

ՀՈԳԵԲԱՆՈՒԹՅՈՒՆ

ՓՐԿԱՐԱՐԱԿԱՆ ԱՆՁՆԱԿԱԶՄԵՐԻ ՀՈԳԵԲԱՆԱԿԱՆ ՊԱՏՐԱՍՏՈՒԹՅԱՆ ԿԱՌՈՒՑՎԱԾՔՆ ՈՒ ԱՌԱՆՁՆԱՀԱՏԿՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԸ

ՄԵԼՍ ՄԿՐՏՈՒՄՅԱՆ, ԼԻԼԻԹ ՄԿՐՏՈՒՄՅԱՆ

Ժամանակակից զարգացած երկրներում մարդիկ, որպես օրինաչափություն, ունեն կենսամակարդակի, անձնական անվտանգության, բազմակողմանի պաշտպանվածության մեծ հնարավորություններ: Մեր ժամանակներում առանձնակի կարևորություն է ներկայացնում անձի պաշտպանվածության հիմնախնդիրը:

Այս առումով Ա. Մասլոուն առանձնացնում է անձի պահանջումները այն ամբողջությունը, որի բավարարվածության դեպքում նա իրեն զգում է ապահով և լիարժեք¹: Սակայն զարգացող երկրներին բնորոշ են նաև օրգանիզմի վրա ազդող առկա և հավանական սպառնալիքների մի շարք տարատեսակներ, որոնք միևնույն ժամանակ լուրջ վտանգ են ներկայացնում մարդկանց կյանքին ու նորմալ ապրելակերպին (պատերազմի, ահաբեկչական գործողությունների, տեխնածին ու բնական աղետների, համաճարակների և բազմաթիվ այլ բացասական գործոնների համակարգեր): Դրանք ուղղակիորեն անդրադառնում են նաև մարդկանց ընդհանուր և հոգեկան առողջության բնութագրերի փոփոխության վրա և ուղեկցվում ողջ կյանքի ընթացքում: Նման պայմաններում առաջնային խնդիր է անձի անվտանգության պահպանման գործընթացի կազմակերպումն ու ապահովումը: Անշուշտ, այդ գործընթացին մասնակցում են բազմաթիվ կառույցներ (ընտանիք, բանակ, ոստիկանություն, առողջապահական տարբեր նշանակության կազմակերպություններ, վթարային, փրկարարական ծառայություններ և այլն):

Փրկարարական կազմակերպությունները ժամանակակից հասարակության խաղաղ ու ապահով գոյատևման կարևորագույն օղակներից մեկն են: Շատ երկրներում (ՌԴ, ԱՄՆ, Ֆրանսիա, Ճապոնիա, Գերմանիա և այլն) վաղուց արդեն գործում են բազմակողմանի պատրաստվածություն ունեցող (ֆիզիկական, տեխնիկական, մարտավարական, հոգեբանական) արագ արձագանքման ջոկատներ, որոնք անհրաժեշտ պահին կարող են ցուցաբերել փրկարարական և առաջին օգնության ամենատարբեր ծառայություններ:

ՀՀ-ում նույնպես գոյություն ունեն փրկարարական և առաջին օգնության մասնագիտացված ջոկատներ, որոնք, չնայած ֆինանսական ու տեխնիկական բազմաթիվ դժվարություններին, այնուամենայնիվ, գործում են բավականին արդյունավետորեն: Նրանք ունեն ամենօրյա տեխնիկա-

¹ Сгиу Маслоу А. Мотивация и личность. СПб., 2003, էջ 60:

կան, ֆինանսական, մեթոդական և այլ բազմակողմանի աջակցության կարիք: Սակայն ամենամահրաժեշտ օգնությունը նրանց, թերևս, բազմակողմանի հոգեբանական պատրաստության գործընթացի կազմակերպումն է²:

Հատուկ նշանակության անձնակազմերը (փրկարարների, շտապ օգնության, հրշեջ նշանակության, հակաահաբեկչական, ավիացիոն, տիեզերական թռիչքների և այլն) սովորաբար գործում են ժամանակի և տարածության միևնույն պայմաններում, ունեն միևնույն աշխատանքային ռեժիմը, նպատակներն ու խնդիրները: Բնագավառին բնորոշ մասնագիտական պատրաստվածության խիստ պահանջներից բացի, անձնակազմերի համատեղելիության և առաջադրանքների անվերապահ իրականացման նպատակով խմբի անդամներին առաջադրվում են սոցիալ-հոգեբանական կարևորագույն մի շարք պահանջներ: Դրանք կարևոր դեր են խաղում անձնակազմերի ներխմբային առողջ մթնոլորտի ձևավորման, արդյունավետ համագործակցության, դժվար իրադրություններում անձնակազմի անդամների փոխադարձ փոխարինելիության, փոխօգնության տեսակետից:

Իրենց գործունեության բնույթով փրկարարական ջոկատները դժվար, վտանգավոր, արտակարգ պայմաններում գործող հատուկ նշանակության անձնակազմեր են: Այս առումով առանձնահատուկ պահանջներ են դրվում նաև փրկարարի մասնագիտական պիտանելիության, նրա հոգեկան կերտվածքի, բարոյական կերպարի վերաբերյալ: Կարևորագույն պահանջներ են առաջադրվում նաև անձի ընդհանուր զարգացածության, անձի ուղղվածության, նրա բարոյական սկզբունքների բովանդակային կողմերին և այլն: Հոգեբանական պատրաստության կառուցվածքում փրկարարական անձնակազմերի գործունեության արդյունավետության ապահովման համար առանձնահատուկ կարևորություն ունի փրկարարի բարոյահոգեբանական կերտվածքը: Այդ իսկ պատճառով հոգեբանական պատրաստությունը փրկարարական մասնագիտությունների շարքում պատրաստության մյուս տեսակների համեմատ ամենակարևորն է: Հոգեբանական առումով փրկարարը բնական պայմաններում գրեթե միշտ հաղթահարում է այնպիսի օբյեկտիվ և սուբյեկտիվ դժվարություններ, անակնկալ վտանգներ, որոնք երբեք նախատեսված չեն լինում: Հաճախ դրանք իրենց ազդեցության ուժգնությամբ գերազանցում են անձի հնարավորությունների սահմանը: Այդ իսկ պատճառով փրկարարական անձնակազմերի հոգեբանական պատրաստությունը ուղղված է ապահովելու.

1. փրկարարի հոգեկան կայունության, սթրես գործոններին դիմակայելու բարձր հուսալիության մակարդակ,
2. հոգեկան աշխատունակության, օրգանիզմի, հոգեկան ուղրտի կառուցվածքային և գործառութային հնարավորությունների աստիճանական զարգացում,
3. արտակարգ իրավիճակներում անձի մասնագիտական-հոգեբանական կարողությունների արդյունավետ դրսևորման նպաստավոր պայմանների ապահովում,

² Տե՛ս Մ. Պ. Մկրտումյան, Արտակարգ իրավիճակների հոգեբանության կանխարգելման և վերականգնողական հիմնախնդիրները, Եր., 2008, էջ 18:

4. արտակարգ իրավիճակներում անձի ամբողջականության պահպանման ունակությունների նպատակային օգտագործում,

5. ճգնաժամային իրադրություններում օրգանիզմի հոգեֆիզիոլոգիական համակարգերի անխափան աշխատանքի իրականացման համար անհրաժեշտ հիմքի ձևավորում,

6. փրկարարական գործողություններում անձնակազմի թույլ տված սխալների, վնասվածքների, ավելորդ շարժումների կանխարգելման, դրանց բացառման արդյունավետ գործընթացների իրականացում,

7. ճգնաժամային իրավիճակներում առաջացող անբարենպաստ հոգեվիճակների կանխարգելում, օրգանիզմի սթրեսակայունության մակարդակի բարձրացում,

8. օրգանիզմի ընդհանուր և հոգեկան առողջության ամրապնդում:

Փրկարարական անձնակազմերի հոգեբանական պատրաստությունը ուղղված է ընդհանուր, հատուկ և կոնկրետ գործողությունների կատարմանը³:

Ընդհանուր հոգեբանական պատրաստությունը իրականացվում է փրկարարական անձնակազմերի ողջ կարիերայի ընթացքում՝ մասնագիտական պատրաստությանը զուգահեռ: Հատուկ հոգեբանական պատրաստությունը ուղղված է փրկարարական անձնակազմերի հոգեբանական համատեղելիության, ներխմբային մասնագիտական համագործակցության մեջ տեղ գտած թերությունների շտկմանը, առանձին գործողությունների իրականացման ընթացքում դրսևորվող հոգեկան երևույթների կատարելագործմանը (մասնագիտական մտածողություն, հուզական վիճակների կարգավորում, մասնագիտական զգայությունների, դժվար իրավիճակներում փոխադարձ փոխարինելիության, փրկարարական հատուկ գործողություններում մասնագիտական առանձին տարրերի ամրապնդում և այլն):

Հատուկ հոգեբանական պատրաստությունն իրականացվում է այդ նպատակին ծառայող նախօրոք կազմված ծրագրերի շրջանակներում, որոնցում նշված են նպատակները, խնդիրները, աշխատանքների իրականացման տրամաբանական ողջ ընթացքը:

Կոնկրետ հոգեբանական պատրաստությունը ուղղված է փրկարարական անձնակազմերին առաջադրվող հատուկ գործողությունների արդյունավետ իրականացմանը: Այն սովորաբար նախատեսված է կոնկրետ առաջադրանքների (հակահարձակչական, հատուկ նշանակության դժվարությունների չեզոքացման, առանձնակի կարևորություն ունեցող փրկարարական գործողությունների իրականացման) համար, որոնք պարունակում են բացահայտ ռիսկի, վտանգի, հավանական կորուստների տարրեր: Հոգեբանական պատրաստությունն իրականացնում են բարձրակարգ մասնագետները, մեթոդիստները: Անձնակազմերը համալրելու նպատակով կատարում են հատուկ մասնագիտական ընտրություն, որի դեպքում խստագույնս հաշվի են առնվում առաջիկա փրկարարական գործողություններում օպերացիաների, գործողությունների վտանգավորության աս-

³ Տե՛ս նույն տեղը, էջ 114:

տիճանը, մասնակիցների մասնագիտական և հոգեբանական պատրաստվածության աստիճանը:

Ժամանակակից փրկարարական անձնակազմերի մասնագիտական պատրաստության գործընթացներում ներդրվում են տեխնիկայի բազմաթիվ նորություններ, առաջավոր մեթոդներ ու հատուկ նշանակության գերզաղտնի տեխնոլոգիաներ⁴: Սակայն պատրաստության հիմնական, առանցքային տարրը, ինչպես վերը նշեցինք, հոգեբանական պատրաստությունն է: Արտակարգ, ճգնաժամային իրավիճակներում, ինչպես նաև ռազմական, մարզական բնագավառներում հաճախ է խոսվում հոգեբանական պատրաստության կարևորության մասին, սակայն դրա բովանդակությունը, կառուցվածքին, գործընթացի կազմակերպման մեթոդներին, իրականացման ուղիներին վերաբերվող տեխնոլոգիաները գրեթե չեն ներկայացվում:

Հոգեբանական պատրաստությունը, հատկապես արտակարգ պայմաններում գործող անձնակազմերի համար, դժվար պայմաններում «մարտական» առաջադրանքներ կատարելու, ինչպես նաև համատեղ գործողություններ ծավալելու նպատակով խմբում, անձնակազմում ընդգրկված մարդկանց հոգեկան կերտվածքի, նրանց օրգանիզմի բոլոր համակարգությունների գործառության հնարավորությունների ձևավորման ու ձևափոխման գործընթացն է: Այն իր կառուցվածքով և բովանդակությամբ պետք է համապատասխանի արտակարգ, ոչ ստանդարտ իրավիճակներում գործող փրկարարական անձնակազմերի հոգեկան հավասարակշռության պահպանման հոգեֆիզիոլոգիական պահանջներին, դժվար իրավիճակներում հաջողությունների հասնելու նրանց հավակնությունների բարձր աստիճանին: Հոգեբանական պատրաստությունը հիմք է նաև փրկարարական գործունեությանը բնորոշ անձնակազմերի հոգեբանական առանձնահատկությունների ճանաչման, սթրես գործոնների, դրանց հաղթահարման վերաբերյալ տեսական և գործնական հմտությունների ձեռքբերման, վերջապես նպաստում է նաև գործունեության արդյունավետության բարձր մակարդակ ապահովելուն:

Հոգեբանական պատրաստությունն իր բովանդակությամբ ունի կառուցվածքային և գործառության բաղադրամասեր: Դրանց բարեհաջող ընթացքը պայմանավորված է անձի դրդապատճառային և կամային համակարգերի ակտիվ համագործակցությամբ, ինչը մշտապես կառավարվում և կարգավորվում է անձի գիտակցությամբ (վերահսկող և որոշումներ իրականացնող գործառույթ)⁵: Հարկ է նշել, որ յուրաքանչյուր մասնագիտություն, որն առնչվում է ոչ ստանդարտ, արտակարգ, դժվար պայմանների հետ, ունի իրեն բնորոշ հոգեբանական յուրահատկություններ ու համապատասխանաբար՝ պատրաստության գործընթացի ուրույն առանձնահատկություններ ու պահանջներ: Այդ իսկ պատճառով փրկարարական գործու-

⁴ Տե՛ս **Иванова Е. М.** Основы психологического изучения профессиональной деятельности. М., 1987, էջ 90:

⁵ Տե՛ս **Иванников В. А.** Психологические механизмы волевой регуляции. СПб., 2006, էջ 107:

նեության մեջ կարևորագույն պահանջ է՝ մինչև հոգեբանական պատրաստության գործընթացին ձեռնամուխ լինելը՝ մասնագետի կողմից գործունեության նեղ գաղտնիքների, նրբությունների իմացությունը: Մասնագետը պետք է քաջատեղյակ լինի գործընթացի կազմակերպման արդյունավետությունն ապահովող ժամանակակից տեխնոլոգիաներին, հատուկ սարքավորումների օգտագործման տեխնիկական հրահանգներին:

Այդ նպատակով նմանատիպ անձնակազմերում գործում են գիտահետազոտական աշխատանքների սպասարկմանն ուղեկցող խմբեր (ԳԱՍԽ), որոնք պատասխանատու են և իրականացնում են անձնակազմերի գիտական սպասարկման գործընթացները⁶: Բացի այդ, ԳԱՍԽ-ի ծառայությունների գործառույթներում ներառվում են նաև անձնակազմերի հոգեբանական ընտրության, նրանց համատեղելիության և ընթացիկ փոփոխությունների հետ կապված կարգավորման, շտկման, վերահսկման աշխատանքները: Մասնագիտական և հոգեբանական ընտրության աշխատանքներն իրականացվում են փրկարարական գործունեության արդյունավետությունն ապահովող հոգեֆիզիոլոգիական չափումների գիտական փաստերի հաշվառմամբ: Փրկարարական գործընթացն անձնակազմից, առավել ևս պատասխանատու լիդերից (հրամանատար), պահանջում է տվյալ ուղորտին և փրկարարի անձի կառուցվածքին և նրա օրգանիզմի հոգեֆիզիոլոգիական համակարգերի գործառույթային հնարավորություններին առնչվող կազմակերպչական և մասնագիտական առանձնահատուկ գիտելիքներ:

Փրկարարական անձնակազմերի հոգեբանական պատրաստության գործընթացն ունի փուլային բնույթ և կառուցվում է դրանում ընդգրկված անձանց դրդապատճառային համակարգի ուսումնասիրության հիման վրա: Մարզական, ռազմական, աշխատանքային (ածխահատներ, հրշեջներ, մետալուրգներ, կռուցկավարներ և այլն), ավիացիոն, տիեզերական և այլ բնագավառներում կատարված հետազոտությունները ցույց են տալիս, որ գործունեության տարբեր բնագավառներում ընդգրկված մասնագետների ձեռքբերումներն ու հաջողությունները շատ բանով կախված են նրանց դրդապատճառային համակարգից⁷: Կայուն դրդապատճառները գործունեության արդյունավետ իրականացման հիմնական շարժիչ ուժերն են:

Արտակարգ իրավիճակների բնագավառում մեր կատարած ուսումնասիրությունները ցույց են տվել, որ փրկարարների հոգեբանական պատրաստության գործընթացում հիմնական դրդապատճառները, ըստ կարևորման առաջնայնության, հետևյալներն են՝

1. ինքնաճանաչում-ինքնաբացահայտում,
2. ինքնահաստատում-ինքնափրացում,
3. անձնային և մասնագիտական աճ, հաջողակ կարիերայի ապահովում,

⁶ Տե՛ս **Щербатых Ю. В.** Психология стресса и методы коррекции. СПб., 2008, էջ 35:

⁷ Տե՛ս **Котик М. А.** Психология и безопасность. Таллин, 1981, էջ 201:

4. օրգանիզմի գործառույթային հնարավորությունների զարգացում և պահեստային հնարավորությունների խթանում,
5. ճգնաժամային, դժվար իրադրություններում հաղթող դուրս գալ,
6. մարդկանց, հասարակությանը, հայրենիքին ծառայել,
7. ներխմբային հարաբերություններում արդյունավետ համագործակցություն,
8. համատեղ գործողություններում փոխօգնություն և փոխադարձ փոխարհնելիություն,
9. անձնակազմի կառուցվածքում իր հաստատուն տեղն ու դիրքը գրավել,
10. գործունեության բնագավառում երկարատև, արդյունավետ կենսագրություն ունենալ:

Դրդապատճառների այսպիսի համակարգը հոգեբանական պատրաստությանն ուղղված կառուցվածքային կարևոր բաղադրամաս է և համարվում է հոգեբանական պատրաստականության հենքային օղակը: Նախնական աշխատանքներում մասնագետ հոգեբանների հիմնական ուշադրությունը սևեռվում է դրդապատճառների հենց այս շարքում տեղ գտած շարժառիթների ձևավորմանն ու դրանց ակտիվացմանը:

Չոգեբանական պատրաստության հաջորդ փուլը փրկարարների կամային և հոգեկան ուլորտի մյուս գործընթացների զարգացմանն ուղղված աշխատանքների իրականացումն է: Այդ նպատակով գործունեության առանձին բնագավառներում կիրառվում են օժանդակ գործիքներ, մարզասարքեր, հատուկ դժվարացված վարժություններ: Օրինակ՝ ավիացիոն, տիեզերական, ռազմական բնագավառներում կիրառվում է հիմնական գործողությունների մոդելավորման մարզասարքերի եղանակը, երբ կատարվող գործողությունները իրենց բովանդակային և կառուցվածքային ամբողջությամբ հնարավորինս մոտեցվում են բնական պայմաններում կատարվող նորմատիվային պահանջներին: Արտակարգ իրավիճակների հոգեբանության բնագավառում փրկարարական գործողությունների կատարման համար օգտագործվում են հիմնական իրադրություններում հանդիպողներից ավելի ծանրերի մոդելավորված պայմաններ: Կատարվող գործողությունները հաճախ իրականացվում են նույնիսկ ավելի դժվար պայմաններում ու անհամեմատ կարճ ժամանակամիջոցում, քան բնական պայմաններում ծագող իրավիճակներն են: Արտակարգ իրավիճակների բնագավառում մոդելավորման միջոցով ստեղծվում են նաև տարբեր բնույթի վթարային իրադրություններ (հրդեհներ, պայթյուններ, ավերածություններ, հատակի ցնցումներ ու հզոր տատանումներ, տարբեր առարկաների ազատ անկում և այլ իրադրություններ):

Մոդելավորված վտանգների հաղթահարման, հավանական սպառնալիքների կանխարգելման ընթացքում անձնակազմի անդամներն անհատական և համատեղ գործողությունների ընթացքում, աստիճանաբար դժվարացնելով մոդելավորված պայմանները, ոչ միայն յուրացնում են մասնագիտական գործողությունների կատարման տեխնիկական կողմերը, այլև զուգահեռաբար հաղթահարում են դրանց հետ կապված տեխնի-

կական դժվարությունները: Մոդելավորվող իրադրություններում մասնագիտական գործողությունների (փրկարարական, առաջին օգնության) կատարմանը զուգահեռ հաղթահարվում են նաև առաջադրվող հոգեբանական արգելքներն ու անակնկալ «պատահարներով» պայմանավորված վախերը, կասկածներն ու նյարդային լարվածությունը: Մոդելավորման գործընթացում փրկարարական գործողությունների կատարման պահանջների աստիճանական բարդացումը, կրկնությունները, դժվարացված պայմանների անընդհատ փոփոխությունները, ժամանակի նվազեցումն ու կատարման բարձր տեմպը առանձնահատուկ բարդ պայմաններ են ստեղծում դրանց հաղթահարման համար: Մարզումների այսպիսի կառուցվածքը հնարավորություն է տալիս նաև բուն գործողությունների կատարման ժամանակ խուսափելու հնարավոր վնասվածքներից ու հատկապես հոգեբանական սթրեսներից:

Չաջորդ փուլում իրականացվում է փրկարարական գործողություններում առանձին օպերացիաների իրականացման ողջ կառուցվածքի մտաշարժական գործողությունների նախօրոք կազմված համալիր ծրագիրը: Դրանում ներառվում են մասնագիտական շարժումների, գործողությունների, օպերացիաների վերաբերյալ փրկարարների ունեցած մտովի պատկերացումների կրկնությունները՝ պահպանելով դրանց կատարման հերթականությունը, կառուցվածքը (գործողությունների կատարման սկիզբ, ընթացք, ավարտ և այլն):

Ա. Բելկինը մտաշարժական գործողությունների վարժանքները համարում է շարժողական հիշողությանը նպաստող մտովի կատարվող գործողություններ, որոնք նպաստում են նաև հիմնական գործողությունների կատարելագործմանը: Մյուս կողմից՝ փրկարարական գործողությունների կատարման հստակ պատկերացումները ապահովում են հավանական սխալներից, դրանց հետևանքով առաջացող վնասվածքներից⁸: Մտաշարժական գործողությունների կատարման ընթացքը, հստակությունը ուղեկցվում է փրկարարների կողմից ներկայացվող անձնական հաշվետվությամբ: Մասնակիցները բանավոր խոսքով ԳԱՄԽ-ի պատասխանատուին կամ մեթոդիստ մարզիչին ներկայացնում են իրենց կողմից «կատարվող» (մտապատկերվող) յուրաքանչյուր գործողություն (մաս առ մաս)՝ ըստ դրանց կատարման հերթականության, մինչև կոմբինացիայի ավարտը: Մտավարժանքի ժամանակ հնարավորություն է ընձեռվում նաև հատուկ սարքերի միջոցով վերահսկելու փրկարարների վեգետատիվ նյարդային համակարգում տեղ գտած բացասական փոփոխությունները՝ դրանց հիման վրա ժամանակին անհրաժեշտ միջամտություններ կատարելու համար:

Մտաշարժական գործողությունները մասնագիտական պատրաստության կարևոր պահանջներից են և օժանդակում են գործողությունների իրականացման ընթացքում փրկարարների հավանական սխալներն ուղղելուն, այդ ընթացքում ծագող վտանգներից ու վնասվածքներից նրանց հնարավորինս զերծ պահելուն: Մտաշարժական վարժանքները իրակա-

⁸ Стів Белкин А. А. Идеомоторная тренировка в спорте. М., 1983, էջ 10:

նացվում են ամեն օր՝ անկախ փրկարարական անձնակազմերի գտնվելու վայրից: Այն առանձնապես հատուկ պայմաններ չի պահանջում: Դրա համար հարկավոր է խաղաղ մի անկյուն, որոշ ժամանակ և տրամադրվածություն:

Չոգեբանական պատրաստության ամենակարևոր փուլը, թերևս, անձի անբարենպաստ հոգեվիճակների կանխարգելման և գործողություններում առաջացող հոգեկան լարվածության ինքնակարգավորման գործընթացների կազմակերպումն է: Այստեղ կիրառվում են հոգեբանության մեջ լայն տարածում ստացած վերականգնողական, հոգեկարգավորման, հոգեշտկողական և այլ նպատակներով օգտագործվող բազմաթիվ հնարքներ⁹: Չոգեկարգավորման գործընթացների արդյունավետությանը նպաստում են մտաշարժական վարժանքներում ձեռք բերված կենտրոնացման, մտապատկերների կառուցման, ինքնակառավարման, ինքնավերահսկման հմտությունները, որոնց հիման վրա կառուցվում են անբարենպաստ հոգեվիճակների կարգավորման, ինքնակառավարման ամենատարբեր ծրագրեր: Սեանսների այսպիսի կառուցվածքը փրկարարներին ապահովում է հոգեվիճակների կարգավորման, ճգնաժամային իրադրությունների հաղթահարման ինքնուրույնություն և, որ ամենակարևորն է, հոգեբանից անկախություն:

Այսպիսով, հոգեբանական պատրաստությունը փրկարարական անձնակազմերի ընդհանուր պատրաստության կարևոր բաղկացուցիչն է, որն ունի տեսակներ՝ իրենց հստակ ուղղվածությամբ և իրականացվում է փուլային եղանակով՝ պահպանելով դրանց իրականացման բովանդակային հերթականությունը: Այն ունի իրեն բնորոշ խնդիրների, նպատակների լուծման ուղղվածություն, կոնկրետ կառուցվածք և բխում է փրկարարական անձնակազմերի մասնագիտական գործունեության պահանջներից:

МЕЛЬС МКРТУМЯН, ЛИЛИТ МКРТУМЯН – Структура и особенности психологической подготовки личного состава спасателей. – В статье предлагается система психологической подготовки спасателей разного профиля. Подробно рассматривается психологическое значение каждого звена этой системы. В частности, на тренажёрах моделируются разного рода экстремальные ситуации (пожары, высота, вибрации, дефицит времени) с их специфическими психологическими нагрузками. По мере преодоления трудностей решаются конкретные задачи и осуществляются цели, преследуемые психологической подготовкой. В её структуре важное место отводится идеомоторной тренировке, когда спасатели мысленно выполняют действия, обусловленные опасными и сложными ситуациями. Такая тренировка даёт им навыки самоуправления и самоконтроля в негативном психическом состоянии. В то же время идеомоторная тренировка позволяет проследить за изменением вегетативной нервной системы спасателей.

⁹ Տե՛ս **Ս. Պ. Մկրտումյան**, Արտակարգ պայմաններում մարդկանց կենսագործունեության և հոգեկան պահպանման առանձնահատկությունները, Եր., 1999, էջ 97:

MELS MKRTUMYAN, LILIT MKRTUMYAN – *The Structure and Peculiarities of Psychological Personal Trainings of Rescuers.* – The article discusses the important role and significance of the psychological trainings of the rescue teams. The authors suggest a system of psychological trainings of the rescue teams. The psychological essence of each link included in the system of trainings of the rescuers is discussed in details. Particularly, the emergency situations of different characters, which are full of specific types of psychological problems are modeled on the training simulators (fires, altitudes, vibrations, lack of time and so on). In the course of overcoming the physical and professional problems specific goals and tasks of the psychological trainings are carried out. In the structure of psychological trainings the authors give great importance to ideomotor trainings, during which the rescuers mentally perform all the possible details of the dangerous and difficult situations occurring in real conditions.

During the ideomotor trainings the rescuers acquire self-control skills in actions and negative psychological states. Ideomotor trainings during the modeling of difficulties give opportunity to follow the changes in the autonomic nervous system of the rescuers.