

ФАКТОРЫ СУИЦИДАЛЬНОГО РИСКА В ПОДРОСТКОВОЙ СРЕДЕ

Аннотация: в статье рассматриваются факторы суицидального риска среди подростков.

Ключевые слова: факторы суицидального риска, подростки, самоубийства подростковая среда.

Согласно официальной статистике ежегодно в мире погибает один миллион самоубийц, а попытки суицида предпринимают 10-20 миллионов человек. В статистике учитываются только явные случаи самоубийства. Однако очень часто настоящей причиной смерти от несчастных случаев (передозировки лекарственных препаратов, отравления угарным газом, падения с большой высоты, ДТП и др.) – на самом деле является суицид. По данным ВОЗ, каждые 40 секунд в мире один человек добровольно лишает себя жизни. Актуальность проблемы суицидов в нашей стране за последние 20 лет приобрела угрожающий характер. Ежегодно 60000 наших соотечественников преднамеренно убивают себя. По данным ВОЗ показатель смертности более 20 случаев на 100 тысяч населения считается критической чертой[2]. В России он значительно выше, что ставит нашу страну на второе место в мире по количеству самоубийств после Китая[4]. Проблема еще более обостряется, поскольку происходит рост числа суицидальных попыток среди молодежи. На сегодняшний день самоубийства входят в число трех основных причин смерти людей в возрасте 15-44 лет. Уполномоченный при президенте по правам ребенка Павел Астахов озвучил печальную статистику: более полутора тысяч несовершеннолетних в России ежегодно кончают жизнь самоубийством, что обуславливает стране первое место среди Европейских стран по уровню смертности среди подростков 15-19 лет. В последние годы частота самоубийств 10-14- летних детей колеблется в пределах от 3-4 случаев на 100 тысяч, а среди подростков 15-19 лет – 19-20 случаев, превышая средний мировой показатель по этой возрастной категории в 2,7 раза. Что же побуждает молодых людей и

подростков к таким действиям? Все самоубийства условно можно разделить на три группы.

1. Истинные. Это виды суицидального поведения, которые характеризуются желанием умереть любой ценой.
2. Демонстративные. Это так называемый псевдосуицид, совершаемый в состоянии аффекта. Часто является способом обратить внимание на свои беды, позвать на помощь, получить поддержку от других людей. Возможно, это попытка своеобразного шантажа. Подросток может манипулировать другими, например, приняв большую дозу таблеток, чтобы заставить друга или подругу вернуться к нему. Человек изначально не хочет покидать этот мир, но роковая случайность может привести к трагедии.
3. Скрытые. Это саморазрушающее поведение. Осознанное пренебрежение техникой безопасности, правилами дорожного движения; занятия экстремальным спортом без надлежащей подготовки, игра со смертью [3].

Сутью суицидального поведения является обостренное эмоциональное состояние человека, возникающее в кризисной ситуации столкновения с непреодолимыми, по его мнению, проблемами. Подростком психологические трудности воспринимаются как безвыходные в силу ограниченности его жизненного опыта. Поэтому пубертатный возраст сам по себе является фактором суицидального риска. Рассмотрим самые распространенные внутриличностные конфликты, которые могут стать причиной для деструктивного исхода.

Конфликт на уровне семейных отношений. В семье все со всеми всегда находится в резонансе [5]. Наличие самоубийств в истории семьи повышает риск возникновения суицида. Депрессивность родителей, недостаток эмоционального тепла в семье, также могут выступать фактором суицидальной динамики детей. Непонимание, обида, разочарование в себе и близких может привести к возникновению суицидального поведения у людей, склонных к

самоубийству. По такому же принципу причиной суицида может стать неразделенная любовь, ревность, измена, половая несостоятельность, разочарование в друзьях, уход из жизни близкого человека, развод родителей. Многократные переезды семьи с места на место могут вызвать у ребенка сложности адаптации к новым условиям и повлечь за собой трагические последствия. Часто суицидентами становятся дети из неблагополучных семей: дети людей с девиантным поведением (алкоголиков, наркоманов, преступников), перенесшие насилие, воспитанники детских домов или бездомные дети. Нередко подростки кончают с собой вследствие издевательств, побоев и оскорблений. По мнению Жезловой Л.Я. [1], в предпубертатном возрасте преобладают «семейные» проблемы, а в пубертатном – «сексуальные» и «любовные».

Конфликты, возникающие под влиянием учебной деятельности. Причиной суицида может стать изоляция в классе, в референтной группе, дезадаптация в новом коллективе при переходе в другую школу, неудачи в учебе, бестактное поведение отдельных педагогов, боязнь ЕГЭ, низкие баллы по результатам ЕГЭ. В группу риска может попасть ребенок с так называемым комплексом отличника, который в своем стремлении всегда быть лучшим, может не простить себе элементарной ошибки.

Конфликты, связанные с асоциальным поведением личности в обществе. Такие люди боятся уголовной ответственности за явные или надуманные поступки, опасаются стать жертвами прилюдного позора, разоблачения. Загнав себя в угол, они не видят никакого решения кроме самоуничтожения.

Конфликты, возникающие из-за болезней. Чаще всего это физическая неполноценность, хронические заболевания, которые мешают человеку жить полноценной жизнью, физические страдания, уродства. Психозы и психические расстройства. При глубокой депрессии суицидальный риск достаточно высок.

Конфликты, возникающие из-за материально-бытовых трудностей.

Кроме того, причиной суицида может стать публичное разглашение личной информации, целенаправленная травля, клевета, шантаж, угрозы.

Современная массовая культура и СМИ стимулируют пессимизм, страхи, неуверенность в завтрашнем дне. Большая часть телевизионных программ, особенно новостных – это экспозиция насилия, аварий, катастроф, чрезвычайных происшествий, что очень негативно влияет на мировоззрение подростков, формируя отрицательную концепцию окружающего мира. Кроме того, в погоне за сенсацией, журналисты очень часто провоцируют так называемое подражательное самоубийство, когда после детального освещения в СМИ случаев ухода из жизни известных личностей, по стране прокатывается целая волна аналогичных смертей. Подростки отождествляют себя с кумиром, совершившим самоубийство.

Особую роль в формировании культа самоубийства играет Интернет. Существует множество виртуальных «клубов самоубийств», где даются подробные рекомендации и советы всем желающим уйти из жизни.

Проанализировав чувства, стоящие за суицидальными действиями, можно выделить четыре основных причины самоубийства:

Изоляция. Чувство, что тебя никто не понимает, тобой никто не интересуется, до тебя никому нет дела.

Беспомощность. Ощущение, что ты не можешь контролировать жизнь, что от тебя ничего не зависит.

Безнадежность. Будущее не предвещает ничего хорошего.

Чувство собственной незначимости. Уязвленное чувство собственного достоинства, низкая самооценка, переживание некомпетентности, стыда за себя.

Суммируя данную информацию, можно представить некий обобщенный психологический портрет суицидента.

Психологическими особенностями подростка из группы риска являются впечатлительность, ранимость, внушаемость, эмоциональная неустойчивость, инфантильный максимализм ценностных установок, бескомпромиссность, импульсивность, способность ярко чувствовать и переживать. Для него характерна неадекватная самооценка и высокая потребность в самореализации.

Его отличает высокая тревожность и пессимизм, тенденция к самообвинению и склонность к дихотомическому мышлению. Также отмечаются трудности волевого усилия и тенденция ухода от решения проблем. У него болезненное самолюбие и низкая фрустрационная толерантность. Он испытывает повышенную потребность в эмоциональной близости.

Признаками депрессии у детей и подростков могут быть печаль, ощущение бессилия, нарушения сна, аппетита, снижение веса и соматические жалобы, страхи, неудачи, снижение интереса к учебе, чувство неполноценности или отвергнутости, чрезмерная самокритичность, замкнутость, беспокойство, агрессивность.

Большое количество факторов риска суицидов в подростковой среде требует самых серьезных всесторонних мер, направленных на их снижении.

Литература:

1. Амбрумова А.Г., Жезлова Л.Я. К вопросу о самоубийствах детей и подростков // Актуальные проблемы суицидологии. Труды Московского НИИ психиатрии. Т. 82 - М: 1978
2. Всемирная организация здравоохранения/ [электронный ресурс]– Режим доступа <http://www.who.int/ru/>, свободный – Заглавие с экрана
3. Психология суицида: учебно-методическое пособие/сост. И. Н. Рассказова. – Омск: издательство ОмГМА. – 2005
4. Федеральная служба государственной статистики / [электронный ресурс]– Режим доступа <http://www.gks.ru/>, свободный – Заглавие с экрана
5. Франке-Грикш М. Ты с нами! - М.: ИКиСП, 2010

Автор: Бирюкова Н.В.

Педагог-психолог ГКУ Центр ППМС-помощи, г.Тверь