

СТРАТЕГИИ СОВЛАДАЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ В ГЕНЕЗЕ СУИЦИДАЛЬНОГО РИСКА У МОЛОДЫХ ЛЮДЕЙ

БУТРИМ ГЕОРГИЙ АЛЕКСЕИЧ

кандидат педагогических наук

Государственный институт управления и социальных технологий БГУ, г. Минск, Республика Беларусь

КОЛМАКОВ АЛЕКСАНДР АНДРЕЕВИЧ

кандидат психологических наук

Государственный институт управления и социальных технологий БГУ, г. Минск, Республика Беларусь

В ряде стран бывшего СССР самоубийства превратились в одну из острейших социальных проблем. Республика Беларусь, как и Россия, относятся к странам с высоким уровнем суицидальной активности. С недавнего времени в Беларуси наметилась тенденция к снижению уровня суицидов: 2009 год – 28,3; 2010 год – 25,9; 2011 – 22,8 (на 100 тыс. населения). Но и этот уровень считается очень высоким, поэтому проблема суицидального поведения и в настоящее время не теряет своей актуальности.

Тенденция к увеличению числа самоубийств и к резкому их «омоложению» отмечается во всем мире [Д. Вассерман, 2005]. За последние десятилетия число самоубийств среди молодежи выросло в 3 раза. Ежегодно в мире каждый двенадцатый юноша и подросток в возрасте 15-19 лет пытается совершить попытку самоубийства. В Республике Беларусь, несмотря на некоторое снижение количества завершенных суицидов, проблема суицидального поведения в молодежной популяции также не теряет своей остроты. В результате проведенного в ходе нашего исследования опроса 409 студентов выяснилось, что у 31,5 % опрошенных возникали мысли о нежелании жить, а 7,3 % совершали попытки.

Большое влияние на формирование суицидального намерения, по мнению многих авторов, оказывают *психологические кризисы*, вызванные недостатками социализации. Основной же *причиной*, вызывающей и обуславливающей суицид у психически нормальных людей, является состояние социально-психологической дезадаптации, вызванное личностным кризисом, переживанием неблагополучия и неудовлетворенности в сфере значимых отношений. Для молодых людей подростково-юношеского возраста в такой ситуации характерным является влияние *личностных* особенностей на формирование суицидальной тенденции.

Самоубийство – защитная реакция личности в ответ на невозможность конструировать свое поведение в условиях кризиса. Во всех случаях суицидальное поведение является результатом личностного анализа кризисной ситуации. Ведущими характеристиками кризисной ситуации являются: психическая напряженность, вызванная объективными обстоятельствами и отношением к ним человека в зависимости от степени их значимости; специфическая внутренняя работа по преодолению жизненных трудностей и травмирующих переживаний; потребность в изменении самооценки и мотивации, а также их коррекции и психологической поддержке извне. Это является ключевой позицией в формировании копинг-поведения.

Таким образом, поведение, направленное на устранение или уменьшение силы воздействия стрессогенного фактора на личность называется *копинг-поведением* или совладающим поведением, подразумевающим индивидуальный способ совладания субъекта с затруднительной ситуацией, в соответствии с ее значимостью в жизни индивида и личностно-средовыми ресурсами, определяющими его поведение.

Копинги определяют развитие различных форм поведения, приводящих к адаптации или дезадаптации личности. Наиболее часто применяемые стратегии объединяются в стили совладающего поведения, более устойчивые, обобщенные личностные образования. Суицидальное поведение является своеобразным проявлением дезадаптивных копингов поведения

[Ю.В.Попов, 2010]. Будет ли избранная копинг-стратегия адаптирующей, конструктивной или дезадаптирующей, разрушительной для личности и окружающих, зависит как от особенностей стрессовой ситуации, так и от самой личности. *В нашем исследовании стратегии копинг-поведения выступают как комплексная характеристика достаточно устойчивых форм психического реагирования в условиях переживания личностного кризиса, включающих когнитивный, эмоциональный и поведенческий компоненты.*

В настоящее время не существует однозначного психологического тестового профиля, определяющего суицидента как такового. Также не найдено характерного комплекса личностных черт с высокой степенью коррелирующего с риском суицидального поведения. Между тем, анализ источников и опыт работы по диагностике факторов суицидального риска позволил выявить ряд ключевых позиций, которые определили выбор исследовательского инструментария.

Суицидальный риск – комплексная характеристика психического состояния дезадаптированной личности, сформированного индивидуально неповторимым сочетанием особенностей личности и способами её взаимодействия с социальной средой в экстремальных для неё жизненных ситуациях, сопровождающегося негативно окрашенными аффективными переживаниями и отражающего степень сформированности суицидальных намерений [Колмаков А.А., 1999].

Эмпирическое исследование проводилось среди студентов Белорусского государственного университета и пациентов психоневрологических учреждений г. Минска и г. Гомеля. Выборка составила 442 человека (402 студента БГУ и 40 парасуицидентов без психотических синдромов из числа учащейся молодежи). Цель исследования: выявление особенностей совладающего поведения у молодых людей с высоким суицидальным риском (СР).

Для выявления склонности к суицидальным реакциям в общей выборке применялась методика «СР-45» П.И.Юнацкевича. Вопросы и утверждения методики являются адекватными суицидальным проявлениям. [Юнацкевич П. И., 1998].

Результаты обследования студентов БГУ и парасуицидентов по методике «СР-45» позволили разделить выборку на пять групп по уровню выраженности СР (Таблица 1).

Таблица 1 – Распределение испытуемых по уровню выраженности суицидального риска

Уровень СР	Контингент испытуемых		Итого
	студенты БГУ	парасуициденты	
<i>низкий</i>	72	1	73
	17,9%	2,5%	16,5%
<i>ниже среднего</i>	157	4	161
	39,1%	10,0%	36,4%
<i>средний</i>	129	12	141
	32,1%	30,0%	31,9%
<i>выше среднего</i>	38	7	45
	9,5%	17,5%	10,2%
<i>высокий</i>	6	16	22
	1,5%	40,0%	5,0%
Итого	402	40	442
	100,0%	100,0%	100,0%

Для выявления особенностей совладающего поведения у молодых людей с высоким СР студенты БГУ и парасуициденты составили общую выборку, которая делилась на группы по критерию выраженности СР. Значимыми для анализа обследуемыми явились лица с уровнем СР «выше среднего» и «высокий» (студенты БГУ – 44 человек (11%), парасуициденты – 23 человека (57,5%)).

Для определения особенностей копинг-поведения у молодых людей с высоким СР применялась методика «Как Вы разрешаете эти трудности», разработанная Э.Хеймом и

адаптированная Л. И. Вассерманом [Набиуллина Р.Р., Тухтарова И.В., 2003]. Методика позволяет исследовать 26 вариантов копинга в когнитивной, эмоциональной и поведенческой сферах. Виды копингов распределяются на три основные группы по степени их адаптивных возможностей: *адаптивные*, *относительно адаптивные* и *неадаптивные*. Выраженность каждого копинга оценивается от 0 до 4.

Ведущими стратегиями преодоления в *когнитивной* сфере у лиц с высоким СР является неадаптивный копинг *растерянность* ($M=2,5$) и слабая выраженность таких адаптивных копингов, как: *сохранение самообладания* ($M=1,8$) и *придание смысла* (среднее значение 1,65). В *эмоциональной* сфере у лиц с высоким СР характерными неадаптивными копингами являются *покорность*, *безднадёжность*, *фатализм* ($M=2,25$), *подавление эмоций* ($M=2,1$), относительно адаптивный копинг *эмоциональная разрядка* ($M=2,05$) и слабая выраженность адаптивного копинга *оптимизм* ($M=1,85$). Наиболее характерными копингами, реализуемым в *поведенческой* сфере, для лиц с высоким СР является относительно адаптивный копинг *компенсация* ($M=2,5$) и неадаптивный копинг *отступление и изоляция* ($M=2,25$). При этом слабо выражены такие адаптивные стратегии преодоления как *обращение за поддержкой* ($M=1,45$), *альтруизм* ($M=1,45$), *сотрудничество* ($M=1,55$) и *отвлечение* ($M=1,65$). Оценка достоверности различий подтвердила статистически значимые различия между группами обследуемых с низким и высоким СР ($p<0,001$). Полученные в результате корреляционного анализа коэффициенты свидетельствуют о наличии положительных взаимосвязей ($p<0,001$) между уровнем суицидального риска и неадаптивными копинг-стратегиями.

Особенности копинг-поведения представляют собой относительно устойчивые характеристики. В связи с этим, при их изучении парасуицидентов выделили как отдельную группу для сравнения с группой студентов с уровнем суицидального риска «выше среднего» и «высокий». Статистически значимых различий между данными группами в выраженности перечисленных копингов не обнаружено. Таким образом, перечисленные копинг-стратегии обладают прогностическим значением в диагностике личностной предрасположенности к суицидальному поведению.

Переживание трудной ситуации связано с усиленным использованием имеющихся ресурсов. Копинг-поведение обусловлено личностными и средовыми ресурсами как относительно стабильными характеристиками людей и социального окружения, которые называют копинг-ресурсами. Анкетный опрос исследуемой выборки выявил следующие особенности копинг-ресурсов у лиц с высоким СР:

- одиночество и отсутствие друзей противоположного пола;
- отсутствие стремления поддерживать теплые отношения с родителями и родственниками;
- неумение управлять своим душевным состоянием;
- несформированность личностной и социальной идентичности;
- мысли о нежелании жить;
- низкая самооценка;
- фрустрированность потребностей и завышенные притязания.

Профилактика суицидального поведения должна строиться как система, включающая в себя превентивные меры и мероприятия по выявлению и оперативной психолого-педагогической коррекции неблагоприятного развития кризисных состояний. Значимым исходным моментом в этой работе является наличие сведений о личностных особенностях подростков и юношей (девушек). Исследование показало, что перечисленные особенности совладающего поведения обладают ценностью в выявлении суицидального риска и повышении эффективности профилактических мероприятий.