

УДК 159.9.07

Жизненные перспективы молодежи группы риска суицидального поведения¹

Аулова В.А., Ипполитова Е.А.
Алтайский государственный университет
aulowa96@yandex.ru, ippolitovae@bkl.ru

Аннотация

В условиях распространения подростковых и юношеских самоубийств актуализируется интерес к исследованию факторов риска суицида в молодежной среде. Представленные в статье результаты эмпирического исследования демонстрируют, что предикторами суицидального поведения в данной возрастной группе выступает деформация жизненных перспектив, приобретших негативную эмоциональную окраску, неопределенность, утративших структурированность, целенаправленность и общую осмысленность.

Российское общество в последние годы захлестнула волна подростковых и юношеских самоубийств. С конца 2015 года по апрель 2016 года в России при разных обстоятельствах были склонены к самоубийству от 90 до 130 молодых людей. Основная их масса состояла в сетевых сообществах, так называемых «группах смерти» (Киты плывут вверх, Космический кит, Белый/синий кит, Китовой журнал, Море китов, Океан китов, Летающий кит, разбуди меня в 4:20, f57 и так далее). Подобных групп на протяжении 2015–2016 годов было множество, причем отследить их было очень сложно – закрывались одни группы и тут же появлялись новые. В итоге к настоящему моменту самоубийства являются второй ведущей причиной смерти среди молодых людей 15–29 лет (данные ВОЗ на 31 января 2018 года) [1].

Почему же так происходит? Возможна ли превенция молодежных суицидов? В научном сообществе отмечается немало попыток ответа на эти вопросы.

Анализ научно-психологической литературы показал, что существует ряд различных взглядов на механизмы формирования суицидального поведения. В основе интерпретации генеза суицидального поведения можно выделить следующие концепции: социологическую, анатомо-антропологическую, генетическую, биохимическую, клиническую (психиатрическую), психологическую, которую рассмотрим более подробно в данной работе [2].

Психологическая концепция самоубийств включает в себя несколько моделей. Психодинамическая модель основывается на ряде авторских попыток осмысления генезиса суицидов. В целом они сводятся к идее о том, что в подсознательном каждого человека таятся суицидальные тенденции, которые преодолеваются с помощью здоровых идентификаций, защитных механизмов и конструктивных жизненных сценариев. Если обычные механизмы защиты и контроля, образы жизни и любви нарушаются, то личность испытывает беспомощность, безнадежность, покинутость и легко подталкивается к суицидальному кризису. Согласно идеям К. Хорни и А. Адлера суицид может возникнуть как следствие глубоко укоренившихся чувств неполноценности. Так же самоубийство может быть «суицидом исполнения» из-за возникновения у человека чувства несоответствия стандартам и ожиданиям общества [3, 4]. Психоаналитические концепции способствуют пониманию глубинной мотивации суицидального поведения, которая уходит своими корнями в ранние отношения личности с близкими людьми. Точка зрения Э. Берна заключается в трактовке суицидального поведения как результата развития жизненного

¹ Исследование выполнено при поддержке Российского фонда фундаментальных исследований, проект 17-36-00023-ОГН «Жизненные перспективы человека в изменяющемся мире».

сценария, основы которого закладываются в раннем детстве, под влиянием «родительских предписаний» [5].

Представители экзистенциально-гуманистической модели полагают, что основная причина самоубийств – это «экзистенциальный вакуум», утрата смысла жизни. Так, И. Ялом описывая как экзистенциальный кризис и переживание бессмысленности может толкнуть человека к самоубийству, приводит цитату из автобиографических материалов Л. Толстого, который в качестве фактора возникновения мыслей о суициде указывает вопрос о том, почему человек должен жить [6].

Сходным образом В. Франкл рассматривает суицидальное поведение как крайнюю степень выраженности переживания бессмысленности. Он обращает внимание на тот факт, что в большинстве своем самоубийства совершают психически и физически здоровые молодые люди. И делает следующий вывод: должно быть какое-то свойство, заложенное в самой природе человека, которое бы «оправдывало» стремление покончить с собой. Феномен самоубийства в этой связи рассматривается с позиций концепции воли к смыслу. В. Франкл сравнивает самоубийцу с шахматистом, который, получив тяжелую позицию, сметает с доски все фигуры. Согласно его точке зрения самоубийца не боится смерти – он боится жизни [7].

В рамках бихевиорально-когнитивной модели суицидальное поведение оценивается исходя из понятия «рефлекса цели». Рефлекс цели является основной формой жизненной энергии человека: как только исчезает цель, жизнь перестает призывать к себе. С точки зрения Г.С. Салливана в состоянии депрессии самоуничтожение является привлекательной перспективой для индивида. Суицид, по его мнению, отражает переориентированное на себя враждебное отношение индивида к внешнему миру [8]. А. Бек в причинах самоубийства видит роль негибкого мышления, которое ведет к невозможности выработки оптимальных решений своих проблем: жизнь ужасна, альтернатива ей только смерть. Американский психолог Э. Шнейдман выделил следующие характеристик суицида: чувство невыносимой душевной боли, чувство изолированности, ощущение безнадежности и беспомощности, а также уверенность в том, что только смерть является способом решения проблем. С точки зрения Дж. Келли, автора теории личностных конструктов, самоубийство совершается из-за фатализма или тотальной тревоги: ход событий так очевиден, что нет смысла дожидаться результата, либо все так непредсказуемо, что единственный определенный поступок, который можно совершить – уйти из жизни [9].

В отечественной психологии так же отмечается ряд попыток выявить факторы, генерирующие суицид. В качестве ведущего из них рассматривается кризисное состояние личности, которое может возникнуть как в итоге длительного ряда жизненных трудностей, так и под действием острых, одномоментных тяжелых психотравм. Ряд авторов отмечает, что кризисные состояния можно характеризовать как «перекрытие» источников жизненного смысла: блокаду жизненных целей, представление о невозможности самоактуализации. Результирующая этих воздействий выражается в утрате жизненного смысла, интереса к жизни, перспективы. Возникают феномены отчуждения и безнадежности. Появляется отрицательное эмоциональное отношение к жизни: от ощущения ее тягостности, мучительности до отвращения (Ф.Е. Василюк, Л.Г. Желдунова, В.Г. Ромек и др.). [10]. В свою очередь В.В. Нуркова и К.Н. Василевская указывают на то, что в кризисных ситуациях возникает симптоматика деформации временной трансперспективы личности, когда настоящее хаотичное, прошлое перестает быть ресурсом для продуктивного жизнетворчества, будущее теряет свою положительную валентность, что закономерно увеличивает риск суицида [11].

Вместе с тем, отечественные психологи сконцентрированы на построении моделей противодействия суицидальным тенденциям. А.Г. Амбрумовой, О.Э. Калашниковой были высказаны идеи о роли субъектности и активности личности как факторов, противодействующих суициду [12]. Д.А. Леонтьев выделяет ряд негативных предикторов суицида, таких как чувство связности, жизнестойкость, витальность, высшие копинговые стратегии и защитные механизмы, в целом составляющие личностный потенциал. Согласно

автору, человек с сильным личностным потенциалом отличается достаточно высоким уровнем рефлексии проблемы суицида как существующей возможности распорядиться своей жизнью, но она не привлекает его вследствие ориентации на отдаленные последствия своих действий и наличия разнообразных перспектив самореализации. В результате обеспечивается прочная основа осознанного выбора в пользу жизни [13].

Таким образом, обобщая представленные модели и точки зрения относительно генезиса суицида можно отметить единство исследователей относительно того, что помимо внешних обстоятельств, способствующих возникновению у человека суицидальных намерений вследствие актуализации тревоги, фатализма, неполноценности и безнадежности, существуют и личностные факторы, препятствующие их реализации. В качестве негативных предикторов суицида, в том числе, можно отметить осмысленность предстоящих этапов жизни, оптимизм в отношении будущего, наличие значимых для человека целей.

Опираясь на приведенный анализ факторов суицидального риска, можно предположить, что возникновение у молодого человека намерения расстаться с жизнью обусловлено не только его реакцией на какое-либо стрессовое событие. Решение покончить с собой может формироваться вследствие негативного восприятия будущего, деформации жизненных перспектив. С целью проверки выдвинутого предположения было предпринято эмпирическое исследование, в котором в качестве респондентов приняли участие 43 юноши и девушки в возрасте от 19 до 23 лет, являющиеся учащимися ВУЗов Алтайского края (АлтГУ, АлтГТУ, АлтГМУ). В качестве методов сбора научной информации выступили метод опроса и метод тестов (опросник суицидального риска в модификации Т.Н. Разуваевой; шкала временных установок Ж. Нюттена), методы математико-статистической обработки данных представлены описательными статистиками и U-критерием Манна-Уитни, выполненными с помощью компьютерного статистического пакета «SPSS» 22.0.

В результате применения опросника суицидального риска была сформирована выборка для дальнейшего исследования, которая составила две группы по 15 человек каждая. В первую группу вошли респонденты с высоким риском суицидального поведения, вторую составили юноши и девушки без признаков формирования намерения расстаться с жизнью.

Анализ данных позволил выявить ряд особенностей молодых людей из группы риска суицидального поведения. Так, для них характерны отрицательные концепции мира и собственной личности. В этом случае формируется представление о своей несостоятельности, некомпетентности, ненужности, отношения с окружающими оцениваются как неудовлетворительные, а мир в целом кажется враждебным, появляется готовность излишне эмоционально реагировать на психотравмирующую ситуацию. В подобных обстоятельствах у юношей и девушек возникает желание привлечь внимание окружающих к своим несчастьям, добиться сочувствия и понимания. Присутствует восприятие себя, ситуации и, возможно, собственной жизни в целом как явления исключительного, и, следовательно, подразумевающего исключительные варианты выхода, в частности суицид. Так же по данным опросника у молодежи группы риска отмечается поиск культурных ценностей и нормативов, оправдывающих суицидальное поведение или даже делающих его в какой-то мере привлекательным, заимствование суицидальных моделей поведения из литературы и кино.

Для выявления специфики жизненных перспектив респондентов с высокими показателями факторов суицидального риска был применен статистический анализ данных с помощью U-критерия Манна-Уитни.

Так, согласно полученным данным, в зависимости от степени риска суицида молодые люди по-разному эмоционально оценивают свое будущее ($p < 0,05$). В ситуации формирования суицидальных намерений оно кажется отталкивающим, темным, ужасающим. Кроме того юноши и девушки с негативной концепцией окружающего мира ждут значительных трудностей, описывая предстоящий период жизненного пути как сложный,

трудный, проблематичный и конфликтный. Характерным становится снижение осмысленности будущего, которое видится пустым, скучным, бесполезным, безнадежным и неценным. Молодежь группы риска отмечает снижение собственного контроля относительно грядущих событий, определяя свою жизнь как навязанную, зависящую от обстоятельств, планируемую другими людьми. Неслучайно возникает феномен неопределенности будущего, потерявшего событийную структурированность и упорядоченность, но приобретшего хаотичный характер. Перспективы кажутся отсроченными во времени (далекое, удаленное, медленное будущее).

В целом можно заключить, что суицидальные намерения молодого человека находят свое отражение в его облике будущего. Жизненные перспективы теряют свое мотивирующее значение, приобретая негативную эмоциональную окраску, задавая ощущение, безнадежности, скуки, зыбкости и непредсказуемости завтрашнего дня. Не удивительно, что подобное будущее не имеет смысла и суицид представляется юношам и девушкам логичным выходом из сложившейся ситуации. Напрашивается вывод о том, что негативный характер жизненных перспектив может рассматриваться в качестве еще одного значимого предиктора суицидального риска в молодежной среде. Вместе с тем, учивая высокую вероятность коррекции образа будущего именно в данной возрастной группе, актуальной является организация психологической помощи юношам и девушкам в направлении оптимизации их жизненных перспектив.

Библиографический список

1. Галицына А.М. «Группы смерти» как средство манипулирования сознанием // Развитие общественных наук российскими студентами. – 2017. – №4. – С. 30-34.
2. Руженков В.А., Руженкова В.В., Боева А.В. Концепции суицидального поведения // Суицидология. – 2012. – №4. – С. 52-60.
3. Адлер А. Практика и теория индивидуальной психологии. – М.: Фонд «За экон. грамотность», 1995. – 291 с.
4. Хорни К. Невроз и личностный рост: борьба за самореализацию. – СПб.: Вост.-Европ. ин-т психоанализа, 1997. – 316 с.
5. Берн Э. Трансакционный анализ и психотерапия. – СПб.: Братство, 1992. – 223 с.
6. Ялом И.Д. Экзистенциальная психотерапия. – М.: Класс, 1998. – 575 с.
7. Франкл В. Психотерапия и религия // Человек в поисках смысла / общ. ред.: Л.Я. Гозман, Д.А. Леонтьев. – М., 1990. – С. 334-337.
8. Салливан Г.С. Интерперсональная теория в психиатрии. – М.: КСП+; СПб.: Ювента, 1999. – 345 с.
9. Епанчинцева Г.А., Козловская Т.Н., Марченко Т.В. Ретроспектива социально-психологической природы суицидального поведения // Современные проблемы науки и образования. – 2013. – № 6 [Электронный ресурс]. URL: <http://science-education.ru/ru/article/view?id=11381> (дата обращения: 02.10.2018).
10. Ипполитова Е.А. Психологическая помощь человеку, переживающему кризис. – Барнаул: Изд-во АлтГУ, 2014. – 114 с.
11. Нуркова В.В., Василевская К.Н. Автобиографическая память в трудной жизненной ситуации: новые феномены // Вопросы психологии. – 2003. – №5. – С. 93-102.
12. Амбрумова А.Г., Калашникова О.Э. Клинико-психологические аспекты самоубийства // Социальная и клиническая психиатрия. – 1998. – Т. 8. – Вып. 4. – С. 65-77.
13. Лонтъев Д.А. Экзистенциальный смысл суицида: жизнь как выбор // Московский психотерапевтический журнал. – 2008. – № 4. С. 58-81.