



Digitally signed by
Library TUM
Reason: I attest to the
accuracy and integrity
of this document

UNIVERSITATEA TEHNICĂ A MOLDOVEI

Efim OLARU

**STABILITATEA PSIHOLAGICĂ
A OMULUI ÎN SITUAȚII EXCEPȚIONALE**

Curs universitar



**Chișinău
2021**

UNIVERSITATEA TEHNICĂ A MOLDOVEI

**FACULTATEA CONSTRUCȚII, GEODEZIE
ȘI CADASTRU
DEPARTAMENTUL INGINERIE CIVILĂ ȘI GEODEZIE
PROGRAMUL DE STUDII INGINERIE ANTIINCENDII
ȘI PROTECȚIE CIVILĂ**

Efim OLARU

**STABILITATEA PSIHOLOGICĂ
A OMULUI ÎN SITUAȚII EXCEPȚIONALE**

Curs universitar

**Chișinău
Editura „Tehnica-UTM”
2021**

CZU 614.8.015(075.8)

O-39

Ciclul de prelegeri **Stabilitatea psihologică a omului în situații excepționale** este destinat studenților UTM, specialitatea 0732.5 *Inginerie antiincendii și protecție civilă*, ciclul II, master, și urmărește scopul de a facilita însușirea materialului la disciplina *Pregătirea tactico-psihologică a efectivului de intervenție*. Lucrarea este utilă profesorilor care predau această disciplină, precum și studenților altor specialități care studiază problemele legate de securitatea fizică și psihică a oamenilor în situații de urgență majoră cu potențial traumatic. De asemenea, poate fi folosită în cadrul Inspectoratului General pentru Situații de Urgență la pregătirea efectivului acestor structuri, îmbogățirea cunoștințelor referitor la acțiunile de intervenție în situații excepționale, precum și la pregătirea psihologică a salvatorilor pentru intervenție în situațiile cu potențial traumatic.

Autor: conf. univ., dr. Efim Olaru

Responsabil

de ediție: conf. univ., dr. Efim Olaru

Recenzent: conf. univ., dr. Svetlana Haritonov

Redactor: Eugenia Balan

DESCRIEREA CIP A CAMEREI NAȚIONALE A CĂRȚII DIN RM

Olaru, Efim.

Stabilitatea psihologică a omului în situații excepționale: Curs universitar / Efim Olaru; Universitatea Tehnică a Moldovei, Facultatea Construcții, Geodezie și Cadastru, Departamentul Inginerie Civilă și Geodezie, Programul de Studii Inginerie Antiincendii și Protecție Civilă. – Chișinău: Tehnica-UTM, 2021. – 260 p.: tab.

Bibliogr.: p. 259-260 (15 tit.). – 50 ex.

ISBN 978-9975-45-693-7.

614.8.015(075.8)

O-39

Bun de tipar 24.05.2021. Formatul 60x84 1/16. Comanda nr. 39

2004, UTM, Chișinău, bd. Ștefan cel Mare și Sfânt, 168
2045, Chișinău, str. Studenților, 9/9. Editura „Tehnica-UTM”

ISBN 978-9975-45-693-7

© UTM, 2021

CUPRINS

Abrevieri.....	5
Introducere.....	6
1. PARTICULARITĂȚILE PSIHOLOGICE ALE COMPORTAMENTULUI POPULAȚIEI ÎN S.E.	8
1.1. Stresurile și distresurile în viața oamenilor	8
1.2. Deosebirile individuale în caracterul reacțiilor la S.E.	20
2. ACȚIUNILE PROFESIONAL-PSIHOLOGICE ALE SALVATORILOR ÎN S.E.	46
2.1. Particularitățile profesional-psihologice ale acțiunilor salvatorilor în S.E.	46
2.2. Activitatea de pregătire profesională a salvatorilor pentru acțiuni în S.E.	53
2.3. Particularitățile emoțional-volitivă ale soluționării proble- melor profesionale la lichidarea urmărilor S.E.	57
3. PREGĂTIREA PSIHOLGICĂ A SALVATORILOR PENTRU ACȚIUNI ÎN S.E.	67
3.1. Particularitățile pregătirii psihice a salvatorilor pentru efectuarea L.S.D. în focarul de afecțiune	67
3.2. Pregătirea și formarea stabilității psihologice a salvatorilor pentru acțiuni în focarul catastrofei	79
3.3. Pregătirea psihologică a salvatorilor pentru acțiuni profe- sionale în S.E. și metodele de realizare a acesteia	88
4. METODELE DE DIRIJARE A STĂRII PSIHICE A SALVATORULUI LA ACȚIUNI ÎN S.E.	97
4.1. Stabilitatea psihologică a salvatorilor pentru acțiuni în condiții extreme, căile, formele și metodele sporirii acesteia	97
4.2. Schimbarea stării curente a salvatorului la efectuarea lucră- rilor în condiții de risc, pericol pentru viață, solicitări fizice intensive și îndelungate, influențe emoționale acute	107
4.3. Frica și înfruntarea acesteia în comportamentul salvatorului	114

INTRODUCERE

Urgențele majore, calamitățile naturale, cataclismele și dezastrele, catastrofele și avariile tehnogene, reunite prin noțiunea „situații excepționale” s-au produs în cursul istoriei, în diferite zone ale planetei, provocând pagube considerabile comunităților umane. Orice catastrofă naturală, cu caracter tehnogen sau ecologic, atrag după sine un șir enorm de probleme complicate. Toate acestea aduc nenorocire oamenilor. Odată cu creșterea numărului populației, resursele naturale au devenit mult mai limitate, iar comunitățile umane au devenit din ce în ce mai vulnerabile la pericolele care produc dezastre.

Cataclismele și dezastrele, catastrofele și avariile industriale de mari proporții nu afectează doar sănătatea și bunăstarea oamenilor. Foarte frecvent, un număr mare de oameni sunt deplasați (evacuați), răniți, omorâți și/sau supuși unui risc mare de epidemii.

Dezastrele și urgențele majore produc efecte tot mai mari și mai puternice asupra oamenilor, comunităților și țărilor, afectând populația și infrastructura existentă, punând în pericol viitorul dezvoltării durabile.

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 atât fizic, cât și 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.).

Salvator - stare sufletească a omului învestit cu responsabilitate pentru cauza care, în afară de dânsul și alții identici lui, nu este în stare să o realizeze nimeni. Evident, înainte de a încredința omului soluționarea problemelor riscante, în condiții extremale, acesta trebuie nu doar selectat dintr-un număr impunător de candidați, dar și pregătit în modul corespunzător pentru a face față S.E. Nu fiecare persoană este în stare, cu

stăpânire de sine (sânge rece), bine chibzuit și cu iscusință să acționeze acolo, unde situația este încordată până la limită și unde este suficientă o singură scânteie pentru o explozie letală.

Salvatorul este un om cu o constituție deosebită. Acesta este întotdeauna acolo, unde este pacoste și necaz, unde este nenorocire, unde oamenii așteaptă ajutor. Acesta scoate oamenii din ruine (mormane), din torentul vertiginos al inundațiilor și viiturilor, din clădirile și instalațiile cuprinse de flăcări.

Salvatorul este un profesionist de cea mai înaltă categorie, dedicat realizării celei mai umane cauze – salvarea oamenilor. Față de aceste persoane trebuie să avem o atitudine 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 profesionale, 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. Chinuri, durere, sânge, noroi – sunt doar câteva dintre elementele oribile ale lucrărilor de salvare. Cel mai grav lucru este responsabilitatea pentru viața omului.

Așadar, în fiecare țară trebuie să existe oameni capabili să lucreze în orice condiții, să soluționeze cele mai complicate probleme cu pierderi minimale.

Astăzi, putem afirma cu certitudine că asemenea specialiști în Republica Moldova sunt salvatorii Inspectoratului General pentru Situații de Urgență.

BIBLIOGRAFIE

1. Marineanu V. (coord.) Manual pentru pregătirea psihologică și controlul stresului operațional. București: Editura Centrului Tehnic-Editorial al Armatei, 2015.

2. Marineanu V., Voicu I. Intervenția în criză și primul ajutor psihologic: ghid operațional / Vasile Marineanu, Iona Voicu. București: Centrul Tehnic Editorial al Armatei, 2016. - 189 p.

3. Olaru E. Pregătirea tactico-psihologică a efectivului de intervenție. Ciclu de prelegeri. Chișinău: UTM, 2013. - 108 p.

4. Vrasti R. 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 государственного 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. 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. Семенкова // Наука и современность. - 2012. - № 16-1, с.242-246.