития и тяжести нарушений, связанных с особенностями профессиональной деятельности. Работа подобного содержания в рамках психологической подготовки должна в значительной степени способствовать формированию готовности спасателей к сотрудничеству с психологами и включению психологических знаний в структуру профессиональной деятельности.

Однако, нетрудно представить себе ситуацию, когда хорошо сдавший зачет спасатель, на следующем уровне подготовки с трудом вспоминает технику и методы саморегуляции или работы с пострадавшими. Хотя возможен и другой вариант: специалист приходит на следующий курс с примерами решения тех или иных проблем, самостоятельно найденными вариантами оказания психологической самопомощи и поддержки пострадавших в нестандартных ситуациях.

На наш взгляд, второй вариант может свидетельствовать о том, что знания, умения, навыки, полученные на предыдущем курсе психологической подготовки, встроены в структуру профессиональной деятельности спасателя. Такой вариант, безусловно, является более предпочтительным и позволяет оценить курс психологической подготовки как достаточно эффективный.

Исходя из особенностей данного подхода, можно сформулировать некоторые принципы, строгое следование которым является обязательным условием эффективности проводимой работы:

1. Безусловная ценность и значимость профессионального опыта спасателей, независимо от соотнесения с психологической практикой;
2. Прошлый опыт является основой для анализа и соотнесения его с психологической практикой в настоящем, с целью совершенствования навыков, умений в будущем;
3. Принятие уровня подготовленности каждого участника таким, какой он есть. Факт заинтересованности спасателя уже сам по себе ценность;
4. У каждого есть право на собственное мнение.

В связи с этим встает вопрос о выборе формата занятий. Нам представляется целесообразным использование различных форм занятий: ролевые, деловые игры, семинар с элементами тренинга и т.д. В качестве наглядных пособий используются фото- и видео-материалы с ЧС.

В чем целесообразность данного подхода? Для ответа на этот вопрос, рассмотрим ситуацию ознакомления спасателей с новым оборудованием и прилагаемой к нему инструкцией. Отточенность движений и своевременное применение данного оборудования на практике, вряд ли подразумевает лишь ознакомление, и даже заучивание прилагаемой к нему инструкции. Подобных вещей человек добивается путем неоднократного применения оборудования в

учебной ситуации. Тот же принцип соблюдается и на занятиях по психологической подготовке, а именно, в практической отработке участниками полученных знаний. Сама специфика работы спасателей часто включает в себя неотложное и быстрое принятие решений. Одной теоретической подготовки в подобных ситуациях недостаточно. Необходимо подкрепление знаний практическими навыками и умениями, получение которых возможно через ролевые игры и моделируемые ситуации на занятии.

В рамках данного подхода и принципов работы, в качестве примера, рассмотрим одну из ролевых игр, обязательно входящую в курс психологической подготовки спасателей — «Общение с пострадавшим, изолированным в очаге ЧС».

Тема общения спасателя с «жертвой» с пострадавшим, изолированным в очаге ЧС, довольно актуальна. Сюда можно отнести и ДТП, и обрушения конструкции и т.д.

Практика спасателей показывает, что многие «жертвы» умирают сразу же после вызволения их из очага ЧС, причем не всегда вследствие полученных травм. Примером может служить ситуация землетрясения, когда в течение двух суток спасатели работали над извлечением из-под обломков, находившегося в сознании мужчины. Они поддерживали с ним связь, работали поочередно, без перерывов. Делалось все для спасения человека. Мужчину удалось извлечь, но не удалось спасти, он умер при передаче его медикам. И описанная ситуация, к сожалению, далеко не единственный случай, в практике спасателей.

Почему же это происходит? Человек ставит перед собой цель и всеми силами пытается ее достичь. В данном случае основная и, как правило, единственная цель — сделать все, чтобы этот кошмар закончился! Пострадавший прилагает все силы, мобилизует внутренние резервы своего организма, тратит всю энергию на то, что бы спастись. Ему сейчас важно выжить, а не жить, любить, творить...

Что происходит дальше? «Жертва» спасена. Кошмар окончился, он увидел свет. Часто это означает, что человек уже все от него зависящее выполнил, а дальше позаботятся другие (спасатели, медики). Именно на этом этапе пострадавший снимает с себя ответственность за дальнейшее происходящее — бороться больше не за что, главная цель достигнута. Теперь он может, наконец, расслабиться и ...умереть.

Можно предположить, как чувствуют себя в такие моменты спасатели — люди, не только приложившие все возможные и невозможные усилия по извлечению человека, но и поддерживавшие контакт с ним в течение всего времени ведения работ. Нередки случаи, когда спасатель в подобной ситуации, неоднократно возвращается к вопросу: «Все ли я сделал для того, что бы человек выжил? Все ли я сделал правильно?».

На занятиях по психологической подготовке показывается как поддерживающему контакт с «жертвой» (как правило, этот человек является «заговаривающим»), нужно помочь пострадавшему простроить

перспективу на будущее, предполагающую процесс не столько выживания «жертвы», сколько желание ее жить! Такая постройка осуществляется благодаря информации, предоставленной «жертвой» в процессе их общения. Спасателям предоставляется возможность научиться применять приемы общения, которые помогают «заговаривающему» настроить пострадавшего на дальнейшее желание жить.

Несомненно, опытные спасатели общаясь с пострадавшим, в подобной ситуации ищут самостоятельные пути решения на интуитивном уровне. Но ситуация недостатка времени требует от них значительных эмоциональных затрат, снижение которых возможно при уже сформированных стратегиях работы с пострадавшим. Формирование проверенных, наиболее эффективных стратегий работы с «жертвой», позволит спасателю избежать ошибок при работе с пострадавшим, и в случае неблагоприятного исхода – позволит однозначно ответить на вопрос: «Все ли я сделал правильно?»

В заключение хотелось бы обратиться к еще одной проблеме, с которой сталкивается психолог и преподаватель психологии – это уже существующие житейские психологические знания спасателей и других специалистов МЧС России. Житейская психология является обобщением повседневного опыта самого человека, куда включен и опыт других людей. Знания такого рода, находящие многократное подтверждение в жизни закрепляются в поговорках, пословицах, мифах. Житейские психологические знания могут стать как основой, так и барьером для усвоения научных знаний.

В обыденном сознании сформировался целый ряд мифов о психологии и психологах, несмотря на относительную молодость психологической службы МЧС. Среди мифов, с которыми сталкивались коллеги в системе МЧС России можно выделить наиболее распространенные:

1. психолог все видит насквозь;
2. психолог опасен, он может серьезно навредить;
3. психолог – то же, что и психиатр;
4. психолог может решить проблему за один раз;
5. психолог – всевидящее око руководства (или полиграф);
6. психологи ничего не делают, это очередная модная надстройка;
7. психологи занимаются исключительно диагностикой для своих непонятных исследований;
8. психологи ставят опыты над людьми.

Вспоминается случай когда один из спасателей, на пятые-шестые сутки работы на ЧС почувствовал недомогание. Первоначально, от помощи, которую ему предложил психотерапевт, специалист отказался, сообщив, что с головой у него все в порядке. И тогда, когда психотерапевт сказал, что он



Практические занятия по психологии

не психолог, а «экстрасенс, специалист согласился принять помощь». Результатом «экстрасенсорного воздействия», содержанием которого были научно обоснованные психотерапевтические методы, стало заметное улучшение состояния специалиста. На наш взгляд, приведенный пример является яркой иллюстрацией негативного мифа о психологах.

Можно ли избавиться от мифов о психологах и нужно ли это делать? Например, современная медицина склонна считать мифологические представления пережитками, невериями от которых следует избавиться. По сути это означает отрицание опыта спасателя, что не может не вызвать сопротивления. Представляется, что мифы о психологах и психологии нельзя уничтожить директивным методом, объявив мифологические представления неважными, но можно и нужно учитывать их, что дает возможность корректировать негативные мифы и формировать адекватные представления некомпетентности психологов МЧС России.

Наш опыт взаимодействия со спасателями в рамках психологической подготовки, свидетельствует о том, что к концу курса у спасателей формируется реалистичное представление о том, чем занимаются психологи, не зависимо от того, с какими представлениями они пришли на первое занятие. Это позволяет не только успешно овладеть знаниями и умениями, но и в дальнейшем сотрудничать с психологами МЧС России.