

СТРЕСС В ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПОЖАРНЫХ

Канунникова Анна Геннадьевна

студент, Уфимский государственный авиационный технический университет, РФ, г. Уфа

Аксенов Сергей Геннадьевич

д-р экон. наук, профессор, Уфимский государственный авиационный технический университет, РФ, г. Уфа

Профессиональная деятельность пожарных, в отличие от других профессий, связана не только с повышенными психофизиологическими нагрузками, но и может проходить в экстремальных условиях стихийных бедствий и катастроф. Напряженные (экстремальные) ситуации усложняют условия труда, а их прямые последствия часто выражаются в виде негативных психологических состояний на работе.

Эмоциональный стресс, возникающий с момента получения сигнала о выезде, длительное время не исчезает и после окончания работы. Исследование показало, что у пожарных происходят изменения в памяти во время работы, когда сотрудник не может описать последовательность своих действий. По данным более 70 % пожарных со стажем работы менее 4 лет испытывают нервно-эмоциональный дискомфорт при получении сигнала «тревога», а более 50 % сдвигов их ЧСС сопряжены с эмоциональной составляющей сердечной реакции. Предварительное оповещение о том, что тревога будет учебной, значительно снижает уровень реакции ЧСС по сравнению с воздействием сигнала в условиях неопределенности.

После прибытия в зону ЧС выясняется источник бедствия (авария или катастрофа) и проводится боевое развертывание. Кроме того, штаб выполняет свои обязанности в соответствии с боевым расчетом и указаниями своего непосредственного начальства. На этом этапе пожарные-спасатели подвергаются различным стрессовым воздействиям.

Основными из них являются:

- опасность для жизни и здоровья, которая может быть вызвана обрушением конструкций и сооружений, взрывами, выбросами пламени, радиационным и химическим воздействием, возможностью поражения электрическим током и др.;
- необходимость быстрого принятия решения в постоянно меняющейся опасной обстановке и высокая ответственность за его правильность. Это связано с задачей скорейшего спасения людей и имущества, а также с осознанием цены ошибки пожарного, которая может обернуться неоправданными человеческими жертвами.
- чрезмерная физическая нагрузка, вызванная длительной напряженной работой без достаточного отдыха, работой в средствах индивидуальной защиты, задымлением, высокой или низкой температурой воздуха, раздражающим шумом и световым фоном и др.;
- эмоциональные стрессы, обусловленные видом погибших и пострадавших людей и животных, разрушением зданий и сооружений, пожарами и др.

Физиологический стресс проявляется следующим образом: на ранних стадиях эмоционального напряжения нарушаются информационные связи между различными

функциональными системами организма человека, и они начинают работать обособленно и напряженно, стремясь самостоятельно поддерживать регулируемые ими показатели на оптимальном уровне. При продолжающемся стрессорном воздействии механизм саморегуляции какой-либо наиболее ослабленной функциональной системы человека нарушается, и тогда ее функция неуклонно изменяется: например, повышается артериальное давление, снижается иммунитет и т.д.

В физиологическом стрессе всегда есть психические элементы и наоборот. Каков бы ни был стресс: эмоциональный или физиологический, один вид часто служит источником другого — эмоциональный стресс неизменно влечет за собой физиологический, а сильный физиологический стресс может повлиять на эмоциональное состояние. Образуется порочный, который только усложняет решение проблемы, особенно при длительном или хроническом стрессе.

Таким образом, даже однократный кратковременный стресс представляет собой чрезвычайно сложное явление, затрагивающее все уровни функционирования организма, от физиологического до психологического. От работы организма на каждом из этих уровней зависит успешность преодоления человеком стресса.

Список литературы:

1. Аксенов С.Г., Абрамович Г.Ю., Синагатуллин Ф.К. К вопросу о физических и психологических характеристиках боевой работы пожарных // Актуальные проблемы физической культуры, спорта и туризма: Материалы XIV Международной научно-практической конференции, посвященной 75-летию Победы в Великой Отечественной войне. В 2-х томах. Уфа, 2020. С. 473-476.
2. Аксенов С.Г., Абрамович Г.Ю., Синагатуллин Ф.К. к вопросу о формировании физической и психологической готовности пожарного к работе в экстремальных условиях // Актуальные проблемы физической культуры, спорта и туризма: Материалы XIV Международной научно-практической конференции, посвященной 75-летию Победы в Великой Отечественной войне. В 2-х томах. Уфа, 2020. С. 476-481.
3. Андреева Г.М. Социальная психология. - М.: Изд-во МГУ, 1980.
4. Айдаралиев А.А., Максимов А.Л. Адаптация человека к экстремальным условиям -Л.: Наука, 1988.