ПРОБЛЕМА СУИЦИДА В ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ

Проблема суицида сейчас одна из самых обсуждаемых как на страницах прессы, так и в научных кругах. Количество людей, расставшихся с жизнью добровольно, превышает число погибающих в результате войн и преступлений.

По данным Всемирной организации здравоохранения, ежегодно около миллиона человек пытаются покончить с собой. В Ирландии, по данным социологических опросов, каждый шестой житель страны подумывает о том, чтобы уйти из жизни. В Европе в год погибает около 58 тысяч «добровольцев». Одна из первых в мировом рейтинге самоубийств - Япония: ежегодно тридцать тысяч японцев кончают с собой. В России каждый год жертвами суицида становятся около 60 тысяч человек, среди них около 2,5 тысячи - подростки. Россия занимает третье место в мире по количеству суицидов на душу населения после Шри-Ланки и Казахстана. В России самоубийство (как причина смерти) стоит на четвертом месте, сразу после автомобильных катастроф. По абсолютному количеству подростковых самоубийств среди детей в возрасте от 15 до 18 лет Россия занимает первое место. Второе место у США. По данным западных исследователей, 15% самоубийств подростки совершают под воздействием алкоголя или наркотиков. Большинство самоубийц принимают решение в состоянии аффекта. Число самоубийств, совершаемых из-за неразделенной любви, в возрасте до 16 лет составляет 42,2% у девушек и 36,6% у юношей. К 25 годам удельный вес этой причины резко сокращается. Из 1000 опрошенных людей, имевших попытку суицида, только 20% обращались за помощью к психологам или психиатрам, чтобы решить свои проблемы. Всего лишь 12% из числа обратившихся за помощью к специалистам считали, что им действительно помогли [9].

Все страны единодушно жалуются на прогрессирующее количество самоубийств среди молодых.

Ряд стран, где число самоубийств среди молодежи возрастает, заметно больше, чем тех, где оно уменьшается или остается стабильным. Самоубийства среди молодежи принимают характер настоящей эпидемии, которая захватывает все слои общества.

Самоубийство во всем мире имеет подвижные возрастные пики, но при сравнительной статистике выделяются два основных: «пик» молодости - от 15 до 23 лет и «пик» инволюции - после 40 лет. В данном докладе будет рассмотрен «пик» молодости.

Отличительной особенностью детского возраста является отсутствие страха смерти в виду несформированности самого понятия смерти. По мнению большинства исследователей [5] концепция смерти у ребенка приближается к концепции смерти взрослого лишь к 11-14 годам. Для этого возраста характерно несоответствие целей и средств суицидального поведения: иногда при желании умереть выбираются не опасные с точки зрения взрослых средства, и наоборот - демонстрационные попытки нередко «переигрываются» из-за недооценки опасности применяемых средств и способов. Ввиду незрелости и отсутствия жизненного опыта даже незначительная конфликтная ситуация кажется безвыходной, а потому становится чрезвычайно суицидоопасной. Своеобразием детско-подросткового этапа онтогенеза отличаются также динамика и мотивация суицидального поведения. Суицидоопасна в этом возрасте и скрытая депрессия. По мнению многих исследователей [5] депрессии у детей и подростков часто маскируются гиперактивностью, агрессией, что затрудняет ее диагностирование. Типичной для детско-подросткового возраста является также суицидноопасная группа, состоящая из подростков, отличающихся высоконравственными устоями с идеализацией чувства любви и сексуальных отношений. Основными мотивами суицидального поведения являются: обида, протест, одиночество, стыд и недовольство собой.

Причины самоубийств среди молодежи:

- подростки часто страдают от отсутствия уверенности и самоидентификации, что вызвано изменениями в жизни семьи: растущее число разводов и частая перемена местожительства семьи; социальными причинами: употребление наркотиков и алкоголя, погоня за школьными успехами; страхом перед будущим;

- смерть или самоубийство одного из родителей или друзей;

- разработка этой темы СМИ;

- «романтизация» этого акта в сознании подростков;

- родовые травмы.

Продолжающееся в течение длительного времени устойчивое чувство одиночества может истощить жизненные силы подростка, привести к депрессии, а в особо острых случаях - и к суициду. Длительная, вялотекущая депрессия снижает ресурсы личности. У подростка появляется чувство беспомощности, безнадежности - «Я ничего не могу сделать, и никто не может помочь мне облегчить боль» - может привести к суициду.

Подростки как никто другой подвержены мыслям о суициде, довольно легко подходят к его осуществлению. С одной стороны, сама тема смерти представляет для них интерес, при этом представление о ней крайне неотчетливо, инфантильно. Смерть может представляться в виде длительного сна, отдыха от невзгод. Она может рассматриваться и как средство наказать обидчиков, отомстить им. С другой стороны, этому «помогают» средства массовой информации. Подростки в целом склонны к подражанию, они легко копируют образцы поведения, которые предлагают СМИ. Поэтому одинокие, эмоционально нестабильные подростки, не имеющие опоры во взрослых, при наличии даже такого незначительного мотива, как двойка, обида, несправедливое обращение, могут выбрать суицид в качестве решения проблемы.

Одной психотравмирующей ситуации недостаточно для принятия подростком решения о суициде. Важным фактором являются такие личностные особенности суицидента, как эмоциональная нестабильность, повышенная внушаемость, сниженная самооценка, отказ от поиска выхода в сложных ситуациях.

Синдромы, указывающие на риск суицида:

- тревожно-возбужденное поведение, внешне похожее на подъем, но с присутствием суеты, спешки, оно может сменяться апатией, оцепенением, повышенной сонливостью;

- внутреннее напряжение подростка может периодически разряжаться через немотивированную агрессию, резкие аффективные вспышки, подростку снятся страшные сны с картинами убийств, катастроф;

- присутствует сильнейшее чувство несостоятельности, сниженная самооценка, маскируемые им бравадой, вызывающим поведением, имеет место сильное чувство вины и стыда.

К суициду может привести увлечение подростков уже ушедшими из жизни кумирами. К такой любви прибегают подростки с комплексом глубоких личностных проблем, которые не дают им возможность полноценно общаться со сверстниками, для них лучшим собеседником и идеальным любимым становится кумир, который не предаст, не отвернется, не уйдет от контакта. Часто в роли таких кумиров выступают лидеры музыкальных групп: Джим Моррисон, Фредди Меркури и др.

Число детей в состоянии депрессии, которые хотят умереть, куда больше, чем обычно думают: у них просто нет возможности проговорить то, что их волнует. Они могут выявить свое состояние только при условии потери уважения к себе: субъект презирает себя и человека, который занимается им, потому что сам он достоин только презрения.

Современная молодежь гораздо труднее, чем предыдущие поколения, находит себе место в обществе, а общество, в свою очередь, не может справиться с этой болезнью. Подросток- горожанин не чувствует, что он необходим обществу, а может быть, даже испытывает сомнение, желанный ли он для общества человек. У родителей нет времени выполнять родительские обязанности. На неустойчивую психику подростков обрушиваются, таким образом, невероятные нагрузки-, надо поступить в хорошую школу, надо правильно выбрать жизненный путь, надо получить лучшие результаты, чем у одноклассников. Все родители считают, что их отпрыск должен показывать результаты выше средних, что само по себе абсурдно. Жизнь становился для подростка слишком сложной, даже, невыносимой.

Согласно исследованиям психолога и танатолога Эдвина Шнейдмана, основателя Американской ассоциации суицидолгии, 80% самоубийц различными способами давали своему окружению понять, то хотят наложить на себя руки [8].

Проблема суицида обширна и, следовательно, требует каких-то решений, поисков выхода из сложившихся ситуаций. В связи с этим создаются различные ассоциации, организации, издаются книги по решению проблем, проводятся курсы для родителей, дети которых совершили попытку самоубийства и т. д.

Мысль о создании общего центра по проблемам самоубийств была высказана еще в 1906 году, когда были открыты два центра. Учрежденные Армией спасения, центры эти создавались прежде всего для помощи людям, совершившим попытку самоубийства. «Антисуицидный» департамент Армии Спасения существует до сих пор, но большинство его акций перекрывается работой других организаций.

В наше время развитые страны поддерживают тенденцию роста различных организаций по борьбе с самоубийствами.

Международная ассоциация по предупреждению самоубийств и Международная федерация по предоставлению помощи по телефону также работают в этом направлении.

В 1978 году прошел международный симпозиум, посвященный предупреждению самоубийств, положил начало созданию в Японии Ассоциации по предупреждению самоубийств. Цель этой Ассоциации - разбудить общественность, заставить людей задуматься о тревожных симптомах, научить приходить на помощь потенциальным самоубийцам, внушая им мысль, что все в жизни зависит от них самих.

В России, как и в других странах тоже есть свои ассоциации, организации помощи подросткам. Например, в городе Воронеже, Новороссийске, Москве и других. Существуют телефоны доверия. Они есть почти в каждом городе.

Подросток, решивший покончить с собой, как правило, думает, что совершает настоящий поступок, реализует право распоряжаться собственной жизнью и смертью. Неважно, что подтолкнуло его к столь опрометчивому шагу. В любом случае он зашел в тупик: его сознание сужено, он мыслит по принципу «все или ничего» и никаких реальных выходов из ситуации попросту не видит. А выход есть: обеспечение ребенку тепла и гармонии в доме, вовлечение подростка в коллективную деятельность, чтобы он чувствовал себя необходимым, укрепление взаимопонимания между родителями и детьми, обсуждение с ним его проблемы — все это поможет переосмыслить подростку ситуации, поможет выйти из тупика и тогда он найдет путь к решению проблемы.