

СУЇЦИДАЛЬНА ПОВЕДІНКА ЯК ПСИХОЛОГІЧНА ПРОБЛЕМА

У статті проаналізовано психологічну проблематику, яка має вплив на суспільство взагалі й окремо на кожну людину, зокрема такий феномен, як самогубство, яке, за даними ВООЗ, посідає четверте місце в переліку причин смерті в цілому і перше місце серед смертей унаслідок насильних дій. Трагедія такого аутоагресивного прояву в тому, що від суїциду гине велика кількість людей: чоловіки, які являють собою надієздатнішу одиницю суспільства, жінки, люди похилого віку, молодь і, найстрашніше, від самогубства гинуть діти – майбутнє суспільства.

Ключові слова: *самогубство, суїцид, особистість, аутоагресія, деструкція, інтеграція, суїцидальна поведінка, суїцидальні акти, навмисна смерть, масове самогубство.*

Питання щодо самогубства та суїцидальної поведінки існували завжди. Цим феноменом цікавилися такі видатні вчені-психологи, як З. Фрейд, К. Г. Юнг, Е. Шнейдман, А. Адлер, а також багато вітчизняних психологів, зокрема А. Г. Амбрумова, А. А. Султанов, А. Е. Личко, які намагалися дослідити та зрозуміти, що спонукає людину до самогубства. У своїх працях вони намагалися пояснити суїцидальну поведінку, спрямовуючи свої зусилля на дослідження її походження й прояви.

За даними Всесвітньої організації охорони здоров'я, у другій половині ХХ ст. самогубства посідали четверте місце в переліку причин смерті взагалі і перше місце серед

смертей унаслідок насильницьких дій. Дані статистики свідчать про постійне зростання рівня самогубств і спроб самогубств останнім часом по всьому світі і в Україні зокрема. Щороку понад півмільйона осіб на планеті здійснюють спроби позбавити себе життя, а згідно із прогнозом ВООЗ на 2020 рік майже 1530000 людей на планеті покінчать життя самогубством і ще в 10–20 разів збільшиться кількість спроб самогубства.

Випадки самогубства неодноразово фіксувалися в історичних документах протягом усієї історії людства. Згадування про факти самогубства можна знайти в джерелах з історії Давнього Китаю та Античної Греції. Так, у Старому Завіті повідомляється про самогубство царя Саула. У недавньому минулому самогубства таких знаменитостей, як Ернест Хемінгуей, Мерілін Монро і рок-зірки Курта Кобейна, схвилювали й одночасно заінтригували публіку. Так само все суспільство шокували і збентежили масові самогубства членів сект «Гілка Давидова» 1993 р. і «Небесна брама» 1997 р.

Мета статті: теоретично обґрунтувати принципи суїцидальної поведінки.

Завдання: проаналізувати прояви суїцидальної поведінки.

Самогубство (суїцид) – це акт позбавлення себе життя, під час якого людина діє навмисно, цілеспрямовано й свідомо.

Суїцидальна поведінка – поняття ширше і, крім суїциду, включає суїцидальні замаху, спроби і прояви. До замахів належать усі суїцидальні акти, котрі не закінчилися смертю з причини, незалежної від суїцидента. Суїцидальними спробами вважають демонстративно-установчі дії, коли суїцидент найчастіше знає про безпечність акту, який він здійснює. До суїцидальних

проявів зараховують думки, вислови, натяки, які не супроводжуються якими-небудь діями, направленими на позбавлення себе життя.

Власне, суїцидальною поведінкою називають будь-які внутрішні і зовнішні форми психічних актів, що спрямовуються уявленнями про позбавлення себе життя.

Не кожна смерть, причиною якої стає сама людина, можна назвати самогубством. У людини, що заснула за кермом своєї машини і врізалась у дерево, немає наміру вбити себе.

Нині самогубство належить до десяти основних причин смерті на Заході. Щонайменше 160 тисяч людей у світі щорічно зводять рахунок із життям.

Так, Едвін Шнейдман, один із найкомпетентніших фахівців, що досліджують проблему суїциду, визначає самогубство як навмисну смерть – акт позбавлення себе життя, під час якого людина робить цілеспрямовану і свідому спробу припинити існування [8]. Навмисна смерть може мати різну форму. Враховуючи ці відмінності, Шнейдман описав чотири типи людей, які навмисно прагнуть покласти край своєму існуванню: шукачі смерті; ініціатори смерті; ті, що заперечують смерть, і гравці зі смертю.

Шукачі смерті в момент здійснення спроби самогубства явно прагнуть померти. Така цілеспрямованість зберігається порівняно недовго, потім її змінюють сумніви – через яку-небудь годину або наступного дня, а потім це ж бажання померти повертається знов. Шукач смерті – людина, що має твердий намір накласти на себе руки в момент здійснення спроби самогубства.

Ініціатори смерті теж прагнуть померти, але вони діють, виходячи з переконання про неминучість смерті, що

наближається, і вважають, що своїм вчинком просто прискорюють цей процес. Деякі з них вважають, що їхня – смерть це всього лише питання декількох днів або тижнів. Під цю категорію підпадають багато випадків суїциду серед немолодих і важко хворих людей. Письменник Ернест Хемінгуей, що все життя відрізнявся міцним здоров'ям, був дуже стурбований своїм фізичним станом, що поступово погіршувався, і саме це, на думку багатьох дослідників, визначило його рішення накласти на себе руки. Ініціатор смерті – людина, яка здійснює спробу самогубства, оскільки вважає, що процес вмирання вже почався і він просто прискорює свою смерть.

Ті, що заперечують смерть, не вірять, що, позбавляючи себе життя, повністю припиняють своє існування. Вони вважають, що просто віддають своє нинішнє життя в обмін на здобуття щасливішого існування в іншому світі. Більшість самогубств, що здійснюються дітьми, потрапляють саме в цю категорію, так само, як і самогубства дорослих людей, що вірять у потойбічне існування і здійснюють самогубство заради досягнення іншої форми буття. Самогубство 39 членів секти «Небесні Брами» в 1997 році теж потрапляє в дану категорію. Ухвалюючи рішення піти з життя, вони вірили, що смерть тіла звільняє душу і дає їй змогу піднятися у вищі сфери. Заперечувач смерті – людина, яка здійснює спробу самогубства, не визнаючи смерть як кінець свого існування.

Гравці зі смертю переживають суперечливі почуття, або двояке ставлення, до можливості власної смерті навіть під час спроби самогубства, причому ця двоякість виявляється і в самому способі самогубства. Хоча такі люди якоюсь мірою хочуть померти, і часто саме так і відбувається, спосіб, у який вони намагаються піти із

життя, не гарантує смертельного результату. Людина, що грає в «російську рулетку», а саме стріляє в себе з револьвера, барабан якого заряджений навмання одним патроном, є гравцем із смертю. Гравець із смертю – людина, що переживає подвійні почуття щодо можливості власної смерті навіть у момент здійснення спроби самогубства.

Коли людина відіграє непряму, приховану, невиразну або несвідому роль у своїй власній смерті, то такі випадки Шнейдман зараховує до особливої категорії, яку назвав «ненавмисна смерть» [8]. Тяжко хворі люди, що раз по раз приймають прописані ліки, порушуючи інструкції, теж належать до цієї категорії. Хоча їхня смерть може бути однією з форм самогубства, справжні наміри таких людей залишаються нез'ясованими.

Ненавмисна смерть – смерть, у якій сама жертва бере участь лише частково, непомітно і несвідомо.

У сучасній літературі, передусім західній, дуже поширені поняття «ауто деструктивної», або «саморуйнівної», поведінки. А. Г. Амбрумова небезпідставно вважає, що існує низка взаємоперехідних форм саморуйнівної поведінки, крайньою точкою якої є суїцид.

До саморуйнівної поведінки разом із суїцидальною зараховують зловживання алкоголем, наркотиками, сильнодіючими медикаментозними засобами, а також куріння, навмисне робоче перевантаження, наполегливе небажання лікуватися, ризиковану їзду на автотранспортних засобах, насамперед управління автомобілем і мотоциклом в нетверезому стані [2].

Основні теоретичні принципи суїцидальної поведінки були сформульовані в соціології і соціальній психології школою Е. Дюркгейма, а в клінічній психології – школою З. Фрейда.

Е. Дюркгейм на підставі двох критеріїв – соціальної інтеграції і соціальної регуляції – виділив чотири типи можливої суїцидальної поведінки.

Перші два типи пов'язані з порушенням соціальної інтеграції, що розуміється як ступінь залучення людини до суспільства. Це егоїстичне (соціальна інтеграція значно занижена) й альтруїстське (соціальна інтеграція надто висока) самогубства.

Друга діада пов'язана з порушенням соціальної регуляції, код якої розуміється як міра дії суспільства на індивіда, переважно за допомогою обмежень. Це аномічне (соціальна регуляція понижена) і фаталістичне (соціальна регуляція підвищена) самогубства. Гіпотеза Е. Дюркгейма про соціальну інтеграцію оцінюється сучасними дослідниками як дуже розумний і точний, хоча й неповний внесок у теорію самогубств. Зменшення соціальної інтеграції (наприклад, виключення людини із значущої соціальної групи) може сприйматися людиною як ситуація фрустрації або серйозна життєва перешкода, що обумовлює виникнення тривоги або депресії в пресуїцидальній ситуації [3].

3. Фрейд розглядав самогубство як особливий прояв зовнішньої агресії, як спотворену реалізацію бажання вбити кого-небудь іншого. Причина самогубства у психоаналітичній концепції розглядається як негативне ставлення суб'єкта до зовнішнього світу, недоліки якого (і зокрема інших людей) викликають агресивні реакції, надалі, під тиском Над-Я, змінюють напрям із зовнішнього на внутрішній. Самогубство, поєднуючи в собі одночасно і суб'єкт, і об'єкт дії, об'єднує ролі вбивці і жертви, які є в супідрядних стосунках. Постулюючи активність суб'єкта, психоаналіз підкреслює первинність акту вбивства, як прояви агресивних тенденцій. Крім того, суїцидальна

поведінка людини, на зразок невротичних проявів, є результатом зіткнення суперечливих прагнень, що витікають з боку Воно (потяг до смерті) і з боку Над-Я (соціальні заборони і норми) [7].

Якщо соціологічна школа Е. Дюркгейма розглядала самогубство як закономірну реакцію суб'єкта на його взаємодію із суспільством, тобто суспільство виступало як необхідний і провокуючий компонент суїцидальної поведінки, то психоаналітична концепція, навпаки, акцентує на внутрішній активності суб'єкта, на внутрішньому джерелі суїцидальної поведінки. Подальші дослідження суїцидальної поведінки намітили тенденцію до об'єднання внутрішніх і зовнішніх детермінантів суїцидальної поведінки.

Інша теорія суїцидальної поведінки називала самогубство «криком про допомогу». Ключовою ідеєю цієї теорії є те, що суїцидальна спроба, насамперед невдала і нещира, – це спосіб, за допомогою якого тривожні люди шукають уваги до своїх життєвих проблем і привертають симпатії і підтримку інших людей. Проте саме поняття “крик про допомогу” можна розуміти двояко: з одного боку, як істерична реакція, в основі якої лежить постійне відчуття браку уваги до власної особи; з другого боку, як зовнішній прояв відчуття внутрішньої дисгармонії і нездатності її подолання.

Нині найбільшого поширення набули когнітивні теорії суїцидальної поведінки. Теорія втечі, наприклад, виходячи з положення, що самогубство призначене для розв'язання життєвих проблем, розглядає самогубство як результат специфічного «когнітивного руйнування», формування якого підпорядковане бажанню втекти від реальності за допомогою видалення зі свідомості хворобливих переживань. Теорія втечі виділяє шість стадій

пресуїцидальної поведінки (різке падіння нереалістично високих очікувань індивіда у зв'язку із зіткненням з життєвими проблемами і труднощами; переживання відчуття провини, формування негативних уявлень про себе; порівняння себе з високими взірцями; формування комплексу негативних емоцій внаслідок цього порівняння; стан когнітивного руйнування, яке не може сповна задовольнити бажання суб'єкта сховатися від хворобливих переживань; самогубство як більш ефективний спосіб відходу від проблем). Відзначається, що самогубство здійснюється лише за несприятливого вирішення кожної стадії.

Когнітивне руйнування – центральне поняття цієї концепції – розуміється як прагнення суб'єкта звільнитися від неприємного переживання власної недосконалості за допомогою психічних захистів (таких, як заперечення, витіснення і т. п.), що є в нього, спотворення часового простору, відмови від постановки цілей на майбутнє і від конструктивного розв'язання проблем [4].

Причина суїцидальної поведінки – поняття глибоке і складне. Воно йде своїми коренями в соціально-психіатричний аналіз проблеми. Причина – це все те, що викликає й обумовлює суїцид. А. Г. Амбрумова основною причиною суїцидальних дій вважає соціально-психологічну дезадаптацію особистості. Крім головної причини, можуть бути ще й другорядні (хвороба, сімейно-побутові труднощі і т.д.). Від причини слід відрізнити умови і мотив.

Під умовами розуміють такий комплекс явищ, який, хоча і не породжує конкретні наслідки, але виступає необхідною передумовою їхнього становлення і розвитку. Немає причин і наслідків без певних умов. Умови суттєво впливають не тільки на дії причин, а й на характер

наслідків. Одні й ті ж причини в неоднакових умовах призводять до різних наслідків. Аналізуючи причини суїцидів, доводиться скрізь зустрічатись із залежністю їх від умов.

Мотив на відміну від причини – це подія, яка стає поштовхом для дії причини. Мотив має зовнішній, випадковий характер і не служить ланкою в низці причинно-наслідкових відносин. Тому аналіз мотивів самогубств не виявляє їхніх причин [2].

Суїцидальні спроби і наміри (за типом істеричних реакцій) частіше виникають у підлітків у відповідь на систематичне словесне приниження, ігнорування їхньої думки близькими, утиск самостійності, у відповідь на конфліктні ситуації, пов'язані із зловживанням алкоголем і прийомом наркотичних засобів, унаслідок властивих даному віку сексуальних проблем. Суїциди і замаху, обумовлені психічними розладами (афектно-шокові і депресивні реакції), за даними авторів, частіше виникають унаслідок незаслуженого покарання або приниження, що йдуть від батьків і друзів, зневаженого почуття дружби і любові, виключення з різних причин з навчального закладу, зради.

Вивчаючи причини суїцидальної поведінки в майже здорових підлітків і юнаків, А. А. Султанов виокремив три основні групи чинників: 1) дезадаптація, пов'язана з порушенням соціалізації, коли місце молодого людини в соціальній структурі не відповідає рівню її домагань; 2) конфлікти із сім'єю, найчастіше обумовлені неприйняттям системи цінностей старшого покоління; 3) алкоголізація і наркотизація як ґрунт для виникнення суїцидальної ситуації і передумов для швидкої її реалізації [6].

Також, А. Є. Личко, намагаючись розкрити аутоагресивні наміри серед підлітків, що призводять до

самогубства, описує такі причини: 1) втрату коханої людини; 2) стан перевтоми; 3) уражене почуття власної гідності; 4) руйнування захисних механізмів особистості внаслідок вживання алкоголю, гіпногенних психотропних засобів і наркотиків; 5) ототожнення себе з людиною, що вчинила самогубство; 6) різні форми страху, гніву і печалі з різних приводів [5].

Перспективою подальшої роботи над проблемою є визначення причин суїцидальної поведінки.

Отже, суїцид є одним із проявів аутодеструктивної поведінки. Самогубство визначається, як навмисна смерть – акт позбавлення себе життя, під час якого людина робить цілеспрямовану і свідому спробу припинити існування.

Суїцидальна поведінка, що являється ширшим феноменом, включає в себе спроби, замаху і прояви, тобто демонстративні дії, думки, вислови, але вони не спрямовані на смертельний результат.

Проблема суїциду і суїцидальної поведінки буде актуальною завжди.

Суїцид – це ніби самоть кожної людини, що потребує кваліфікованої допомоги й уваги, що дає змогу врятувати життя людині, яка втратила бажання і сили жити.

Література

1. Адлер А. Практика и теория индивидуальной психологии : пер. с нем. – М. : Фонд «За экон. грамотность», 2000. – 282 с.
2. Амбрумова А. Г. Индивидуальные аспекты суицидального поведения : сб. трудов НИИ психиатрии МЗ РСФСР. – М., 2000. – Т. 82. – 332 с.
3. Дюргейм Е. Самогубство: соціальне дослідження: пер. з фр. – К., 2001. – 324 с.

4. Дюргейм Э. Самоубийство: социальный этюд. «Суицидология: хрестоматия по суицидологии». – К. : А.Л.Д., 2003 – 340 с.
5. Личко А. Е. Подростковая психиатрия. – Ленинград. : Изд-во ЛГУ, 2002. – 284 с.
6. Султанов А. А. К вопросу о суицидальном поведении практически здоровых лиц молодого возраста // Научные и организационные проблемы суицидологии. – М. : Изд-во Моск. НИИ психиатрии, 2003. – 272 с.
7. Фрейд З. Печаль и меланхолия // Суицидология: хрестоматия по суицидологии. – К. : А.Л.Д., 1996. – 364 с.
8. Шнейдман Э. Душа самоубийцы. – М. : Смысл, 2001. – 355 с.

In article is analyzed the psychological problematics, which have influence on a society as a whole and separately on each person Such phenomenon as suicide which by data of World Health Organization takes the fourth place in the list of the reasons of death all over the world and the first place among death in a consequence of violent acts. Tragedy of such selfaggressiveness displays means that from a suicide the large quantity of people perishes: men who represent most capable unit of a society, women, old persons, youth and, saddest thing, from suicides perish children - the society future.

Key words: *suicide, self-murder, personality, autoaggression, destruction, integration, suicidal behavior, suicidal acts, deliberate death, mass suicide.*

В статье проанализирована психологическая проблематика, оказывающая влияние на общество в целом и отдельно на каждого человека, в частности такой феномен, как самоубийство, которое, по данным ВООЗ,

занимает четвертое место в перечне причин смертей во всем мире и первое место среди смертей вследствие насильственных действий. Трагедия такого аутоагрессивного проявления в том, что от суицида гибнет огромное количество людей: мужчины, являющиеся самой дееспособной единицей общества, женщины, пожилые люди, молодежь и, самое печальное, от самоубийств гибнут дети – будущее общества.

Ключевые слова: *самоубийство, суицид, аутоагрессия, деструкция, суицидальное поведение.*