
КОЛОНКА РЕДАКТОРА NOTES FROM EDITOR

Введение

Екимова В.И.

*Московский государственный психолого-педагогический университет (ФГБОУ ВО МГППУ),
г. Москва, Российская Федерация*

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1480-3571>, e-mail: iropse@mail.ru

Introduction

Valentina I. Ekimova

*Moscow State University of Psychology & Education, Moscow, Russia,
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1480-3571>, e-mail: iropse@mail.ru*

В повседневной жизни мы довольно хорошо приспособлены к заданным условиям функционирования благодаря адаптивным целенаправленным стратегиям поведения, контролю над привычно возникающими ситуациями и просто за счет автоматизированных динамических стереотипов.

Однако, чем больше условия среды отклоняются от оптимального уровня, чем меньше у нас возможностей для их контроля, тем более мы уязвимы и менее адаптированы.

В современном мире для любого человека неизбежно возрастает вероятность и опасность оказаться в исключительной, рискованной, экстремальной ситуации. Антропогенные и природные катастрофы, насильственные и военные действия, теракты, угрожающие жизни болезни — вот далеко не полный их перечень. При этом, чем больше отклонений от привычных условий функционирования, чем более в ситуации выражен параметр экстремальности, приводящий к частичной или полной потере личностного контроля и стабильности, тем выше ее стрессогенность.

Категория «экстремальности» рассматривалась еще в античной философии и определялась как «предельное состояние» в существовании вещей, состояние, доведенное до крайности, закономерно влекущее катастрофические или разрушительные последствия. В качестве определяющего, сущностного признака экстремальности рассматривается фактор опасности, т. е. непосредственной угрозы жизни, здоровью, благополучию или угрозы срыва выполнения какой-либо жизненно важной задачи.

Однако экстремальность характеризует не только и не столько ситуацию или условия, но и психологическую реакцию на них человека, его психическое состояние, то есть экстремальный фактор может быть

определен как результат взаимодействия экстремальных параметров среды и характеристик личности, как «диспозиционное отношение экстремальной среды и личности».

В экпсихологическом контексте экстремальной ситуацией можно считать ту, в которой ее внешние параметры имеют такую интенсивность, что оказывают дестабилизирующее, дисфункциональное воздействие на эмоциональное состояние, личность и даже психологическую целостность человека, а закономерной и неизбежной реакцией на подобное событие является экстремальный стресс.

Экстремальность положения не задается однозначно параметрами события, а в значительной степени определяется отношением к нему человека, поэтому экстремальные, а значит и «крайне возможные» ситуации и условия жизнедеятельности для разных людей разные. Человек способен уменьшить негативное влияние события путем развития сопротивляемости и адаптивных способностей, навыков совладания и эмоциональной устойчивости, которые помогают при взаимодействии с экстремальными ситуациями и средами.

В статье Розеновой М.И., Екимовой В.И., Кокурина А.В., Огнева А.С., Ефимовой О.С. «Стресс и страх в экстремальной ситуации» рассматриваются механизмы функционального взаимовлияния состояний страха и стресса в экстремальной ситуации, отмечается неоднозначность и противоречия в понимании функционально-иерархической динамики данных состояний зарубежными специалистами, возврат к исходным представлениям о механизмах развития стресса и методах контроля и коррекции его последствий. В то же время, в зарубежной психологической литературе проблема взаимовлияния страха и стресса в экстремальной ситуации представлена недостаточно

CC BY-NC

информативно, что позволяет отечественным исследователям заполнить существующий пробел.

В статье Березиной Т.Н., Рыбцовой Н.Н., Рыбцова А.В. и Фатьяновой Г.А. «Индивидуально-личностные факторы пенсионного стресса у представителей интеллектуального типа профессий, проживающих в России и иммигрировавших в страны Евросоюза» речь идет о феномене пенсионного стресса, вызванного ожиданием и последующим выходом человека на пенсию, выделяются его признаки: ускорение биологического старения, рассогласование психологического и биологического возраста, рассматриваются индивидуально-личностные факторы биопсихологического старения. Приведены результаты эмпирического исследования биопсихологического возраста представителей интеллектуального типа профессий, проживающих в странах Евросоюза — россиян по происхождению, и представителей интеллектуального типа профессий из России. Авторы показали, что в российской выборке признаки пенсионного стресса выражены сильнее, что проявляется в ускорение биологического старения в возрасте 51—65 лет. По результатам исследования определены личностные стратегии сохранения относительной молодости, характерные для представителя интеллектуального типа профессий.

В публикации Петрова В.Е, Кокурина А.В. и Назаровой А.Ю. «Психология дорожного стресса и агрессивного поведения в современных зарубежных исследованиях» представлен анализ зарубежных психологических подходов к феноменологии дорожного стресса и агрессивного поведения. Авторы анализируют и обобщают взгляды зарубежных специалистов на психологические причины, обуславливающие существование дорожного стресса в форме гнева, и систематизируют подходы к профилактике дорожного стресса. Материалы обзора могут служить информационно-аналитической основой научных исследований в области психологии безопасности дорожного движения, разработки прикладных вопросов преодоления стресса и агрессии при управлении транспортным средством.

В статье Одинцовой М.А., Гусаревой Е.С. и Айс-монтиса Б.Б. «Жизнеспособность семьи в стрессогенных ситуациях инвалидности в зарубежных исследованиях» представлен обзор зарубежных публикаций, отражающих проблематику жизнеспособности семьи в современном мире. Показано, что жизнеспособность семьи, имеющей стрессогенный опыт инвалидности, включает: 1) систему семейных убеждений, основанных на позитивном мировоззрении, способствующих самовосстановлению после травматического опыта и принятию своей уязвимости; 2) паттерны семейных реакций на заболевание, позволяющие членам семьи находить смысл жизни в заботе; 3) семейные коммуникативные навыки и активность в решении проблем; 4) семейную связность и гибкость, эффективное использование внешней поддержки со стороны социальных и общественных организаций.

В работе Матюшкиной Е.Я., Рой А.П., Рахманиной А.А. и Холмогоровой А.Б. «Профессиональный стресс и профессиональное выгорание у медицинских работников» обобщаются результаты современных зарубежных исследований профессионального стресса и профессионального выгорания у медицинских работников. Авторы обращают особое внимание на данные об экстремально высоком риске профессионального выгорания у работников неотложной медицинской помощи, о неуклонном росте этих показателей в современной системе здравоохранения разных стран и о крайне тяжелых последствиях выгорания для психического и физического здоровья медиков. В работе представлен обзор исследований различных факторов неуклонного повышения уровня профессионального выгорания, важнейшие из которых — непрерывная интенсификация работы и введение новых электронных систем ведения медицинской документации.

Статья Екимовой В.И. и Лучниковой Е.П. «Комплексная психологическая травма как следствие экстремального стресса» отражает динамику трансформаций концепции комплексной психологической травмы, как реакции на экстремальный стресс, с момента предложения термина комплексного посттравматического стрессового расстройства (комплексного ПТСР) до его официального признания в качестве диагностического конструкта. Авторы проводят сравнение специфических характеристик различных видов психологических травм, пересекающихся с термином комплексного ПТСР, определяют базовые характеристики комплексной психологической травмы, отличающие ее от близких к ней понятий, и намечают пути дальнейших исследований в данном направлении.

В статье Борисоник Е.В. «Завершенный суицид и суицидальная попытка близкого человека как ситуация экстремального стресса для ближайшего окружения» приводятся данные зарубежных исследований о стрессогенном влиянии суицида на близких суицидента и риске возникновения у них аффективных расстройств, проводится анализ факторов, влияющих на выраженность стресса у родственников после завершенного суицида и суицидальной попытки. На основании обзора исследований влияния стигматизации/самостигматизации и параметров семейной системы на уровень переживания стресса делается вывод о том, что понимание механизмов стрессогенного воздействия суицида на близких суицидента позволяет выделить мишени для оказания им эффективной психологической помощи.

В статье Храмова Е.В. «Психологические и психосоматические риск-факторы суицидогенности у подростков» представлен обзор современных зарубежных исследований риск-факторов суицидального поведения подростков в сравнении с результатами исследования психологических и психосоматических коррелятов подростковой суицидальности, проведенного самим автором. Факторы риска, описанные в зарубежных источниках, сведены к четырем классам: соматические (пси-

хосоматические), интрапсихологические, социально-психологические, поведенческие, и показано, что наибольшая связь с суицидальными намерениями и попытками подростков принадлежит депрессивным состояниям и психосоматическим дисфункциям.

В статье Эстербрук С.А., Орловой Е.А., Карпиковой Т.А. и Гребенников Ю.Л. «Когнитивно-бихевиоральная терапия посттравматического стрессового расстройства (по материалам зарубежных исследований)» представлены зарубежные публикации по проблеме посттравматического стрессового расстройства (ПТСР) и методам, используемым при его терапии. Особый акцент сделан на когнитивно-бихевиоральном подходе к работе с ПТСР: рассматриваются его концептуально-теоретические основы, диагностический инструментарий, методы, техники и общая структура терапевтических программ. Авторы отмечают эффективность когнитивно-бихевиоральной психотерапии, подтвержденную рядом экспериментальных исследований и успешной многолетней практикой использования в работе с людьми, страдающими ПТСР.

В публикации Сечко А.В. «Психологические факторы рецидивизма и его профилактики» на материалах зарубежных публикаций проанализированы результаты исследований рецидивизма, проведенные в Англии, Дании, Канаде, Нигерии, Португалии, Новой Зеландии, США, Шотландии, выявлены объективные

и субъективные детерминанты, позволяющие с высокой долей вероятности прогнозировать последующее, уголовно преследуемое нарушение и его временные параметры. Автор уделяет особое внимание возможностям профилактики уголовно-правового рецидивизма, таким как испытательный срок под наблюдением наставника, способного установить доверительные отношения с условно-досрочно освобожденным; последовательные сопровождающие действия с возможностью выполнения роли опекуна по отношению к молодым людям, находящимся в сложной социальной и криминогенной ситуации; оказание помощи при решении экономических проблем и др.

Таким образом, в публикациях данного тематического номера представлены результаты зарубежных и отечественных исследований различных аспектов проблемы экстремального стресса как фактора жизнедеятельности людей в современном мире. В статьях рассматриваются психологические механизмы экстремальных стресс-реакций человека, факторы риска их возникновения и отдаленные последствия, а также методы психотерапевтической помощи пострадавшим в экстремальных ситуациях. Феномен рассмотрен в его различных проявлениях: пенсионный стресс, дорожный стресс, хронический стресс, в разных контекстах — семейном, профессиональном, и ситуациях — завершенного суицида и суицидальной угрозы, уголовно-правового рецидивизма.

Информация об авторах

Екимова Валентина Ивановна, доктор психологических наук, профессор, кафедра научных основ экстремальной психологии, факультет экстремальной психологии, Московский государственный психолого-педагогический университет (ФГБОУ ВО МГППУ), г. Москва, Российская Федерация, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1480-3571>, e-mail: iropse@mail.ru

Information about the authors

Valentina I. Ekimova, Doctor of Psychology, Professor, Chair of Scientific Basis of Extreme Psychology, Department of Extreme Psychology, Moscow State University of Psychology & Education, Moscow, Russia, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1480-3571>, e-mail: iropse@mail.ru

Получена 19.03.2020
Принята в печать 22.03.2020

Received 19.03.2020
Accepted 22.03.2020