

25.10.2021 12:10

Обязательная психология



Психолог ФГКУ «Национальный горноспасательный центр» в рамках Месячника

Для каждого работника МЧС России важно уметь вовремя заметить воздействие стрессов. Психолог ФГКУ «Национальный горноспасательный центр» Юлия Юрьевна Тишкова рассказала коллегам о том, как оказать психологическую помощь гражданам, не забывая о собственном благополучии.

- Жизнь современного человека переполнена стрессовыми ситуациями, что может приводить к различным проблемам. Для работников МЧС России к успешному преодолению психологических трудностей деятельности необходимо уметь контролировать их, своевременно оказать помощь себе и другим. И в первую очередь здесь важно помнить о том, чем мы говорили и применяли на практике с коллегами в ходе занятия, - рассказала Юлия Тишкова.