

Ministerul Educației și Cercetării al Republicii Moldova
Universitatea Tehnică a Moldovei
Departamentul „Inginerie Civilă și Geodezie”

Admis la susținere:
Șef departament ICG, conf. univ. dr.
_____ **A. Taranenco**
“___” _____ **2022**

INFLUENȚA FACTORILOR STRESANȚI
ASUPRA ACȚIUNILOR DE LUPTĂ ALE
POMPIERILOR-SALVATORI ÎN SITUAȚII DE
URGENȚĂ

Teză de master

Masterand:_____ Cebotari Andrei
Conducător:_____ Olaru Efim

Chișinău - 2022

REZUMAT

Cebotari Andrei „Influența factorilor stresanți asupra acțiunilor de luptă ale pompierilor-salvatori în situații de urgență”

Cuvinte cheie: situație excepțională, stres, amenințare, salvator, risc.

Teza de master este structurată pe trei compartimente reunite organic între ele, fiind dedicată problemelor de ordin psihologic cu care se confruntă pompierii-salvatori în cadrul acțiunilor de intervenție pentru salvarea oamenilor și a bunurilor materiale în situațiile de urgență cu caracter divers, precum și la lichidarea urmărilor acestor situații.

Capitolul 1 „**Aspectele psihologice ale situațiilor excepționale**”. Sunt caracterizate reacțiile emoționale care apar la oameni în situațiile cu efect psihotraumatic, etapele comportării acestora în situațiile periculoase, este caracterizată structura stresului personal (ego-stresului) primar, dereglările stresante postraumatice, factorii care determină siguranța vieții la oameni.

Capitolul 2 „**Factorii nocivi, traumatizanți și stresanți ai situațiilor excepționale**”. În acest capitol sunt nominalizați factorii care exercită influență negativă asupra stării fizice și psihice a salvatorilor la îndeplinirea misiunilor de luptă în focarele diferitelor situații de urgență, etapele pregătirii profesional psihologice a efectivului de pompieri-salvatori.

Capitolul 3 „**Autoreglarea și reabilitarea psihologică a salvatorilor**”. Sunt analizate procedeele de neutralizare a stărilor psihice negative înainte de începerea lucrului în focarele situațiilor de urgență, metodele de autoajutor și ajutor reciproc la efectuarea lucrărilor de salvare a oamenilor și a bunurilor materiale, ajutorul psihologic acordat salvatorilor după o situație de criză psihologică.

În concluzii se propun un șir de măsuri cu caracter psihoterapeutic de restabilire a stării psihice la personalul care a fost afectat în cadrul participării la lichidarea urmărilor situațiilor cu impact puternic psihotraumatizant.

ABSTRACT

Cebotari Andrei “The influence of stressors on the rescue actions of firefighters-rescuers in emergency situations”

Keywords: *exceptional situation, stress, threat, savior, risk*

The master`s thesis is structured on three compartments reunited organically with each other, being dedicated to the psychological problems faced by firefighters-rescuers in intervention actions to save people and property in various emergencies, as well as the liquidation the consequences of these situations.

Chapter 1 **“Psychological aspects of exceptional situations”**. It is characterized by emotional reactions that occur in people in situations with psychotraumatic effect, the stages of their behavior in dangerous situations, is characterized by the structure of primary personal stress (ego-stress), post-traumatic stress disorders, factors that determine the safety of life in humans.

Chapter 2 **“Harmful, traumatic and stressful factors of exceptional situations”**. In this chapter are nominated the factors that exert a negative influence on the physical and mental condition of rescuers and the performance of combat missions in the outbreaks of various emergencies, the stages of professional psychological training of firefighters-rescuers.

Chapter 3 **“Self-regulation and psychological rehabilitation of rescuers”**. Procedures for neutralizing negative mental states before starting work in emergency situations, methods of self-help and mutual assistance in performing work to rescue people and property, psychological assistance to rescuers after a psychological crisis are analyzed.

In conclusion, a series of psychotherapeutic measures are proposed to restore the mental state of the staff that was affected during the participation in the liquidation of the consequences of situations with a strong psychotraumatic impact.

CUPRINS

INTRODUCERE	6
1. ASPECTELE PSIHOLOGICE ALE SITUAȚIILOR EXCEPȚIONALE	8
1.1 Noțiuni generale	8
1.2 Etapele comportamentului oamenilor în situații excepționale	9
1.3 Structura sindromului ego-stresului traumatic primar	10
1.4 Dereglările stresante posttraumatice (D.S.P.T.)	11
1.5 Factorii personali care determină siguranța vieții	14
2. FACTORII NOCIVI, TRAUMATIZANȚI ȘI STRESANȚI AI SITUAȚIILOR EXCEPȚIONALE	19
2.1 Factorii stresanți și particularitățile psihologice ale lucrului pompierilor-salvatori în situații excepționale	19
2.2 Sursele condițiilor extreme care influențează asupra salvatorilor în S.E.	20
2.3 Acțiunea factorilor stresanți asupra psihicului salvatorului la îndeplinirea sarcinilor de luptă în focarul S.E.	22
2.4 Particularitățile pregătirii psihice a salvatorilor pentru efectuarea lucrărilor de salvare-deblocare (L.S.D.) în focarul S.E.	25
2.5 Caracteristica situațiilor de urgență și a urmărilor acestora	34
2.6 Noțiunile și conținutul lucrărilor de salvare și urgente (L.S.D.U.)	37
2.7 Particularitățile negative ale situațiilor de urgență	39
2.8 Influența pericolului asupra psihicii omului	41
2.9 Pregătirea profesional-psihologică a efectivului de pompieri-salvatori	42
3. AUTOREGLAREA ȘI REABILITAREA PSIHOLOGICĂ A SALVATORILOR	45
3.1 Neutralizarea stărilor negative înainte de începerea lucrului în zona S.E.	45
3.2 Autoajutorul și ajutorul reciproc în procesul lucrărilor de salvare	47
3.3 Acordarea ajutorului psihologic salvatorilor în condiții extreme	56
3.4. Ajutorul psihologic acordat salvatorilor după o situație de criză psihologică	59
3.5 Tactica și procedeele de asigurare a securității profesionale personale (S.P.P.) a salvatorilor la realizarea lucrărilor de salvare-deblocare și urgente	62
GLOSAR	65
CONCLUZII	66
BIBLIOGRAFIE	68

ÎNTRUDUCERE

Urgențele cu caracter major, calamitățile naturale și dezastrele s-au produs în cursul istoriei, în diferite zone ale planetei, provocând pagube enorme comunităților umane. Orice catastrofă naturală, cu caracter tehnogen sau ecologic atrag după sine un complex enorm de probleme destul de complicate. Toate acestea aduc nenorocire (pacoste) oamenilor. Odată cu creșterea, aproape exponențială, a numărului populației planetei resursele naturale au devenit mult mai limitate, iar comunitățile umane au devenit mult mai vulnerabile la pericolele, care produc dezastre.

Cataclisme și dezastre, catastrofe și avariile industriale, de mari proporții, nu afectează doar sănătatea și bunăstarea oamenilor. Un număr mare de oameni sunt deplasați (evacuați), răniți, omorâți și/sau supuși unui risc mare de îmbolnăviri în masă (epidemii, pandemii etc.).

Dezastrele și urgențele de amploare care se produc în diferite regiuni ale globului, produc efecte tot mai mari și mai puternice asupra oamenilor, comunităților, afectând populația și infrastructura existentă și punând în pericol viitorul unei dezvoltări durabile a civilizației umane.

Așadar, apar un șir de probleme legate nu doar de lichidarea urmărilor situațiilor excepționale (S.E.), dar și de acordarea ajutorului sinistraților, tuturor persoanelor amenințate fizic și/sau psihic.

Această obligație revine echipelor speciale de salvatori și altor subdiviziuni din cadrul Inspectoratului General pentru Situații de Urgență (I.G.S.U.), precum și formațiunilor civile ale Protecției Civile (P.C.) - formațiuni organizate în majoritatea țărilor.

Salvator este o stare sufletească a omului, investit cu o mare responsabilitate pentru cauza, care afară de dânsul și alte persoane identice lui nu este în stare să o realizeze nimeni. Evident, că, înainte de a încredința omului soluționarea problemelor riscante, în condiții extreme, acesta trebuie nu doar selectat, dintr-un număr impunător de candidați, dar și pregătit în modul corespunzător, pentru a face față situațiilor extreme. Nu fiecare persoană poate, cu stăpânire de sine, ferm, bine chibzuit și cu iscusință să acționeze acolo, unde situația este încordată până aproape de limita posibilului și unde este suficientă, în multe cazuri, o singură scânteie pentru o explozie periculoasă.

Pompierul/salvator este un om cu o constituție și o disciplină deosebită. Acesta este totdeauna acolo, unde oamenii suferă, unde este nenorocire, unde oamenii așteaptă ajutor dezinteresat. Salvatorul scoate oamenii din ruinele (mormane) caselor distruse, din torentul

vertiginos al inundațiilor și viiturilor de amploare, din clădirile și instalațiile cuprinse de incendiu.

Pompierul-salvator este un profesional de cea mai înaltă categorie, dedicat în integritate realizării celei mai umane cauze – salvarea oamenilor. Față de aceste persoane trebuie să avem o atârnare deosebită. Creșterea numărului și a frecvenței S.E., cu caracter natural și tehnogen, a obligat conducerea țării și a altor subiecte administrative să creeze și să întrețină servicii și subdiviziuni de căutare-salvare profesioniste, pentru intervenție rapidă în cazul declanșării fenomenelor și incidentelor ce pun viața în pericol. Activitatea salvatorilor este periculoasă și dificilă.

Psihologii care au elaborat programa de reabilitare a participanților la operațiunile de salvare au demonstrat, că salvator – nu este doar un simplu lucru, este un mod de viață, caracteristic doar anumitor persoane. Acești oameni cunosc prețul adevărat al vieții omului. Chinuri, durere, sânge, noroi – sunt doar câteva din părțile oribile ale lucrărilor de salvare. Cel mai grav lucru este responsabilitatea extrem de mare pentru viața și sănătatea omului.

În fiecare țară trebuie să existe oameni, capabili să lucreze în orice condiții, să soluționeze cele mai complicate probleme, impuse de situațiile critice, cu pierderi minimale.

Astăzi putem afirma, cu certitudine, că asemenea specialiști, în Republica Moldova, sunt pompierii-salvatori din cadrul Inspectoratului General pentru Situații de Urgență.

Scopul principal al lucrării constă în următoarele:

1. Analiza factorilor cu impact psihologic puternic asupra pompierilor-salvatori la executarea lucrărilor de salvare-deblocare și a altor lucrări urgente în focarele diferitelor situațiilor excepționale.

2. Caracteristica succintă a situațiilor excepționale cu caracter natural, tehnogen și biologic, precum și a urmărilor acestora asupra oamenilor, activității gospodărești și mediului înconjurător.

3. Analiza influenței factorilor stresanți asupra acțiunilor de luptă ale pompierilor salvatori la lichidarea urmărilor situațiilor de urgență majoră.

4. Stabilirea metodelor și a procedeelelor de neutralizare a stărilor negative și sporirea eficacității lucrărilor de salvare, precum și păstrarea sănătății pompierilor-salvatori.

BIBLIOGRAFIE

1. MARINEANU, Vasile (coord.) Manual pentru pregătirea psihologică și controlul stresului operațional. București: Editura Centrului Tehnic-Editorial al Armatei, 2015.
2. MARINEANU, Vasile, VOICU Iona. Intervenția în criză și primul ajutor psihologic: ghid operațional/Vasile Marineanu, Iona Voicu. București: Centrul Tehnic Editorial al Armatei, 2016.
3. OLARU, Efim. Pregătirea tactico-psihologică a efectivului de intervenție. Ciclu de prelegeri. Chișinău: UTM, 2013. - 108 p.
4. OLARU, Efim. Stabilitatea psihologică a omului în situații excepționale: Curs universitar. Universitatea Tehnică a Moldovei. – Chișinău: Tehnica-UTM, 2021. – 260 p.
5. VRASTI, Radu. Ghid practic de intervenție în criză. www.vrasti.org, 2012. - 468 p.
5. АШАНИНА, Е.Н. Психологическая устойчивость сотрудников государственной противопожарной службы МЧС России / Е.Н. Ашанина // Вестник психотерапии. - 2007. - Т. 28. - № 23, с.7-8.
6. БАРИНОВ, А. Как подготовить специалиста готового действовать в ЧС / А. Баринов // Основы безопасности жизнедеятельности. - № 3. - 1999, с.62-63.
7. ГРОЙСМАН, А.Л. Личность, творчество, регуляция состояний [Текст] / А. Л. Гройсман. - М.: ИЧП «Магистр», 2008, с.265.
8. ДУХНОВСКИЙ, С.В. Психологическая устойчивость как условие преодоления критических ситуаций/С.В. Духновский А.А. Брюзгин // Вестник Курганского гос. университета. Серия: Физиология, психофизиология, психология и медицина. - 2008. - № 11, с.131-134.
9. ЖАРИКОВ, Е.С. Психологические средства стрессоустойчивости [Текст] / Е.С. Жариков. - М.: МКЦ, 2005. - 21 с.
10. КАЗАНКОВ, В.В. Психологическая устойчивость специалиста МЧС России как фактор безопасности его труда / В.В. Казанков // Научно-технические ведомости Санкт-Петербургского государственного политехнического университета. Гуманитарные и общественные науки. - 2010. - Т.1. - № 105, с.127-132.
11. ЛАЗАРУС, Р. Теория стресса и психофизиологические исследования [Текст] // Эмоциональный стресс / Под ред. Л. Леви. Л.: Медицина, 2000. - 178 с.
12. ЛЕОНОВА, А.Б. Психодиагностика функциональных состояний человека [Текст] / А.Б. Леонова. - М.: Изд-во Моск. ун-та, 2004. - 200 с.

13. МЕРЗЛЯКОВА, Д.Р. Психологическая устойчивость человека в чрезвычайных ситуациях: учебное пособие/ сост. Д. Р. Мерзлякова. - Ижевск: Изд-во «Удмуртский университет», 2014. - 205 с.

13. РУСАЕВ, Э.С. Психология человека в чрезвычайных ситуациях. Учебное пособие [Текст] / Э.С. Русаев; Учебно-методический центр по гражданской обороне и чрезвычайным ситуациям. Уфа, 2004. - 183 с.

14. РОГОЗЯН, А.Б. Стресс-устойчивость в контексте теоретического конструкта психологических ресурсов личности / А.Б. Рогозян // Вестник Адыгейского государственного университета. Серия 3: Педагогика и психология. - 2011. - № 1, с.140-145.

15. СЕМЕНКОВА, С.Н. Характеристика психологических факторов оказывающих влияние на устойчивость личности / С.Н. Семенова // Наука и современность. - 2012. - № 16-1, с.242-246.

[https://www.volgmed.ru/uploads/files/2014-1/25290-psiologicheskie aspekty chrezvychajnyh situacij.pdf](https://www.volgmed.ru/uploads/files/2014-1/25290-psiologicheskie_aspekty_chrezvychajnyh_situacij.pdf), accesat 12.11.2021

https://www.mchs.gov.ru/devatelnost/bezopasnost-grazhdan/avarijno-spasatelnye-i-drugie-neotlozhnye-raboty_6, accesat 10.12.21

http://www.saratov.gov.ru/gov/news/tema_organizatsiya_i_provedenie_avarijno_spasatelnykh_i_drugikh_neotlozhnykh_rabot/?, accesat 10.12.21