

Суицидальное поведение

Суицидальное поведение — это проявление суицидальной активности. Оно включает в себя суицидальные мысли, намерения, высказывания, угрозы, суицидальные покушения и попытки. При истинном суицидальном поведении намерение лишить себя жизни не только обдуманно, но и нередко долго «вынашивается».

Важно понять, что подростковый суицид сложнее, чем может показаться на первый взгляд. Период подросткового возраста в психологии характеризуется как кризисный период. Это момент перехода из детства во взрослую жизнь. Подросток — это уже не ребенок, но еще и не взрослый. У него появляется новообразование — «чувство взрослости», а новых смыслов, ценностей взрослой жизни, форм взаимодействия во взрослом мире еще нет. Ведущей деятельностью в этот период является общение со сверстниками. Быть принятым в своем окружении друзьями и одноклассниками становится гораздо значимее и важнее, чем у взрослого человека. Сложный кризисный период подросткового возраста характеризуется не только внутренними конфликтами самого ребенка, но и появлением огромного количества конфликтов с окружающим миром. Мир для него пока непонятным, неясным, пугающим. Попытка войти в новый, взрослый мир связан с проблемами, которые подросток не в силах решить самостоятельно, и не в силах объяснить это окружающим. Подростки, как правило, более чувствительно, более сердито и импульсивно реагируют на события, чем люди из других возрастных групп. Наконец, внушаемость подростков и их стремление подражать другим, в том числе тем, кто пытается покончить с собой, может создать почву для суицида.

Самоубийство подростка чаще всего рассматривается как результат того, что крик о помощи не был услышан вовремя. Но, кроме того, это поступок, при помощи которого юноша или девушка пытается привлечь к себе внимание.

В отечественной и зарубежной литературе наиболее часто используют такую классификацию суицидального поведения: демонстративное поведение, аффективное поведение и истинно суицидальное поведение.

Демонстративное поведение — стремление подростка привлечь внимание на себя и свои проблемы, показать, как ему трудно справляться с жизненными ситуациями. Это своего рода просьба о помощи. Как правило, демонстративные суицидальные действия совершаются не с целью причинить себе реальный вред или лишить себя жизни, а с целью напугать окружающих, заставить их задуматься над проблемами подростка, «осознать» свое несправедливое отношение к нему. При демонстративном поведении способы суицидального поведения чаще всего проявляются в виде порезов вен, отравления неядовитыми лекарствами, изображения повешения.

Аффективное суицидальное поведение — суицидальные действия, совершенные под влиянием ярких эмоций относятся к аффективному типу.

В таких случаях подросток действует импульсивно, не имея четкого плана своих действий. Как правило, сильные негативные эмоции — обида, гнев — затмевают собой реальное восприятие действительности, и подросток, руководствуясь ими, совершает суицид (чаще прибегают к попыткам повешения, отравлению токсичными и сильнодействующими препаратами).

Истинное суицидальное поведение характеризуется продуманным планом действий. Подросток готовится к совершению суицидального действия. При таком типе суицидального поведения подростки чаще оставляют записки, адресованные родственникам и друзьям, в которых они прощаются со всеми и объясняют причины своих действий. Поскольку действия являются продуманными, такие суицидальные попытки чаще не заканчиваются смертью. При истинном суицидальном поведении чаще всего прибегают к повешению или к прыгиванию с высоты.

Причины суицида очень сложны и многочисленны. Их можно искать в биологических, генетических, психологических и социальных сферах человека. Несмотря на то, что подростки обычно совершают суицид в экстремальных случаях (публичное унижение, проблемы в учебе, предательство), большинство экспертов предполагает, что это, скорее всего повод для совершения суицида, чем его причина.

Суицидальные действия обычно носят спланированный характер и совершаются в одиночестве. Реакция данного типа характерна для зрелых лиц старше 40 лет, у которых совершению суицида обычно предшествует выраженное депрессивное состояние. Необходимо отметить, что у большей части суицидентов на ранних этапах суицидального поведения наблюдается состояние борьбы мотивов: с одной стороны, возникают суицидальные побуждения, с другой — появляются мысли об обязательствах перед детьми и прочие удерживающие человека от совершения суицидального акта мотивы. Другими словами, суициденты переживают борьбу суицидальных и антисуицидальных мотивов и чем сильнее выражены последние, тем меньше вероятность совершения суицидального акта.

На разных этапах подросткового возраста — раннем (12-14 лет), среднем (15-16 лет) и старшем (17-18 лет) существуют свои особенности формирования и проявления суицидального поведения, связанные со спецификой физиологии, психологии, личностными и поведенческими индивидуальными качествами. В младшем подростковом возрасте суицидальные проявления, как правило, не планируются заранее, попытки самоубийства совершаются при помощи первых попавшихся под руку средств, в ситуациях угрозы наказания. У этой группы подростков покушения на самоубийство не имеют тяжелых медицинских последствий. Это не истинное стремление к смерти, а желание избежать конфликта, устранившись от трудной ситуации. В средней возрастной группе суицидальные проявления характеризуются демонстративными самоповреждениями, попытками, имеющими целью отомстить обидчику, наказать окружающих. Частые попытки суицида в состоянии аффективного напряжения, в кульминационные моменты конфликта, и медицинские

последствия таких покушений часто бывают тяжелыми. Для подростков данной возрастной группы характерны приступы раздражительности и злобности, эмоциональной неустойчивости, жажда чувственных (сенсорных) переживаний, в сочетании с бедностью интересов, ограниченностью кругозора, неадекватным реагированием на различные ситуации обмана, крушения надежд, неудачи. Такие подростки ещё неустойчивы к стрессам, практически не владеют навыком самоконтроля.

По мнению большинства исследователей, наиболее суицидогенны те семьи, которые внешне благополучны, но внутри них скрытые конфликты. Семьи с асоциальной направленностью способствуют адаптации ребенка в такой же среде, исполняя роль защитников механизмов. Для младшего губертата наиболее суицидоопасны внутрисемейные конфликты, для среднего и старшего — конфликты со сверстниками и в школе.

Социально — психологические факторы играют решающую роль в стимуляции всех видов суицидального поведения. Среди них на первом месте оказываются факторы дезадаптации, связанные с нарушением социализации, когда статус не соответствует уровню притязаний.

Одним из главных факторов суицидального поведения в подростковом возрасте выделяют неблагоприятную семейную обстановку. Разрушительность семейного уклада отмечена практически всеми отечественными учеными, исследовавшими проблему детского суицида:

- Ситуация длительного конфликта в семье или ситуация развода родителей. Подростку нелегко выдерживать ситуацию, когда каждый из родителей «гнет свою линию»;

- Утрата значимой привязанности, например, смерть мамы или любимого человека для ребенка становится нелегким испытанием;

- Отсутствие в семье «значимого взрослого». В этой ситуации проявляется социальная и психологическая изолированность подростка. Формирование суицидального поведения в детском и подростковом возрасте во многом зависит также от некоторых особенностей личности суицидента. У всех лиц были обнаружены эмоциональная неустойчивость, повышенная внушаемость, сензитивность, некоторая импульсивность. Эти черты, выраженные нередко до уровня акцентуации характера, создают предпосылки для социально — психологической дезадаптации личности в пубертатном периоде.

Подводя итоги, отметим специфичные для подростков проявления:

- у подростков нет по-настоящему осмысленной картины смерти. Взрослый человек осознает, что смерть — это конец жизни, а подросток до конца не понимает этого. Для них это в какой-то мере виртуальная игра;

- для подростков важны три сферы: семья, школа, ровесники;

- причина самоубийства в подростковом возрасте может быть на первый взгляд незначительной, пустяковой или даже случайной;

- у подростков могут отсутствовать стадии, предшествующие собственно суициду, т.е. идеи и намерения;

- подросткам очень трудно объяснить, что с ними происходит, описать свое состояние или проблему;

- для подростков, нередко, страшнее жить в той реальности, которая у них есть, нежели умереть.

Подростковый суицид – это чаще всего крик о помощи, попытка обратить на себя внимание, попытка решить свои проблемы «по- взрослому».