

DOI: <https://doi.org/10.23670/IRJ.2023.127.133>

СОВРЕМЕННОЕ СОСТОЯНИЕ ИССЛЕДОВАНИЙ РИСКА СУИЦИДАЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ ЛИЧНОСТИ

Научная статья

Алимов А.О.^{1,*}, Алимова Н.И.²

^{1,2}Северо-западный государственный медицинский университет им. И.И. Мечникова, Санкт-Петербург, Российская Федерация

* Корреспондирующий автор (gribom02[at]yandex.ru)

Аннотация

Статья посвящена исследованию современных подходов к определению риска суицидального поведения личности и профилактики его рецидивов. Предмет исследования – научные работы о суицидальном поведении, его причинах и профилактике. Цель исследования – комплексный анализ теоретических основ суицидального поведения и профилактики его рецидивов. Задачи исследования: рассмотреть понятие и причины суицидального поведения; определить особенности профилактики рецидивов суицидального поведения. Методы исследования: теоретический анализ научных публикаций, структурно-содержательный, функциональный, сравнительный анализ. На основании теоретического анализа научной литературы и практических рекомендаций профилактики суицидального поведения установлено, что проблемой профилактики суицидального поведения занимались многие исследователи, а также работники различных организаций, занимающиеся данным направлением деятельности. Анализ программ по профилактике суицидального поведения позволяет сделать вывод о том, что данная профилактика должна осуществляться комплексно.

Ключевые слова: самоубийство, суицид, суицидальное поведение, причины суицидального поведения, профилактика суицида.

THE CURRENT STATE OF RESEARCH ON PERSONAL SUICIDAL RISK BEHAVIOUR

Research article

Alimov A.O.^{1,*}, Alimova N.I.²

^{1,2}I.I. Mechnikov Northwestern State Medical University, Saint-Petersburg, Russian Federation

* Corresponding author (gribom02[at]yandex.ru)

Abstract

The article is dedicated to the study of modern approaches to determining the risk of suicidal behaviour of an individual and the prevention of its recurrence. The subject of the research is scientific works about suicidal behaviour, its causes and prevention. The purpose of the study is a comprehensive analysis of the theoretical foundations of suicidal behaviour and the prevention of its recurrence. Research objectives: to examine the concept and causes of suicidal behaviour; to determine the specifics of prevention of suicidal behaviour recurrence. Research methods: theoretical analysis of scientific publications, structural and content, functional, comparative analysis. On the basis of theoretical analysis of scientific literature and practical recommendations for prevention of suicidal behaviour, it was established that the problem of prevention of suicidal behaviour was addressed by many researchers, as well as employees of various organizations involved in this area of activity. The analysis of programs for the prevention of suicidal behaviour allows to conclude that such prevention should be carried out in a complex way.

Keywords: suicide, suicidal behaviour, causes of suicidal behaviour, suicide prevention.

Введение

Одной из наиболее острых проблем общества является тема самоубийств (суицида), особенно среди детей и подростков. За последние 60 лет уровень самоубийств увеличился в три раза. В реальности количество самоубийств еще выше, так как истинная причина смерти может обозначаться как «несчастный случай». На каждые 100 000 человек в России происходит 31 самоубийство [9]. Суицид занимает 13-е место среди причин смерти во всем мире, причем частота этого явления постоянно растет. У подростков в возрасте от 15 до 19 лет среди причин смерти суициды занимают третье место. По данным ВОЗ, около 20% самоубийств в мире приходится на подростковый и юношеский возраст. Большинство причин, по которым суициды происходят, это нарушения отношений ребенка с его ближайшим окружением – родителями, друзьями, одноклассниками, педагогами.

На государственном уровне предпринимаются определенные меры в правовом регулировании противодействия самоубийствам. В Концепции демографической политики РФ на период до 2025 года предусматривается сокращение уровня смертности от самоубийств за счет повышения эффективности профилактической работы с гражданами из групп риска [1]. Однако принимаемые на государственном уровне меры не будут эффективными без соответствующей работы по профилактике суицидального поведения. Значимость рассматриваемой темы заключается в том, что важным условием эффективной профилактики суицидов является возможность как можно более точно оценить суицидальный риск у каждого конкретного человека. Для этого важно иметь четкое представление о факторах суицидального риска. Учитывая сложность вышеизложенной проблемы необходим комплексный подход к оценке суицидального поведения и его профилактики.

Методы и принципы исследования

Методологическим принципом исследования послужил системный подход к изучению причин суицидального поведения у детей подросткового возраста. Используются методы анализа, обобщения, систематизации информации по проблеме исследования.

Цель статьи – комплексный анализ теоретических основ суицидального поведения и профилактики его рецидивов.

Основные результаты

Суицид представляет собой исключительно человеческий акт. Для людей, решившихся на самоубийство, обычно характерно страдание от сильной душевной боли и стрессовое состояние, а также чувство невозможности справиться со своими проблемами [2, С. 87].

Среди суицидов учеными выделяются три основные группы: истинный, когда человек действительно испытывает желание умереть; демонстративный, который не связан с желанием умереть, а является способом обратить внимание на свои проблемы; скрытый суицид, когда человек совершает действия, которые с высокой долей вероятности могут привести к летальному исходу.

Суицидальное поведение является результатом сложного взаимодействия факторов индивидуального и общественного морального сознания, социальной изоляции и нарастающего психологического напряжения. Ученые отмечают, что в 90% случаев суицидальное поведение – это «крик о помощи», стремление доказать свою значимость, сделать акцент на своих проблемах, и только в 10% случаев это истинное желание покончить с собой [5, С. 60].

В суицидально-опасную группу входят люди с нарушением межличностных отношений, «одинокими», злоупотребляющие наркотиками и алкоголем, сверхкритичные к себе, страдающие от недавно испытанных унижений или трагических утрат, подвергающиеся насилию в семье, страдающие от болезней. Огромное значение имеет наследственность. Наиболее подвержены суицидальному синдрому люди, страдающие депрессией. В последнее время остро стоит вопрос о неформальных объединениях, в которых зачастую идет открытая пропаганда суицида [5, С. 62].

В науке и практике существуют следующие подходы к проблеме суицидального поведения: совершение суицида обусловлено внутренним конфликтом «неприятия самого себя», «самоотрицание», появляется ощущение «потери смысла жизни» (О.А. Воронина) [3]; суицидальное включает в себя «суицидальное мышление (мысли), суицидальные намерения, суицидальные попытки и завершённый суицид (Е.В. Змановская) [4]; имеются типичные конфликтные ситуации, явившиеся причинами суицидального поведения (А.В. Сухинин, О.А. Яковлева) [11].

Таким образом, суицидальное поведение является сложным феноменом, обусловленным разнообразием мотивов и направленным на изменение поведения или облегчение (прерывание) тяжелых душевных или физических страданий. Феномен суицида чаще всего связывается с представлением о психологическом кризисе личности.

Заслуживает внимания рассмотрение причин суицидального поведения у детей подросткового возраста, поскольку данный возраст является наиболее трудным, что связано с изменением гормонального фона в связи с половым созреванием, личностным развитием с переоценкой жизненных ценностей, конфликтом между чувством взрослости и зависимостью от родителей, в возрастающими требованиями социума. В этом возрасте огромную роль играют взаимоотношения со сверстниками, родителями, с противоположным полом, появляется много соблазнов. Кроме того, в этот период есть ряд объективно стрессовых ситуаций, таких как сдача государственной итоговой аттестации (ГИА).

Исследователи выделяют следующие психологические причины суицидального поведения у подростков:

- ощущение себя «неполноценным» и никому «не нужным»;
- отказ от принятия утраты родителя в случае развода или в случае потери;
- стремление отомстить родителям, сверстникам или учителям в конфликтной ситуации; привлечение к себе внимания, поиск помощи манипулятивными средствами;
- чрезмерное чувство вины и стремление к самонаказанию;
- максимализм и категоричность установок («все – ничего», «плохой – хороший», «отличник – неудачник» и т.д.);
- чрезмерный дезадаптивный перфекционизм – ощущение себя особенным, не таким как все, высокие требования к себе легко переходят в чувство неполноценности;
- незрелые механизмы совладания со стрессом (бегство, уход, изоляция), импульсивные стратегии «эмоциональной разрядки», обуславливающие снижение жизнестойкости [6, С. 171].

За суицидальным поведением, как правило, лежат проблемы формирующегося образа «Я» «жертвы» или «отвергаемого», нестабильная и зависящая от значимых других самооценка детей, недостаточный уровень принятия себя, что приводит к появлению сложностей социально-психологического характера: снижению школьной успеваемости и трудностям поддержания отношений со сверстниками – это, собственно, и видят на поведенческом уровне родители, классный руководитель, учителя в форме чрезмерной застенчивости, скрытности подростка, либо, наоборот, излишней доверчивости, уязвимости [12, С. 86].

Рекомендуется выделять в среде подростков следующие группы риска:

1. «Отвергаемые»/«Жертвы». Такие подростки, как правило, живут в «неблагополучных семьях» и испытывают с самого раннего детства дефицит любви и внимания родителей либо являются жертвами жестокого обращения в семье. Подростки данной группы остро чувствуют свою «ненужность», «нелюбимость», что, в первую очередь, указывает на недостаток ощущения ценности своего «Я», базовое нарушение самопринятия [6, С. 172].

2. «Опекаемые». Опекаемые подростки, напротив, как правило, живут в благоприятной семейной атмосфере. Однако гиперопека родителей, стремление оградить ребенка от всех трудностей также нарушают процесс их адаптации к жизни. Завышенная самооценка такой группы детей, представление о своей повышенной значимости для других и отсутствие опыта негативных переживаний делают их беззащитными перед травмирующими ситуациями. Они растут несамостоятельными, эмоционально незрелыми, капризными, что делает их предрасположенными и к демонстративным угрозам и к пассивным способам ухода от трудностей [6, С. 173].

3. «Звезды». В последнее время отдельно выделяют группу одаренных подростков с выраженным перфекционизмом, «комплексом отличника». Для них характерна постоянная тревога за оценки, страх не оправдать завышенные ожидания родителей. Острой суицидоопасной ситуацией для таких подростков является неудача, ошибка. Известны случаи суицидальных попыток у таких подростков даже из-за одной двойки, которую субъективно они воспринимают как «крах». Разочарованность собой, страх отвержения родителями крайне суицидоопасны для этой категории.

В подростковом возрасте высокий интеллект, одаренность могут обернуться постоянными размышлениями на тему смысла жизни, часто приводящими к мыслям о ее бессмысленности. Возможным становится вариант, когда внешнее благополучие подростков с хорошей успеваемостью скрывает серьезные личностные проблемы, повышенную тревожность в погоне за успехом [6, С. 173].

Итак, следует отметить, настолько психотравмирующая ситуация может провоцировать суицидальное поведение. Крайне важными являются индивидуальные особенности самого подростка и стиль детско-родительских отношений.

В целях профилактики суицида специалистам рекомендуется проводить диагностику по выявлению суицидных тенденций, причин депрессии, тревожности, чувства неполноценности, повышенной агрессивности, социальной дезадаптации, всего, что толкает к самоубийству. Диагностика представляет собой «оценку свойств, состояний, процессов и особенностей человека при помощи научно проверенных методик, позволяющих получать достоверную информацию» [9, С. 99]. Профилактика суицидального поведения включает в себя проведение различных мероприятий. По последовательности выделяют такие виды, как первичная, вторичная и третичная профилактика профилактики суицидального поведения, которые применяются в зависимости от того, имела ли место попытка самоубийства [5, С. 110].

Меры профилактики суицидального поведения можно рассмотреть на примере профилактических мер по развитию жизнестойкости подростков. Как отмечает Е.Г. Коблик, «со стороны родителей, педагогов, психологов, врачей необходимы профилактические меры по укреплению жизнестойкости подростков и развитию их умения позаботиться о себе на всех уровнях становления его личности [6, С. 174].

Целесообразно определить ключевые задачи, стоящие перед родителями, педагогами, сопровождающими психологами. К ним относятся:

- оказать подростку помощь пережить травмирующие ситуации через их принятие и осознание, извлечение из них личного жизненного опыта; актуализировать творческие, интеллектуальные, личностные, а в более старшем возрасте – духовные ресурсы для выхода из ситуации;
- акцентировать внимание подростка на том, чем он сам может помочь себе и чем ему могут помочь другие;
- способствовать восприятию жизни как индивидуального и значимого личного пути, формированию новых целей, новой мечты, планов на ближайшее будущее;
- способствовать повышению чувства самооценности и самоуважения вне зависимости от трудностей и ошибок;
- расширить диапазон социально приемлемых средств решения трудных жизненных ситуаций [6, С. 175].

Стоит отметить, что некоторые из приведенных мер по развитию жизнестойкости подростков могут применяться и в работе с иными возрастными группами для профилактики суицидального поведения. Чем большим количеством жизнеутверждающих факторов обладает человек, таких как ценность жизни и себя, надежда, жизненная перспектива, юмор, взаимопомощь, творчество и др., тем сильнее его «психологическая защита» и прочнее его антисуицидальный барьер.

В настоящее время накоплен достаточно большой опыт по профилактике суицидального поведения. Открываются Центры социальной помощи семье и детям, разрабатываются различные программы, целью которых является осуществление социальной и психологической защиты, а также снижение уровня подростков с девиантным поведением и предотвращение суицидальных попыток.

Можно привести для примера программу по профилактике суицидального поведения среди подростков «У последней черты», автором которой является Л.В. Лаврова [7], которая включает три блока: выявление и реабилитация детей «группы риска» и семей, находящихся в социально опасном положении; координация и межведомственное взаимодействие со специалистами различных учреждений и организаций города, службы психолого-педагогического сопровождения по профилактике суицидального поведения подростков; пропаганда здорового образа жизни, сохранение и укрепление психического здоровья среди обучающихся в образовательных учреждениях города. В рамках программы проводятся индивидуальные и групповые беседы, консультации, родительские собрания, круглые столы, лектории для родителей и педагогов по данной теме.

Примером программ для взрослых по профилактике суицидального поведения является Психологическая тренинговая программа К.В. Пудовой «Жизнь у нас одна» [8]. Целями программы являются формирование позитивной адаптации к жизни, как процесса сознательного построения, и достижения человеком относительно устойчивых равновесий отношений между собой, другими людьми и миром в целом; профилактика суицидов и суицидальных попыток среди взрослого населения.

Таким образом, в своей деятельности по предупреждению суицидального поведения специалисты могут использовать опыт своих коллег в виде специально разработанных программ.

Заключение

Проведенный анализ различных позиций и практических разработок позволяет сделать следующие выводы:

1. Для суицидального поведения характерно то, что человек, находящийся в состоянии психологического кризиса, принимает решение о совершении самоубийства либо о его инсценировке для привлечения внимания к своим проблемам.

2. Существуют определенные причины суицидального поведения, что связано с возникновением конфликтных ситуаций. Особо следует выделять психологические причины суицидального поведения у подростков, имеющих свои характерные черты, поскольку подростковый возраст является наиболее трудным.

3. Разработаны различные программы по профилактике суицидального поведения, применение которых на практике поможет справиться с трудной жизненной ситуацией и не искать выход из нее в совершении самоубийства. Данная профилактика должна осуществляться комплексно: с использованием различных средств, форм и методов; охватывать не только лиц, склонных к суицидальному поведению – их родных, педагогов, психологов и т.д.; предполагать взаимодействие между различными органами и службами.

Конфликт интересов

Не указан.

Рецензия

Кирилюк Е.В., Волгоградская академия Министерства внутренних дел Российской Федерации, Волгоград, Российская Федерация
DOI: <https://doi.org/10.23670/IRJ.2023.127.133.1>

Conflict of Interest

None declared.

Review

Kirilyuk Y.V., Volgograd Academy of the Ministry of Internal Affairs of the Russian Federation, Volgograd, Russian Federation
DOI: <https://doi.org/10.23670/IRJ.2023.127.133.1>

Список литературы / References

1. Об утверждении Концепции демографической политики Российской Федерации на период до 2025 года: Указ Президента РФ от 09.10.2007 № 1351 (ред. от 01.07.2014) // ГАРАНТ. — URL: <http://base.garant.ru/191961/> (дата обращения: 05.12.2022).
2. Безверхова А.Н. Комплексная работа специалистов отделения психолого-педагогической помощи по выявлению и предупреждению признаков суицидального поведения у несовершеннолетних / А.Н. Безверхова // Работник социальной службы. — 2018. — 1. — с. 87-93.
3. Воронина О.А. Социально-психологическая работа с уязвимыми группами молодежи / О.А. Воронина. — Киров: Изд-во ВятГГУ, 2017. — 151 с.
4. Змановская Е.В. Девиантология (психология отклоняющегося поведения) / Е.В. Змановская. — М.: Академия, 2018. — 288 с.
5. Касьянов В.В. Суицидальное поведение / В.В. Касьянов. — М.: Юрайт, 2019. — 330 с.
6. Коблик Е.Г. Меры профилактики суицидального поведения подростков, развитие жизнестойкости / Е.Г. Коблик, Т.А. Садовникова, Ю.А. Сотникова и др. // Личность в трудных жизненных ситуациях: ресурсы и преодоление: материалы международной научно-практической конференции, посвященной 25-летию факультета психологии Омского государственного университета им. Ф.М. Достоевского / гл. ред. Л.И. Дементий. — Омск, 2018. — с. 171-176.
7. Лаврова Л.В. Программа профилактики суицидального поведения «У последней черты» / Л.В. Лаврова. — URL: <https://infourok.ru/programma-po-profilaktike-suicidalnogo-povedeniya-sredi-podrostkov-u-posledney-cherti-2325982.html> (дата обращения: 16.12.2022).
8. Пудова К.В. Психологическая трениговая программа для взрослых по профилактике суицидального поведения «Жизнь у нас одна» / К.В. Пудова. — URL: <https://znano.ru/media/psihologicheskaya-treningovaya-programma-dlya-vzroslyh-po-profilaktike-suicidalnogo-povedeniya-zhizn-u-nas-odna-2610409> (дата обращения: 16.12.2022).
9. Садыков Р.М. Социально-психологическая профилактика суицидального поведения среди молодежи / Р.М. Садыков, Н.Л. Большакова // Концепт. — 2019. — 10. — с. 96-102.
10. Статистика суицидов в России. — URL: <http://spid.center.ru/articles/2541/> (дата обращения: 16.12.2022).
11. Сухинин А.В. Суицидальное поведение и его социально-психологический анализ / А.В. Сухинин, О.А. Яковлева // Киберленка. — URL: <http://cyberleninka.ru/Gрнти/p/suicidalnoe-povedenie...> (дата обращения: 16.12.2022).
12. Тарасова С.Ю. Психологическое сопровождение детей условной нормы здоровья с устойчивыми трудностями адаптации к школе / С.Ю. Тарасова, Ю.А. Сотникова // Психология и школа. — 2017. — 3. — с. 85-101.

Список литературы на английском языке / References in English

1. Ob utverzhdenii Konceptii demograficheskoy politiki Rossijskoj Federacii na period do 2025 goda [On approval of the Concept of the demographic policy of the Russian Federation for the period up to 2025]: Decree of the President of the Russian Federation of October 9, 2007 No. 1351 (as amended on July 1, 2014) // GARANT. — URL: <http://base.garant.ru/191961/> (accessed: 05.12.2022). [in Russian]
2. Bezverkhova A.N. Kompleksnaya rabota specialistov otdeleniya psihologo-pedagogicheskoy pomoshchi po vyyavleniyu i preduprezhdeniyu priznakov suicidal'nogo povedeniya u nesovershennoletnih [Complex work of specialists of the department of psychological and pedagogical assistance to identify and prevent signs of suicidal behavior in minors] / A.N. Bezverkhova // Rabotnik social'noj sluzhby [Worker of the social service]. — 2018. — 1. — p. 87-93. [in Russian]
3. Voronina O.A. Social'no-psihologicheskaya rabota s uyazvimymi gruppami molodezhi [Socio-psychological work with vulnerable groups of youth] / O.A. Voronina. — Kirov: Publishing House of VyatSHU, 2017. — 151 p. [in Russian]
4. Zmanovskaya E.V. Deviantologiya (psihologiya otklonayushchegosya povedeniya) [Deviantology (psychology of deviant behavior)] / E.V. Zmanovskaya. — M.: Academy, 2018. — 288 p. [in Russian]
5. Kasyanov V.V. Suicidal'noe povedenie [Suicidal behavior] / V.V. Kasyanov. — M.: Yurayt, 2019. — 330 p. [in Russian]
6. Koblik E.G. Mery profilaktiki suicidal'nogo povedeniya podrostkov, razvitie zhiznestojkosti [Measures for the prevention of suicidal behavior of adolescents, the development of resilience] / E.G. Koblik, T.A. Sadovnikova, Yu.A.

Sotnikova et al. // Lichnost' v trudnyh zhiznennyh situaciyah: resursy i preodolenie [Personality in difficult life situations: resources and overcoming]: materials of the international scientific and practical conference dedicated to the 25th anniversary of the Faculty of Psychology of Omsk State University named after F.M. Dostoevsky / Ch. ed. L.I. Dementy. — Omsk, 2018. — p.171-176. [in Russian]

7. Lavrova L.V. Programma profilaktiki suicidal'nogo povedeniya «U poslednej cherty» [Program for the prevention of suicidal behavior "At the last line"] / L.V. Lavrova. — URL: <https://infourok.ru/programma-po-profilaktike-suicidalnogo-povedeniya-sredi-podrostkov-u-posledney-cherti-2325982.html> (accessed: 12/16/2022). [in Russian]

8. Pudova K.V. Psihologicheskaya treningovaya programma dlya vzroslyh po profilaktike suicidal'nogo povedeniya «ZHizn' u nas odna» [Psychological training program for adults on the prevention of suicidal behavior "We have one life"] / K.V. Pudova. — URL: <https://znanio.ru/media/psihologicheskaya-treningovaya-programma-dlya-vzroslyh-po-profilaktike-suicidalnogo-povedeniya-zhizn-u-nas-odna-2610409> (accessed: 12/16/2022). [in Russian]

9. Sadykov R.M. Social'no-psihologicheskaya profilaktika suicidal'nogo povedeniya sredi molodezhi [Socio-psychological prevention of suicidal behavior among young people] / R.M. Sadykov, N.L. Bolshakova // Koncept [Concept]. — 2019. — 10. — p. 96-102. [in Russian]

10. Statistika suicidov v Rossii [Statistics of suicides in Russia]. — URL: <http://spid.center.ru/articles/2541/> (accessed: 16/12/2022). [in Russian]

11. Sukhinin A.V. Suicidal'noe povedenie i ego social'no-psihologicheskij analiz [Suicidal behavior and its socio-psychological analysis] / A.V. Sukhinin, O.A. Yakovleva [Electronic resource] // Kiberlenika [Cyberlenika]. — URL: <http://cyberleninka.ru/grnti/n/suicidalnoe-povedenie...> (accessed: 16/12/2022). [in Russian]

12. Tarasova S.Y. Psihologicheskoe soprovozhdenie detej uslovnoj normy zdorov'ya s ustojchivymi trudnostyami adaptacii k shkole [Psychological support for children with a conditional norm of health with persistent difficulties in adapting to school] / S.Y. Tarasova, Y.A. Sotnikova // Psihologiya i shkola [Psychology and School]. — 2017. — 3. — p. 85-101. [in Russian]