

ПРОБЛЕМА СУИЦИДАЛЬНЫХ НАСТРОЕНИЙ У СОВРЕМЕННОЙ МОЛОДЕЖИ

Ю.Н. СЕДОЙ, В.И. ДЕМИН, Д.М. ЧАЙКА

*Кубанский государственный технологический университет,
350072, Российская Федерация, г. Краснодар, ул. Московская, 2;
электронная почта: urys@list.ru*

Каждый год суицид угрожает жизни многих тысяч молодых людей, все подростки должны представлять себе, «что такое суицид и как с ним бороться». Прежде чем оказать помощь другу, который собирается совершить суицид, важно располагать основной информацией о суициде и о суицидентах. Особенно важно быть в курсе дезинформации о суициде, которая распространяется гораздо быстрее, чем информация достоверная. Суицид является второй причиной смерти молодых людей в возрасте от пятнадцати до двадцати четырех лет. Первой причиной являются несчастные случаи, в том числе передозировка наркотиков, дорожные происшествия, падения с мостов и зданий, самоотравления. Однако, по мнению суицидологов, многие из этих несчастных случаев в действительности были суицидами, замаскированными под несчастные случаи. Если суицидологи правы, то тогда основной причиной гибели подростков является суицид.

Ключевые слова: самоубийство, суицид, суицидальный риск, демография, подросток, молодежь, одиночество, аутизм, профилактика.

В условиях современного развития мира проблема суицидальных настроений у молодежи, к сожалению, перешла в разряд острых проблем не только мирового масштаба, но и нашей страны. В современной статистике смертей самоубийство почти во всех странах занимает тревожное третье место – вслед за смертью в результате болезни и несчастного случая. Этому есть множество причин. Они заключаются как в социальных условиях, общественной жизни, так и во внутреннем мире человека. Проблема суицида приобрела значительный масштаб в наше время, что определяет необходимость пристального рассмотрения и изучения этого явления.

Самоубийство, суицид – преднамеренное лишение себя жизни, и как правило, самостоятельное и добровольное. По данным Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ), каждый год 1 100 000 человек кончают жизнь самоубийством, среди них 300 000 китайцев, 160 000 индийцев, 37 000 американцев, 30 000 русских, 30 000 японцев, 16 000 французов, 10 000 украинцев и др. [4]. Эти цифры не включают многочисленных попыток

самоубийства, которые многократно превышают количество «завершенных» самоубийств. Согласно статистике, ежегодно около 19 миллионов человек совершают неудачные попытки самоубийства. ВОЗ делит все страны по показателю суицида на три группы: *высокий и очень высокий уровень самоубийств* (свыше 20 человек на 100 000 населения), *средний уровень самоубийств* (от 10 до 20 человек на 100 000 населения) и *низкий уровень самоубийств* (до 10 человек на 100 000 населения). Россия входит в число стран с высоким и очень высоким уровнем самоубийств и находится на 11 месте – по данным ВОЗ на 2013 год количество самоубийство в России составляет 19,6 человек на 100 000 населения [7]. В США, для сравнения, по данным ВОЗ, на 100 тысяч жителей приходится 12,1 случаев самоубийств [4].

По словам руководителя отдела эпидемиологических и социальных проблем психического здоровья центра имени Сербского Бориса Положего, пик числа самоубийств в России пришелся на 1995 год – число суицидов составило 72,9 (среди мужчин) и 13,7 (среди женщин) на 100 тысяч человек. В период с 1995 по 2010 годы средний показатель самоубийств по стране сократился с 42 до 23,5 случаев на 100 тысяч человек в год.

В Москве показатель самоубийств составляет 11, в Питере – 18. В некоторых районах России (Волго-Вятском, Западно-Сибирском, Восточно-Сибирском, Дальневосточном, Уральском) этот показатель достигает 65–80, в Корякии – 133, Коми – 110, на Алтае – 102, в Удмуртии – 101 на 100 000 населения. Краснодарский край к зонам суицидального риска не относится. Но, тем не менее, за год в крае (по неофициальной статистике) сводят счеты с жизнью около 2 000 человек.

Сам по себе феномен суицида всегда являлся достаточно своеобразным демографическим явлением на протяжении всей истории существования человеческого общества. Нельзя не отметить, что возрастная ось добровольно уходящих из жизни постоянно смещается в сторону людей среднего возраста и даже в большей степени молодежи.

Сейчас же, согласно приводимой ВОЗ статистике, среди причин смерти молодых людей (в возрасте 15–29 лет) в мировом масштабе самоубийства занимают второе место [4].

Врачи констатируют, что если с 2002 года частота суицида взрослых в России постепенно снижается, то по аналогичному показателю для подростков положительных тенденций нет: из каждых 100 тысяч детей в возрасте 10–14 лет 2,5 кончают с собой, а из подростков 15–19 лет – 16,3. Среднемировая величина почти в три раза ниже [2]. Согласно докладу ЮНИСЕФ «Смертность подростков в Российской Федерации», российские подростки чаще своих сверстников из других стран добровольно расстаются с жизнью. Показатель суицида среди молодежи составляет 20 человек на 100 000, что превышает средний мировой показатель в 2,7 раза. Пятая часть подростков в возрасте от 15 до 19 лет страдают депрессией, мысль о суициде появляется у 45% девушек и 27% юношей. Наиболее опасный возраст – с 14–15 лет и выше [5].

Установлено, что только у 10% подростков в случае самоубийства имеется истинное желание покончить с собой, в остальных 90% – это «крик о помощи». Такие действия носят демонстративный характер, который проявляется в виде своеобразного «суицидального шантажа». Истинный суицид – это, как правило, хорошо спланированное мероприятие, цель которого – любой ценой лишиться себя жизни вне зависимости от мнения и реакции родных, близких, друзей и т.д. [8]

Причины суицида очень сложны и многочисленны. Их можно искать в биологических, генетических, психологических и социальных сферах человека. Несмотря на то, что люди обычно совершают суицид в экстремальных ситуациях, таких, как развод, потеря работы или учебы, большинство экспертов предполагает, что это скорее повод для совершения суицида, чем причина. ВОЗ насчитывает 800 причин самоубийств. Среди них наибольший процент составляют: страх перед наказанием – 19%, психические заболевания – 18%, бытовые причины – 18%, страсти – 6 %, денежные потери – 3%, пресыщенность жизнью – 1,4%, физические болезни – 1,2%. Но, к сожалению, в

41% случаев причина суицида остается неизвестной. Причины суицида в разных возрастных группах резко отличаются друг от друга. Так причиной практически половины самоубийств у возрастной группы до 16 лет является неразделенная любовь, в то время как в возрасте старше 25 лет по этой причине люди совершают самоубийства гораздо реже. Кроме того, есть группы лиц, склонные высказывать суицидальные намерения. Это – страдающие тяжелыми заболеваниями (судорожные припадки, ВИЧ, эндокринные нарушения и др.), имеющие психические расстройства, злоупотребляющие алкоголем и наркотиками, имеющие предыдущие попытки нанесения себе травм и т.д.

Наиболее частыми причинами самоубийств среди молодежи являются:

- проблемы в личной жизни:
- семейные конфликты, развод [3];
- неудачная любовь;
- романтизация смерти. Если у детей до 12 лет и взрослых решение покончить с собой обычно возникает как возможный путь выхода из невыносимой жизни, то для подростков это часто романтический шаг. Неспроста именно в подростковой среде самоубийства отличаются высокой степенью «заразности». Ребенка в этом возрасте легко может «вдохновить» история о том, как кто-то из его ровесников покончил с собой, и как не понимавшие его доселе окружающие стали его больше любить и ценить после случившегося. [3, 6];
- смерть или потеря близкого человека [6], болезнь близкого [3];
- одиночество [3, 6], недостаток внимания и заботы со стороны окружающих [3];
- хронические или затяжные психотравмирующие ситуации в сфере межличностных, чаще всего внутрисемейных отношений [6];
- неудачи в учёбе или недостаточно «серьезные» мотивы. Иногда подростки задумываются о самоубийстве по весьма странным поводам, которые взрослым могут показаться совершенно нелепыми. Так, например, одна девочка всерьез решила покончить с собой из-за выходящей по какому-то

предмету тройки в четверти, потому что искренне не хотела расстраивать этим свою маму (которая, кстати, отнюдь не требовала от нее хороших оценок) [3];

- «временное бессмертие». Подростки склонны недооценивать риски и не очень реалистично представляют себе последствия своих действий. Такое отношение к жизни усилилось в эпоху Интернета и компьютерных игр: дети считают, что в случае чего они всегда могут «перезагрузиться» или получить «новую» жизнь бонусом;

- неудачный социальный опыт (например, выпадение из социальной группы, потеря работы) [6], социальная изоляция [3];

- препятствия к удовлетворению ситуационной актуальной потребности [3];

- изменение привычного стереотипа жизни [3];

- аутинг (публичное разглашение личной информации о сексуальной ориентации или гендерной идентичности человека против его желания и согласия) [6];

- тяжёлое соматическое заболевание или обезображивающий дефект [6];

- тяжёлая депрессия (по сводкам ВОЗ, до 15% депрессий завершаются самоубийством [8]). Как и взрослые, подростки могут совершить самоубийство, находясь в состоянии депрессии. Проблема в том, что она выглядит у них не так, как у взрослых. Часто она проявляется как асоциальное поведение или, наоборот, может выглядеть как полное благополучие;

- доведение до самоубийства;

- целенаправленная травля, клевета, угрозы, унижения;

- изнасилование [6], физическое издевательство, побои;

- пресыщенность жизнью, усталость от жизни, отсутствие цели и интереса к жизни [3];

- религиозный фанатизм, ритуальное самоубийство;

- идеологические (политические, неприятие ценностей социума в целом);

- боязнь наказания [3] (страх осуждения со стороны родных или общества

у разоблачённых преступников, опасение судебной ответственности);

- самоосуждение за неблагоприятный поступок [3];
- подражательное самоубийство (после аналогичных смертей известных личностей или литературных персонажей) [1].

Молодые люди и подростки совершают самоубийство чаще взрослых, особенно часто – в возрасте от 15 до 24 лет. Второй пик суицидальной активности приходится на возраст зрелости (от 40 до 60 лет); третий пик суицидального риска – пожилые люди, уровень самоубийств в этом возрасте также очень высок. Для подросткового возраста характерны кластерные суициды в виде эпидемии самоубийств, совершенных сходным способом в короткий период времени. Так, в 2014 году в России после широкообсуждаемого в СМИ двойного самоубийства девочек в Бурятии началась «эпидемия» подростковых самоубийств [10].

Впечатлительные, склонные к подражанию подростки являются наиболее частыми жертвами информационных программ, документальных или художественных фильмов и публикаций в прессе, в которых освещаются случаи самоубийств. В суицидологии этот феномен известен как «синдром Вертера». Более 2 столетий тому назад гениальный немецкий писатель И.Гете написал роман «Страдания юного Вертера». Главный герой романа Вертер застрелился из-за неразделенной любви. Книга имела огромное влияние на читателей и вызвала волну самоубийств по всей Европе. Подражая Вертеру, молодые люди стрелялись перед портретами возлюбленных. Всплеск самоубийств был столь велик, что в некоторых странах роман был запрещен. Эффект подражания и индуцирующее влияние резонансных самоубийств, отраженных в масс-медиа, хорошо известен и в наши дни [9].

Причиной подростковых самоубийств чаще всего являются бедность, отношения в семье и со сверстниками, алкоголь и наркотики, неприятности с учёбой, неразделённая любовь, пережитое в детстве насилие, социальная изоляция, неизлечимые болезни.

Повышенный риск самоубийства имеют гомосексуальные подростки, которые совершают попытки суицида от двух до шести раз чаще своих гетеросексуальных сверстников.

У 6% покончивших с собой, один из родителей был самоубийцей. 12% после неудачной попытки суицида в течение двух лет повторяют ее и достигают желаемого. 80% покончивших с собой, пытались сделать это в прошлом, по крайней мере, однажды.

В окружении каждого человека, покончившего с собой, в среднем остается 6 человек, для которых его самоубийство является тяжелой душевной травмой.

Общественные катаклизмы оказывают непосредственное влияние на уровень самоубийств. Например, после возведения Берлинской стены уровень самоубийств в восточном секторе Берлина увеличился в 25 раз.

Образование тоже влияет на суицидальные наклонности человека. Так, люди с высоким уровнем образования менее склонны к суициду. Самая опасная группа – люди с неполным средним образованием.

Экономические кризисы влияют не только на материальное, но и на психическое состояние. В этой ситуации будущее кажется крайне неопределенным, а самоубийство – единственным приемлемым решением.

Поскольку суицид каждый год угрожает жизни многих тысяч молодых людей, все подростки должны представлять себе, «что такое суицид и как с ним бороться». Прежде чем оказать помощь другу, который собирается совершить суицид, важно располагать основной информацией о суициде и о суицидентах. Особенно важно быть в курсе дезинформации о суициде, которая распространяется гораздо быстрее, чем информация достоверная.

Суицид является «убийцей №2» молодых людей в возрасте от пятнадцати до двадцати четырех лет. «Убийцей №1» являются несчастные случаи, в том числе передозировка наркотиков, дорожные происшествия, падения с мостов изданий, самоотравления. По мнению же суицидологов, многие из этих несчастных случаев в действительности были суицидами, замаскированными

под несчастные случаи. Если суицидологи правы, то тогда главным «убийцей» подростков является суицид.

Задача по предотвращению и профилактики суицида и суицидального поведения заключается в том, чтобы ограничить распространение самоубийств, научиться предупреждать их. Задача эта сложная, требующая разработки масштабных социальных программ, так как для ее решения нужно добиться кардинальных сдвигов в общественных отношениях.

Наиболее актуальным направлением является организация социально-психологической работы по профилактике самоубийств, так как это сохранит человеческую жизнь, не принесет страданий близким и окружающим и, наконец, сэкономит средства, «высвободив» их на другие нужды. Любовь к жизни, умение преодолевать возникающие трудности необходимо формировать уже с детских лет, например, через мультфильмы, сказки, детскую художественную литературу и др.

Однако по прогнозу ВОЗ к 2020 году ежегодно будут кончать жизнь самоубийством от полутора до двух миллионов человек [11].

ЛИТЕРАТУРА

1. Войцех В.Ф. Что мы знаем о суициде. – М.: Научный Центр Психического Здоровья РАМН, 2007. – 10 с.
2. Всемирная организация здравоохранения «Предотвращение самоубийств: глобальный императив», 2014. – 97 с.
3. Крылов В.И. Расстройства эмоций. – СПб.: Кафедра психиатрии и наркологии СПбГМУ им. И.П. Павлова, 2006. – 12 с.
4. Лучина А.А. Самоубийство: монография – М.: Феникс, 2011. – 222 с.
5. Смертность подростков в Российской Федерации, ЮНИСЕФ – М.: БЭСТ-принт, 2010. – 66 с.
6. Старшенбаум Г.В. Психология и психотерапия зависимостей. – М., 2006. – 14 с.
7. Эйделькинд Ю.А. Выбирающие смерть. Что толкает подростков на самоубийство/АиФ. Здоровье, №13, 2014. – 5 с.

8. Юрьева Л.Н. Клиническая суицидология. – Днепропетровск: Пороги, 2009. – 472 с.

9. Gibbons RD, Brown CH, Hur K, et al. «Early evidence on the effects of regulators' suicidality warnings on SSRI prescriptions and suicide in children and adolescents». Am J Psychiatry, 2007. – 164 p.

10. Goldsmith SK, Pellmar TC, Kleinman AM, Bunney WE, editors Reducing Suicide: A National Imperative. Institute of Medicine (US), 2007. – 516 p.

11. Hegna K. «Is there an elevated risk of attempted suicide among homosexual adolescents?». Tidsskr Nor Laegeforen, 2009. – 122 p.

12. Kaplan H. Sadock B. Psychiatric emergencies. In: Kaplan H, Sadock B Grebb J eds. Synopsis of Psychiatry. 7th ed. Baltimore, MD: Williams and Wilkins, 2008. – 472 p.

REFERENCES

1. Voytsekh V.F. Chto my znaem o suitside. – М.: Nauchnyy Tsentr Psikhicheskogo Zdorovya RAMN, 2007. – 10 s.

2. Vsemirnaya organizatsiya zdravookhraneniya «Predotvrashchenie samoubiystv: globalnyy imperativ», 2014. – 97 s.

3. Krylov V.I. Rasstroystva emotsiy. – SPb.: Kafedra psikhii i narkologii SPbGMU im. I.P. Pavlova, 2006. – 12 s.

4. Luchina A.A. Samoubiystvo: monografiya – М.: Feniks, 2011. – 222 s.

5. Smertnost podrostkov v Rossiyskoy Federatsii, YuNISEF – М.: BEST-print, 2010. – 66 s.

6. Starshenbaum G.V. Psikhologiya i psikhoterapiya zavisimostey.-М., 2006.-14 s.

7. Eydelkind Yu.A. Vybirayushchie smert. Chto tolkaet podrostkov na samoubiystvo/AiF. Zdorove, №13, 2014. – 5 s.

8. Yureva L.N. Klinicheskaya suitsidologiya-Dnepropetrovsk: Porogi, 2009-472 s.

9. Gibbons RD, Brown CH, Hur K, et al. «Early evidence on the effects of regulators' suicidality warnings on SSRI prescriptions and suicide in children and adolescents». Am J Psychiatry, 2007. – 164 p.

10. Goldsmith SK, Pellmar TC, Kleinman AM, Bunney WE, editors Reducing

Suicide: A National Imperative. Institute of Medicine (US), 2007. – 516 p.

11. Hegna K. «Is there an elevated risk of attempted suicide among homosexual adolescents?». Tidsskr Nor Laegeforen, 2009. – 122 p.

12. Kaplan H. Sadock B. Psychiatric emergencies. In: Kaplan H, Sadock B Grebb J eds. Synopsis of Psychiatry. 7th ed. Baltimore, MD: Williams and Wilkins, 2008. – 472 p.

PROBLEM OF SUICIDE MOODS AT MODERN YOUTH

YU.N. SEDOY, V.I. DEMIN, D.M. CHAYKA

*Kuban State Technological University,
2, Moskovskaya st., Krasnodar, Russian Federation, 350072?
e-mail: urya@list.ru*

Every year the suicide threatens life of many thousands of young people, all teenagers have to imagine, "what is a suicide and as to fight against it". Before giving help to the friend who is going to make a suicide it is important to have the main information on a suicide and about the suitsidentakh. It is especially important to be aware of misinformation about a suicide which extends much quicker, than reliable information. The suicide is the second cause of death of young people aged from fifteen till twenty four years. Accidents, including drug overdose, road incidents, falling from bridges and buildings, self-poisoning are the first reason. However, according to suitsidolog, many of these accidents actually were the suicides disguised under accidents. If a suicidology are right then the suicide is the main reason for death of teenagers.

Keywords: suicide, suicide risk, demography, teen, youth, loneliness, outing, prevention.