

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ СУИЦИДАЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ ПОДРОСТКОВ

Лариса ПОДГОРОДЕЦКАЯ, преподаватель,
Бэлцкий государственный университет имени Алеку Руссо;

Наталья ГУЦУ, преподаватель,
Бэлцкий государственный университет имени Алеку Руссо

Резюме: Авторы рассматривают проблему суицидального поведения подростков. Причиной суицида в подростковом возрасте являются индивидуально – психологические особенности личности, бытовые проблемы, семейные неурядицы, бытовые проблемы, семейные неурядицы, влияние средств массовой информации, не способность выйти из кризиса. Суицид не является случайным действием. Он является решением проблемы, дилеммы, брошенного кому-либо вызова, выходом из затруднений, психологического кризиса или невыносимой ситуации.

Ключевые слова: подростковый возраст, аутоагрессия, суицид, мотивация суицидального поведения, профилактика.

Подростки, чтобы уйти от проблем, прибегают к алкоголю, наркотикам и суициду – крайней стадии саморазрушения личности. Молодёжь кончает с собой почти в эпидемических масштабах. В течение последнего десятилетия частота суицидов среди молодых возросла почти в 3 раза. Статистика показывает, что наибольшая их частота наблюдается в возрасте от 15 до 24 лет. Анализ данных о самоубийствах показывает, что технический прогресс, накопление информационных ресурсов, появление социальных инноваций не идут параллельно с ростом удовлетворённости людей жизнью, увеличением человеческого счастья. Суицид это глобальная проблема всего

мира. Из-за роста суицидального поведения этой проблемой стали заниматься социологи, врачи психиатры, психологи, психотерапевты, социальные педагоги. Их задача состоит в том, чтобы изучить эту проблему, выявить причины её возникновения и в дальнейшем способствовать его снижению. Этой проблемой занимаются такие учёные как Менделевич В.Д.[5], Дюркгейм Э[3]. Шопенгауэр А.[7] и многие другие.

Средства массовой информации широко освещают проблему «групп смерти» создающихся в социальных сетях. Это «молодежное» движение продолжается не первый год, а количество погибших детей перевалило за сотни. Наиболее известные суицидальные игры «Море китов», «f57», «Тихий Дом» «Разбуди меня в 4.20» и другие. Трудно ответить однозначно, почему кураторы таких групп доводят детей до самоубийства – это тема специального исследования, важнее проанализировать причины такого рода суицида. Поводом включения в такую группу является игра. Игра всегда увлекательна в середине прошлого века под влиянием книги «Тимур и его команда» подростки играли в тимуровцев. Меняются времена, но тяга к игре, тайне продолжает привлекать подростков. Игра затягивает. Только приз в ней – смерть, а правила игры диктуются совершенно незнакомыми людьми. На самом деле, все далеко от веселых игр – детей просто запугивают и шантажируют. Однако нельзя назвать «группы смерти» единственной причиной суицида подростков. Определив повод, необходимо выявить причины такого поведения подростков.

Традиционно считается, что причиной суицида в подростковом возрасте является в первую очередь индивидуально – психологические особенности личности, не способность выйти из кризиса. Также определённым мотивом к стремлению самоубийству могут явиться бытовые проблемы, семейные неурядицы, личностные проблемы и т. д. На наш взгляд, одной из психологических причин такого поведения является интерес подростков к своему «Я», поиск места в мире и смысла жизни.

Философы и психологи знают, что это сложнейшие экзистенциальные проблемы и требуется много времени, чтобы найти ответы на эти вопросы. Подросток, не имея знаний, жизненного опыта, пытается скорее *не осмыслить*, а *прочувствовать* «жизнь и смерть». Уже дошкольник начинает интересоваться смертью: «А ты умрешь? А я умру?». Но для подростка это уже не детские вопросы. Кто-то обсуждает это со сверстниками, интересуется религией, другие увлекаются загробным миром («готы»), третьи ищут философскую или психологическую информацию.

Философия не дает однозначного ответа по поводу суицида. Самоуничтожение было связано с пониманием греками и римлянами свободы, являвшейся одной из основных идей их философской мысли. Для них свобода состояла прежде всего в свободе от внешнего давления, в самостоятельном контроле собственной жизни. Её высшей формой становится свобода в принятии решения – продолжать жизнь или умереть. Пифагорейцы понимали суицид как мятеж против установленной богами математической дисциплины окружающего мира, внесением в него диссонанса и нарушением симметрии. Аристотель считал, что смерть приходит в положенный час и её следует приветствовать, самоубийство-проявление трусости и малодушия, даже если оно спасает от бедности, безответной любви, телесного или душевного недуга.

Отношение Платона к суициду было в том, он считал что тело и душа проблематичны, злые поступки тела оскверняют душу, делая её несчастной, и не дают возможности полностью отделиться и вернуться в мир идей. Это идеальное существование после смерти, не являясь прямым призывом к суициду, тем не менее создавало вполне определённую атмосферу, заставляющую человека поверить, что уход от земной жизни является единственным путём к совершенному бытию [6].

Как подростку *самому* разобраться со столь сложными проблемами? Родители мало общаются со своими детьми, тем более редко они являются авторитетом для ребенка в возрасте от 12 до 16 лет. Подростку кажется, что дома его не понимают, и ищет себе поддержку вне дома. Шопенгауэр считал, что самоубийца всегда эгоцентрик, для него нет больше ни Бога, ни мира, ни других людей, а только он сам. Для него нет и тех людей, из-за которых он решает покончить с собой. Преодолеть волю к самоубийству – значит забыть о себе, преодолеть эгоцентризм, замкнутость в себе, подумать о других и другом. Вот почему в такие минуты так важна бывает помощь человеку, может спасти сказанное слово или даже взгляд, дающий почувствовать, что человек этот не один на белом свете, который стал для него черным. Психология самоубийства есть психология замыкания человека в самом себе [7].

Но было бы большим упрощением рассматривать самоубийство как явление всегда однородное. Существуют очень разнообразные типы самоубийств, и самоубийцы вызывают разные оценки. Люди убивают себя от несчастной любви, от сильной страсти или несчастной семейной жизни; убивают себя от потери вкуса к жизни, от бессилия; убивают от позора и потери чести; от потери состояния и нужды; убивают себя, чтобы избежать измены и предательства; убивают от безнадежной болезни и страха страданий.

Мотивация присущая подросткам и молодёжи, связана с острыми конфликтами в учебной, трудовой, семейно-бытовой и интимно-личностной сферах. Повышенное чувство справедливости, эмоциональность молодых, их незащищённость в житейских бурях и невзгодах приводят подчас к экстремальным реакциям, включая суицидальные поступки в случаях, когда люди более зрелого возраста избирают иные формы поведения.

Таким образом, на первом месте из проблем, характерных для подростков с суицидальным поведением, находятся отношения с родителями, на втором месте – трудности, связанные со школой, на третьем – проблемы взаимоотношений с друзьями, в основном противоположного пола. Существенную роль в суицидах играет сохранность семьи и ее благополучность. Развод и конфликты побуждают подростка избавиться от невыносимой обстановки в семье родителей.

Школьные проблемы обычно не являются непосредственной причиной самоубийства, но они приводят к понижению общей самооценки учеников, появлению ощущения незначимости своей личности, к резкому снижению сопротивляемости стрессам и незащищенности от негативного влияния окружающей среды.

Одним из основных психологических объяснений проблем, связанных со сверстниками, особенно противоположного пола, является чрезмерная зависимость от другого человека, что возникает обычно в качестве компенсации плохих отношений в семье, из-за постоянных конфликтов с родителями и отсутствия контакта с ними. В этом случае часто бывает, что отношения с другом или подругой становятся столь значимыми и эмоционально необходимыми, что любое охлаждение в привязанности, а тем более измена, воспринимается как невозполнимая утрата, лишаящая смысла дальнейшую жизнь [1].

Если в семье уже были случаи самоубийства, это повышает угрозу повторного суицида. Такая связь может объясниться тем, что подростки склонны отождествлять себя с теми, кто им близок, и повторять их поступки. Подростки, которые злоупотребляют алкоголем или наркотиками, не только чаще предпринимают попытки уйти из жизни, но и чаще доводят дело до конца.

Подросткам свойственна подражательность. Суицид – заразительное явление, на него может возникнуть мода под влиянием социальных сетей. В принципе, если это не

холодный суицид, человека можно остановить. Психолог должен как бы расширить горизонты, показать альтернативные пути решения проблемы, потому что только смерть бесповоротна, а в жизни можно попробовать проиграть множество вариантов.

Признаки, по которым можно определить, что человек готовится к суициду:

1. потеря интереса к любимым занятиям;
2. разрыв отношений с друзьями;
3. частое упоминание о смерти;
4. употребление алкоголя, наркотиков;
5. нарушение сна, отдыха, питания.

Шнейдман Э. выделил десять общих черт самоубийств, которые необходимо знать не только психологам, но и всем кто работает и общается с подростками:

1. Общей целью для суицида является поиск решения.

Прежде всего суицид не является случайным действием. Он никогда не бывает бессмысленным и бесцельным. Он является решением проблемы, дилеммы, брошенного кому-либо вызова, выходом из затруднений, психологического кризиса или невыносимой ситуации. Чтобы понять причину самоубийства, нужно прежде всего знать проблемы, решить которые он предназначен.

2. Общей задачей суицида является прекращение сознания.

Своеобразным и парадоксальным образом суицид является одновременно движением к чему-то и бегством от чего-либо; то, к чему движется человек, общая практическая задача суицида состоит в полном прекращении сознания невыносимой душевной боли как решении актуальных болезненных жизненных проблем.

3. Общим стимулом суицида является невыносимая психическая боль.

Если прекращение своего потока сознания – это то, к чему движется суицидальный человек, то душевная боль – это то, отчего он стремится убежать. В клинической суицидологии является правилом: снизьте интенсивность страдания – подчас весьма незначительно – и человек выберет жизнь.

4. Общим стрессором при суициде являются фрустрированные психологические потребности. Суицид следует понимать не как бессмысленный и необоснованный поступок – любое самоубийство на основании логических предпосылок, образа мышления и сосредоточенности на определенном круге проблем кажется логичным человеку, который его совершает. Прежде всего суицид совершается из-за нереализованных или неудовлетворенных потребностей.

5. Общей суицидальной эмоцией является беспомощность – безнадежность.

Для начала человеческой жизни наиболее характерно чувственное переживание в виде беспорядочного всеохватывающего интереса и возбуждения. В суицидальном же состоянии возникает преобладающее чувство беспомощности-безнадежности.

6. Общим внутренним отношением к суициду является амбивалентность.

Амбивалентность является наиболее характерным отношением человека к суициду: он чувствует потребность совершить его и одновременно желает (и даже планирует) спасение и вмешательство других.

7. Общим состоянием психики при суициде является сужение когнитивной сферы. Суицид не совсем правильно считать проявлением психоза, невроза или психопатии, точнее его можно охарактеризовать как преходящее аффективное сужение сознания с ограничением использования интеллектуальных возможностей. Варианты выбора снизились до двух – не очень-то большое разнообразие.

8. Общим действием при суициде является бегство (агрессия).

Бегство отражает стремление человека удалиться из зоны бедствия. К числу вариантов бегства относятся, например, уход из дома или семьи, увольнение с рабо-

ты, дезертирство из армии. Суицид в таком ряду поступков является предельным, окончательным бегством.

9. Общим коммуникативным действием при суициде является сообщение о своем намерении. Все люди, работающие сегодня в области суицидологии, знают о характерных признаках такого сообщения как вербальных, так и невербальных. Их распознавание является не заменимым способом превенции суицидов.

10. Общей закономерностью является соответствие суицидального поведения общему стилю (паттернам) поведения в течение жизни. Когда мы сталкиваемся с самоубийством, то нас поначалу сбивает тот факт, что оно по своей природе представляет собой поступок, которому нет аналогов и прецедентов в предшествующей жизни человека. И все же ему можно найти глубокие соответствия в стиле и характере поведения человека в течение всей жизни. [2]

Исходя из этой точки зрения, можно дать следующее определение суицида: в западном мире в настоящее время суицид является сознательным действием самоубийства, которое можно понять как многомерное патологическое состояние человека, сталкивающегося с непереносимой проблемой, лучшим решением которой, по его мнению, является суицид.

Помощь людям с высоким суицидальным риском состоит не в попытке переделать структуру личности человека и не стараться излечить его нервно-психические расстройства, а просто удерживать человека в *живых*. Первичная профилактика суицида прежде всего заключается в повышении образовательного уровня. Ее задачей является обучение население, тому, что суицид может произойти с кем угодно, что существуют вполне различные, достаточно распознаваемые признаки, которые названы выше.

Литература:

1. Амбрумова А.Г., Постовалова Л.И. Мотивы самоубийств // Социологические исследования. 1987. № 6 С. 59-73.
2. Душа самоубийцы [Текст] / Э. Шнейдман; пер. с англ. О. Ю. Донец. – М.: Смысл, 2001. – 315 с. – (Теория и практика психологической помощи). – ISBN 5-89357-058-8 (РУС).
3. Дюркгейм Э. «Самоубийство: Социологический этюд». М., Мысль., 1994. – 400.
4. Манн Дж. Профилактика самоубийств (online) <http://www.Inosmi.ru/abstract/143364.html>.
5. Менделевич В.Д. Психология девеантного поведения: Учебн. Пособ. – М.: МЕД пресс., 2001. – 432 с.
6. Суицидология: Прошлое и настоящее: Проблемы самоубийства в трудах философов, социологов, психотерапевтов и в художественных текстах.-М., «Когито- Центр», 2001. –596 с.
7. Шопенгауэр А. Введение в философию. Новые паралипамепы. Об интересном: Сборник. – Мн.: Попурри, 2000.