

Суицид (от англ. suicide) – самоубийство – акт самоубийства, совершаемый человеком в состоянии сильного душевного расстройства либо под влиянием психического заболевания; осознанный акт устранения из жизни под воздействием острых психотравмирующих ситуаций, при которых собственная жизнь как высшая ценность теряет для данного человека смысл.

Определение: под попыткой суицида подразумевается в меньшей степени стремление к смерти, чем вызов окружающему миру. Конечно, возможно, что эта попытка заканчивается смертью или всерьёз задуманное самоубийство не удаётся.

Симптоматика: Согласно Ringel (1978) (6) суицид рассматривается как «завершение болезненного развития»; типичным для фазы перед совершением суицидальной попытки является «пресуицидальный синдром».

Общие черты:

Виды суицида

1. Демонстративный: разыгрывание театральных сцен с изображением попыток самоубийства безо всякого намерения действительно покончить с собой, с расчётом, что вовремя спасут. Все действия предпринимаются с целью привлечь или вернуть утраченное к себе внимание, разжалобить, вызвать сочувствие, избавиться от грозящих неприятностей (например, наказаний за совершённые правонарушения или проступки), или, наконец, чтобы наказать обидчика, обратив на него возмущение окружающих, или чтобы доставить ему серьёзные неприятности. Место, где совершается демонстрация, свидетельствует обычно о том, кому она адресована.

Внимание: демонстративные по замыслу действия вследствие неосторожности, неправильного расчёта или иных случайностей могут

обернуться роковыми последствиями. Более того, у подростков обнаруживается определённая склонность к повторению суицидных попыток и демонстраций!

Поэтому оценка поступка как демонстративного требует тщательного анализа всех обстоятельств

2. Аффективный: совершение суицидальной попытки на высоте аффекта, который может длиться от нескольких минут до часов и суток. Возможна и аффективная демонстрация при желании чтобы смерть «произвела впечатление».

3. Истинный: имеет место при постепенно вынашиваемом намерении покончить с собой. Поведение строится так, чтобы суицидальная попытка, по представлению подростка, была эффективной, чтобы суицидным действиям «не помешали».

### Особенности подросткового суицидального поведения

Сам по себе подростковый возраст означает символическое умирание детства и переход человека на новый уровень. При этом в возрасте 14-15 лет должен «подключиться» архетип самоидентификации, сыновний архетип, который помогает человеку оторваться от символической «пуповины», связывающей его с родителями. Одной из важнейших причин самоубийств у подростков считается отсутствие уверенности и самоидентификации. Большинство детей переживают этот возраст бурно, но нормально. Беспокойство должны вызывать те ребята, особенно мальчики, у которых переходный возраст проходит слишком гладко, как будто его нет, а так же дети из семей, где нарушен нормальный контакт с родителями. Ребята с задержкой развития бессознательного, лишённые руководящей информации

из подсознательного на этапе инициации: перехода от беспечного, но зависимого положения ребёнка к обременённой ответственностью свободе взрослого, чувствуют дискомфорт, испытывают непонятную депрессию. Они не знают, как «выпрыгнуть» из детства, а всё, что им может предложить их обеднённое подсознание, это опыт их биологического рождения, тесно переплетающийся в психике с образом смерти. Подростки пытаются «спасти» себя через смерть-возрождение.

Спусковым крючком для подросткового суицида часто становится подобный поступок молодёжного кумира, героя книг или фильмов, близких друзей или любимых. В этих случаях подростки пытаются «срисовать» образ «героя», который по их представлениям может помочь им преодолеть узловые этапы индивидуальной эволюции. Привыкнув к опеке со стороны взрослых, подростки часто рассматривают суицидальные попытки как своеобразную, но подконтрольную взрослым игру, оставаясь в глубине души уверенными, что те не разрешат им довести суицид до конца.

Суицид в 18-25 лет обычно связан с отдалёнными отголосками не пройденного переходного возраста, «перенесённые дети, задыхающиеся в материнской утробе». Жизнь требует от них зрелости, соответствующей биологическому возрасту, а подсознание безмолвствует, не говорит, как это можно реализовать наилучшим образом. Отсюда же берут начало и неправильный выбор профессии, и неудачный брак, и равнодушие к детям.

Группы детей, склонных к суициду

1. Отличники, т.к. к ним все предъявляют повышенные требования, а если они не справляются с заданным «стандартом», то начинают испытывать чувство неудовлетворения собой, способное привести к депрессивному состоянию. К тому же эти дети редко бывают приняты в социальной группе сверстников, что также может привести к суицидальному исходу.
  
2. Дети, которые резко снижают успехи в учебной деятельности, естественно вызывая тем самым недоумение и возмущение родителей и учителей.
  
3. Дети, к которым окружающие предъявляют завышенные требования, которые они в силу субъективных причин не могут выполнить.
  
4. Дети с повышенной тревожностью и склонностью к депрессиям (в основном, это дети с родовыми травмами, правополушарные и те, у которых в роду или ближайшем окружении были случаи или попытки самоубийства), особенно в пубертате.

Работа психолога по профилактике суицидального поведения

Работа психолога по профилактике суицидального поведения может осуществляться в следующих направлениях:

- снятие психологического напряжения в психотравмирующей ситуации;
  
- уменьшение эмоциональной зависимости и ригидности;

– формирование компенсаторных механизмов поведения;

– формирование адекватного отношения к жизни и смерти.

Известно, что всякая агрессия – внутренняя или внешняя – является признаком кризиса. Психологу необходимо быть информированным о важнейших кризисных ситуациях детей и подростков, уметь выявлять их и оказывать своевременную помощь.

В. Г. Балакирев и Л. Додсон разработали эффективную методику психологической помощи детям и подросткам в кризисных ситуациях. Она состоит из констатирующей и психокоррекционной частей.

Констатирующая включает три встречи-сессии с группами.

Темы сессий: «Типы кризисных ситуаций», «Содержание и выражение переживаний в кризисных ситуациях», «Способы преодоления кризисных ситуаций»...

Встречи проводятся по одному сценарию:

- 1) групповое обсуждение предложенной психологом темы;
- 2) выполнение индивидуальных творческих заданий;
- 3) обмен впечатлениями или обсуждение в группе.

На первой сессии составляется «банк историй», отражающих все основные области жизни детей, выполняются творческие задания (записать или нарисовать свою историю) и проводится беседа по заданию с элементами активного, эмпатического слушания.

Вторая сессия посвящена разыгрыванию и обсуждению историй с последующей интерпретацией переживаний детей, их записью и рисованием.

На третьей сессии после актуализации кризисных ситуаций и чувств, которые они вызывают, участники проясняют способы, которые они использовали бы для преодоления неприятных переживаний, а затем проигрывают свои истории с последующим повторным анализом. При этом внимание детей обращается на изменения, которые произошли в их чувствах. В заключение записываются все известные способы преодоления неприятных переживаний.

При анамнезе материала констатирующей части выявлены следующие причины кризисных ситуаций у подростков 12 лет: наибольшее количество отрицательных переживаний приходится на отношения с родителями – 30 %, связано с темой животных (их потеря, смерть, желание приобрести) – 30 %, учителем – 15 %.

Коррекционная часть представляет собой две сессии, построенные в форме «Я-сообщений» с использованием элементов психосинтеза и психодрамы. Работая с подростками в кризисных ситуациях, психолог может применять различные техники: ментального переживания; внутреннего диалога; самоосвобождения и др. (П. Теппервайн) или кризисной интервенции (Е. Миндельман, Э. Эриксон), которая может проводиться в форме кризисной психотерапии, кризисного консультирования или «телефона доверия». При диагностике суицидального поведения подростков можно применять комплекс методик, адаптированных М. В. Горской: опросник Г. Айзенка

## «Самооценка психических состояний личности» и «Метод незаконченных предложений»

### Суицид

- Акопян К.З. Самоубийство: проблема мотивации (размышления в связи с психологическим этюдом Н. А. Бердяева "О самоубийстве") // Психологический журнал. - 1996. - Т.17, №3.
- Актуальные проблемы суицидологии: Сборник трудов московского НИИ психиатрии. - М., 1978. - Т.78.
- Актуальные проблемы суицидологии: Сборник трудов московского НИИ психиатрии. - М., 1981. - Т. 92.
- Амбрумова А.Г. Индивидуально-психологические аспекты суицидального поведения // Актуальные проблемы суицидологии - М., 1978.
- Амбрумова А.Г. Диагностика суицидального поведения. - М., 1980. - 48 с.
- Амбрумова А.Г. Личность. Психология одиночества и суицид // Актуальные вопросы суицидологии. - М., 1988.
- Амбрумова А.Г. Методические рекомендации по профилактике суицидальных действий в детском и подростковом возрасте. - М., 1978.
- Амбрумова А.Г. Неотложная психотерапевтическая помощь в суицидологической практике. Методические рекомендации. - М., 1986.
- Амбрумова А.Г. Предупреждение самоубийств. - М., 1980.
- Амбрумова А.Г. Психология самоубийства // Социальная и клиническая психиатрия. - 1994. - №4.
- Амбрумова А.Г. Семейная диагностика в суицидологической практике. - М., 1983.
- Амбрумова А.Г. Социально-психологическая дезадаптация личности и профилактика суицида (библиографический обзор) // Вопросы психологии. - 1981. - №4.
- Амбрумова А.Г., Старшенбаум Г.В. О состоянии суицидологической службы в России // XII съезд психиатров России. - М., 1995.
- Амбрумова А.Г., Тихоненко В.А. Диагностика суицидального поведения. - М.: б/и, 1980. - 48 с.
- Андреев И.Л. "Заказное" самоубийство: Ритуальный уход из жизни как социально-психологический феномен // Вопросы философии. - 2000. - № 12. - С.14-34.
- Бачериков Н.Е., Згонников П.Т. Клинические аспекты суицидологии // Клиническая психиатрия. - К.: Здоровья, 1989. - С.456-465.
- Бек А. Методы работы с суицидальным пациентом // Журнал практической психологии и психоанализа. - 2003. - №1.
- Бердяев Н.А. О самоубийстве. - М.: Изд-во МГУ, 1992. - 23 с.
- Богоявленский Д.Д. Российские самоубийства и российские реформы // СоцИс. - 2002. - № 5. - С.76.
- Бойко О.В. Гендерные различия суицидального поведения // Социокультурный анализ гендерных отношений: Сб. науч. трудов / Под ред. Е.Р. Ярской-Смирновой; Саратов. гос. техн. ун-т. - Саратов: Изд-во Саратов.ун-та, 1998.
- Вароткина Ж.Л. Самоубийства как социальная патология // Экология человека. - 2000. - №4. - С.82-83.

- Васильева О.С., Андрущенко И.Е. Психологические проблемы отношения к смерти у старшеклассников: теоретические и практические аспекты // Журнал практического психолога. - 2000. - № 3-4. - С.182-200.
- Волкова А.Н. Психолого-педагогическая поддержка детей суицидентов // Вестник психосоциальной и коррекционно-реабилитационной работы. - 1998. - №2. - С. 36-43.
- Вроно Е.М. Научные и организационные проблемы суицидологии. - М., 1983.
- Гишинский Я., Румянцева Г. Самоубийства в России // Мир России. - 1998. - Т.7, № 4. - С.159-166.
- Гишинский Я.И. Социологические и психолого-педагогические основы суицидологии. - СПб., 1999.
- Горская М.В. Диагностика суицидального поведения у подростков. // Вестник психосоциальной работы. - 1994. - №1.
- Данилова М.Б. Диагностика и профилактика суицидального поведения больных шизофренией. - М., 1987.
- Дюркгейм Э. Самоубийство. Социологический этюд. - М., 1994.
- Железова Л.Я. Об особенностях формирования суицидальных тенденций у больных шизофренией в детском и подростковом возрасте // Журнал невропатологии и психиатрии. - 1978. - №10.
- Завражин С.А. Самоубийства среди учащихся в дореволюционной России (из истории вопроса) // Педагогика. - 1992. - № 9-10.
- Исаев Д.С. Психология суицидального поведения. - Самара. 2000.
- Ковалев В.В. и др. Диагностика суицидального поведения. - М., 1980.
- Конончук Н.В. О психологическом смысле суицидов // Психологический журнал. - 1989. - №5.
- Красненкова И.П. Социально-философские и политико-правовые аспекты феномена суицида // Вестник Моск. ун-та, Сер. 12. Полит. науки. - 1998. - № 6. - С.18-33.
- Кучер А.А., Костюкевич В.П. Выявление суицидального риска у детей // Вестник психосоциальной и коррекционно-реабилитационной работы. - 2001. - №?. - С. 32-39.
- Литмен Р. Зигмунд Фрейд о самоубийстве // Журнал практической психологии и психоанализа. - 2003. - №1.
- Лукас К., Сейден Г.М. Молчаливое горе. Жизнь в тени самоубийства / Пер. с англ. - М., 2000. - 255 с.
- Мелихов А. Уходят из жизни // Литературная газета. - 1999. - № 16 (21 апр.). - С.6.
- Молтсбергер Дж. Опасность самоубийства: клиническая оценка и принятие решений // Журнал практической психологии и психоанализа. - 2003. - №1.
- Научные и организационные проблемы в суицидологии. - М., 1983.
- Павлов И.П. Самоубийство - великая печаль русской жизни: Лекция, прочитанная студентам Воен.-мед. акад. 11 сент. 1913 г. / Публ. Н.Григорян // Медицинская газета. - 1999. - 28 мая. - С.15.
- Паперно И. Самоубийство как культурный институт. - М.: Новое обозрение, 1999.
- Пилягина Г.Я. К проблеме самоубийств на Украине // Материалы международной конференции психиатров. - М., 1998.
- Плотников Н. Самоубийства в России // Социологические исследования (СоцИс). - 1999. - № 5. - С.82-83.
- Плюс - минус жизнь. Проблема суицида / Сост. Л.А. Сладков. - М., 1990.
- Проаль Л. Воспитание и самоубийство детей. Психологический и социологический этюд. - СПб., 1908.
- Проблемы профилактики и реабилитации в суицидологии / Под ред. В.В. Ковалева - М., 1984.
- Ревяко Т.И. и др. Катастрофы сознания. Самоубийства религиозные, ритуальные, бытовые. Способы самоубийств. - М., 1996.

- Синягин Ю.В., Митина М.Н. Особенности назначения и проведения судебно-психологических экспертиз суицидов. - М.: МГУ, 1994.
- Сравнительно-возрастные исследования в суицидологии / Под ред. А.Г. Амбрумовой - М., 1989.
- Суицид. Хрестоматия по суицидологии / Сост. Моховиков А.Н. - Киев, 1996.
- Суицидология. Прошлое и настоящее / Под ред. А.Н. Моховикова. - М., 2001.
- Татевосян А.С. Суицидальность - концептуальная точка зрения // Стрессология - наука о страдании. - Ереван.: Мегополис, 1996.
- Тихоненко В.А. Актуальные проблемы суицидологии. - М., 1978.
- Трегубов Л.З., Вагин Ю.Р. Эстетика самоубийства. - Пермь: КАПИК, 1993. - 267 с.
- Фурман Э. Некоторые трудности диагностики депрессии и суицидальных тенденций у детей // Журнал практической психологии и психоанализа. - 2003. - №1.
- Хендин Г. Психотерапия и самоубийство // Журнал практической психологии и психоанализа. - 2003. - №1.
- Шир Е. Суицидальное поведение у подростков // Журнал невропатологии и психиатрии. - 1984. - №10.
- Шнейдман Э. Десять общих черт самоубийств и их значение для психотерапии // Хрестоматия по суицидологии / Сост. А.Н. Моховиков. - Киев, 1996.
- Шустов Д.И. Аутоагрессия, суицид и алкоголизм. - М.: Когито-Центр, 2005. - 214 с.
- © Составитель: Чаплина Галина Владимировна

