

Колмаков А.А., кандидат психологических наук, доцент кафедры социальной работы ГИУСТ БГУ

Структурно-динамическая модель формирования и развития суицидального мотива

Роль макросоциальных и личностных факторов в картине суицидального поведения характеризуется как психическая предрасположенность к формированию состояния дезадаптации, суицидоопасным переживаниям и действиям по определенным поведенческим моделям. Само по себе их наличие не может стать причиной формирования суицидального мотива. Суицидальный мотив формируется на основе личностного выбора в экстремальной для конкретной личности ситуации. Поскольку суицидальная тенденция имеет свое начало, развитие и завершение, основными причинными факторами следует считать факторы, провоцирующие и стимулирующие суицидальную тенденцию как процесс. К ним относятся **социально-психологическая дезадаптация и конфликт**, раскрывающие интра- и интерпсихическую стороны этого процесса.

Адаптационные процессы у человека как существа социального представлены тремя основными взаимосвязанными системами: поиск, восприятие и переработка информации; эмоциональное реагирование, отражающее личностное отношение к получаемой информации; социально-психологическое взаимодействие с окружающими людьми.

Система поиска, восприятия и переработки информации вносит существенный вклад в возможность адаптивного поведения. Адаптированная деятельность во многом зависит от полноты имеющейся у человека информации, а соответственно ее недостаток провоцирует дезадаптационные процессы [1. С. 57]. К социально-психологическим причинам, детерминирующим ограничение возможностей поиска, восприятия и переработки информации относятся: недостатки развития индивидуальных

способностей к восприятию различного рода информации, ограниченная направленность интересов личности, своеобразие эмоционально-волевых качеств, недостаточные объем и глубина имеющихся знаний. Они существенно связаны с процессом социализации личности. Эти причины влияют главным образом на процесс переработки информации и в индивидуально значимых экстремальных условиях ослабляют его функциональные возможности, формируя при этом состояния фрустрации, тревоги, неудовлетворенности собой.

Наиболее интегрированной формой адаптационной активности является система эмоционального реагирования. Разнообразие эмоциональных состояний, возникших в процессе восприятия и переработки информации во многом влияют на дальнейшее поведение человека, его чувства и настроения, создающие своеобразное субъективное отношение к действительности, в том числе и на личностную оценку получаемой информации. Эмоциональный фон оказывает серьезное влияние на организацию той или иной деятельности — разработку мотивов различных поступков и выбор путей их реализации. Несоответствие между имеющимися у человека стремлениями, представлениями, возможностями действия зачастую приводит к таким эмоциональным расстройствам, как страх, тоска, лабильность настроения, депрессия [1. с. 61].

Система социальных контактов человека содержит все многообразие личностных отношений, социально-психологических оценок и устремлений, обеспечивающих адаптационные процессы при взаимодействии с окружающим социумом. Она основывается на приобретенных человеком в течение жизни установках, позициях, социальных нормах. Система социальных контактов делает возможной реализацию одной из базовых человеческих потребностей — самовыражение, самоактуализацию. С другой стороны, эта система обладает мощным компенсаторным потенциалом в случае нарушения функциональных возможностей других адаптационных систем. Динамичность и индивидуальность функциональных особенностей

системы социальных контактов создают основу индивидуально-личностного адаптационного барьера, обеспечивающего уровень стрессоустойчивости. Суицидоопасные переживания одиночества и безысходности являются результатом ущербности либо дисфункцией этой системы.

Процесс социально-психологической адаптации динамичен и всегда находится в развитии. При этом перечисленные системы взаимно компенсируют возможные нарушения каждой из них, обеспечивая стабильность процесса адаптации и тем самым целостное развитие личности. Возникновение состояния социально-психологической дезадаптации связано не с дезорганизацией отдельных, обеспечивающих процесс адаптации, систем, а с функциональным нарушением всего процесса в целом.

В анализе динамических характеристик развития суицидальной тенденции дезадаптация рассматривается не как явление, сопровождающее каждый момент личностного развития, а как состояние, затрагивающее все сферы психической активности и блокирующей процесс развития в значимых для личности сферах деятельности, т.е. там, где личность в данный момент жизни самореализуется.

Социально-психологическая дезадаптация свидетельствует о нарушении механизмов взаимодействия между личностью и ее социальным окружением, которое может возникать вследствие как изменений в социальном окружении, так и изменений в самой личности, ее потребностей, ценностных ориентаций и проявиться в несовпадении экспектаций индивида, его притязаний и реальных условий существования, отношения к нему окружающих [33. С.336–337], что расценивается личностью как угроза разрушения его образа Я.

Анализ работы по суицидальной проблематике, материалов по фактам суицидального поведения свидетельствует, что суицидоопасное состояние дезадаптации имеет ряд выраженных внешних признаков: резкое изменение поведения, дезориентация в выборе адекватных форм поведения, подавленность, высокая утомляемость, дезорганизация социальных связей на

уровне межличностных отношений, а также ослабление или полное угасание воли к жизни, нежелание или неспособность проявить усилие, чтобы приспособиться к новым условиям существования.

Деадаптация личности всегда связана с каким-либо **конфликтом**. "Межличностный конфликт является особой формой внутригруппового взаимодействия, при которой сталкиваются интересы, потребности или цели индивидов. Он отражает состояние микросоциальной среды, ...ее психологический климат." [87. С.82] Суицидогенные конфликты составляют группу **микросоциальных** факторов суицидального риска. В суицидологической практике значение придается конфликтам межличностным и внутриличностным, особенно когда межличностные конфликты ведут к внутриличностным, т.е. для личности неразрешенным [47. С. ; 27. С.142]. Наши исследования показали, что в преобладающем большинстве случаев суицидального поведения конфликтные отношения в сфере взаимодействия личности с социальным окружением провоцировали состояние деадаптации, в котором новый конфликт либо продолжающиеся конфликты становились "последней каплей" в формировании суицидального намерения.

В суицидальном поведении, особенно среди завершенных суицидов, большое значение имеет глубина конфликтов, которая опосредована значимостью для индивида конфликтной ситуации. Глубина конфликта зависит от уровня общения между индивидами. Чем ближе и теснее духовные и эмоциональные контакты, тем глубже общение между людьми. Межличностные конфликты, возникающие при таком типе общения, если они угрожают характеру этих контактов, влияют на систему общения в целом, перестраивая ее внося негативные изменения, либо вовсе разрушая ее до полного разрыва между индивидами. К глубинным конфликтам можно отнести конфликты в случае психологической зависимости одного индивида от другого. Такие конфликты наиболее суицидоопасны. Последствия конфликта оказывают влияние, во-первых, на систему отношений (нарушение

либо разрушение) и, во-вторых, на личность каждого из участников (влияние конфликта на индивида зависит от того, как он трактует происходящие события, т.е. от его интерпретации и оценки конфликта). В суицидальном поведении отчетливо наблюдается психотравмирующее воздействие такого конфликта. Однако глубина психотравмирующего воздействия в большой степени зависит и от личностных особенностей индивида. Суицидоопасные последствия конфликта оказываются наиболее заметными у лиц, которые не переносят любую психическую напряженность, т.е. у лиц с низким порогом адаптационных возможностей, ослабленными психическими компенсаторными механизмами и наличием в системе ценностей уязвимых мест. Таким образом степень дезадаптирующего воздействия конфликта зависит не только от объективных свойств самого конфликта, но и от толерантности личности к фрустрирующим воздействиям среды.

Наши исследования показали, что наиболее распространенными видами суицидогенных конфликтов являются:

— конфликты, обусловленные спецификой деятельности и взаимодействий с сослуживцами;

— конфликты, обусловленные спецификой лично-семейных и любовных взаимоотношений (неразделенная любовь, измена любимой девушки или жены, развод, семейно-бытовая неустроенность);

— конфликты, связанные с асоциальным либо антисоциальным поведением.

Анализ материалов по суицидальным происшествиям свидетельствует, что перечисленные виды конфликтов предшествовали в более чем 60% случаев завершенных суицидов.

В суицидальном поведении конфликт может иметь как причинный, так и провоцирующий характер.

Процесс формирования суицидальной тенденции и ее реализации в суицидальном поведении имеет сложную динамику и индивидуальный характер. Однако в преобладающем большинстве случаев он проходит ряд

значимых для него этапов, характеризующихся нарастанием степени риска суицидального поведения. Основной детерминантой суицидального поведения является социально-психологическая дезадаптация личности. Она формируется в ситуации, имеющей для личности стрессогенный характер. Человек, попавший в такую ситуацию, начинает энергично искать выход из нее. Стратегия поиска определяется как личностными особенностями индивида, его жизненным опытом, переживаемым эмоциональным состоянием, сознанием значимости ситуации, так и известными ему способами выхода из подобных ситуаций (преодоление либо уход). Значимость ситуации и стремление соответствовать имеющемуся образу Я определяют напряженность потребности выхода из нее, что вызывает реструктуризацию мотивационной сферы, а соответственно дезорганизацию деятельности. Это существенно ослабляет компенсаторные возможности личности. Уже на этом этапе личность нуждается в поддержке и помощи извне.

Неудачи, связанные с выходом из стрессогенной ситуации, углубляют состояние дезадаптации и снижают психическую активность индивида вследствие психического истощения. В таком состоянии личность характеризуется ранимостью и восприимчивостью даже к незначительным негативным воздействиям внешней среды. Это состояние усугубляется социальной депривацией, переживанием собственной неспособности компенсировать психический дискомфорт без ущерба своему Я и одиночества перед лицом сложившихся жизненных обстоятельств. Эмоциональная сфера характеризуется проявлением аффективных состояний астенического типа. В таком состоянии некоторые ситуационные стрессовые нагрузки, например, перечисленные ранее ведущие причинные факторы, связанные с конфликтным взаимодействием личности и окружающей социальной средой, по сути являющиеся поводом, могут спровоцировать суицидальную фазу дезадаптации. Ситуации, в которых могут появиться суицидальные переживания, имеют широкий диапазон — от обыденных и

банальных до глубоко трагичных. Покушению на свою жизнь также могут предшествовать события разной степени серьезности с точки зрения объективной сложности их разрешения.

Сама по себе ситуация не может иметь суицидоопасного характера. Ее суицидогенность определяется готовностью личности воспринять и расценить ее как таковую. Подобная готовность зависит от динамики личностных установок, влияния системы личностных ценностей и системы форм реагирования на момент сложившейся ситуации, которые под влиянием предшествующих дезадаптационных процессов оказываются трансформированными (фиксация на стрессогенной ситуации, "актуальная система ценностей", дезориентация в адекватном реагировании). Суицидогенный характер ситуации (как правило конфликтной) определяется ее значимостью для личности и возможностями в ее разрешении. Значимость ситуации связана с ее влиянием на реализацию жизненных целей, установок и ценностей, а равно, на самореализацию личности. В случаях, когда личность не может найти адекватных способов ее разрешения, формируется внутриличностный конфликт [67. С.213–215]. Ситуация для личности приобретает значение экстремальной. Сама личность переживает целую гамму негативно окрашенных эмоциональных состояний — чувства беспомощности, ущербности, вины, отчаяния, непереносимой тоски, личностной катастрофы. Переживания, обусловленные субъективной переоценкой тяжести конфликтной ситуации, становятся доминирующими в сознании, сопровождаются ригидным эмоциональным напряжением, что ограничивает полноту восприятия окружающей действительности, затрудняет ее критическую оценку и поиск адекватных путей разрешения конфликта. Наличие эмоционально окрашенных доминантных переживаний блокирует проникновение в сознание человека известных в обычных условиях вариантов выхода из трудной ситуации. В конечном итоге в сознании формируется убежденность в неразрешимости ситуации. В этот период в связи с блокадой реализации жизненных целей и личностно

опосредованными нежеланием либо невозможностью их пересмотра личность может подвергнуть переосмыслению свое понимание смысла жизни с последующими безразличием и утратой интереса к жизни и желанием из нее уйти.

Переход дезадаптации в суицидальную фазу осуществляется при следующих условиях: во-первых, ограничение или отсутствие известных субъекту вариантов разрешения конфликтной ситуации, и, во-вторых, известные варианты субъективно оцениваются как неэффективные или неприемлемые. Состояние фрустрации и ситуация, связанная с неразрешенным для личности конфликтом, для большинства суицидентов является одним из основных моментов оформления суицидальной тенденции, появления суицидальной готовности, принятия суицидального решения и его реализации.

Суицидальное поведение всегда имеет внутренний и внешний планы, которые в единстве образуют относительно устойчивую, целостную и типологически своеобразную структуру, отражающую индивидуальность суицидента, характер конфликтной ситуации и своеобразие поведенческих проявлений. В случаях острого переживания неразрешенного конфликта на фоне сильного аффективного напряжения могут формироваться суицидоопасные ситуационные психические реакции, в которых находит свое окончательное оформление суицидальная тенденция. Ситуационные психические реакции "представляют собой модус поведения личности в экстремальной ситуации, обычно небольшой протяженности во времени, с обязательным возвращением к прежнему психическому состоянию" [6. С.55]. "Ситуационная реакция есть оформленный, структурированный ответ на ситуационную нагрузку с определенным образом эмоционально окрашенным состоянием и соответствующим ему поведением" [13. С.33].

Во всех непатологических ситуационных реакциях их суицидоопасность определяется резкостью снижения способности конструктивного планирования будущего. При ситуационных реакциях не исключаются из

реальной деятельности привычные адаптационные стереотипы поведения. Они лишь теряют свою результативность, снижают уровень успешности, осуществляется при значительно сниженном уровне контроля и самоконтроля [2. С.44].

Последовательность и этапность в "разворачивании" суицидальной тенденции в каждом отдельно взятом случае имеет свои временные характеристики. Зачастую суицидальная фаза дезадаптации реализуется в суицидальном акте по принципу "короткого замыкания".

Подобные суициды связаны с острыми аффективными реакциями астенического типа, отличающимися кратковременностью и интенсивностью эмоций. Для таких реакций характерны чрезвычайная сила проявления, своеобразие восприятия и осмысления окружающего, нередко с элементами дезорганизации поведения, и сужением сознания. В формировании суицидального намерения и его реализации при аффективных реакциях большую роль играют характерологические особенности, установки, ценностные ориентации [83. С111]. Как правило, такие реакции возникают на основе конфликта между необходимостью примириться с неожиданным крушением надежд, планов и невозможностью это сделать.

В отличие от аффективных иные суицидальные реакции также нельзя относить к исключительно обдуманным и рациональным. В них также превалирует аффективный компонент. В основе таких реакций менее интенсивные, но продолжительные аффективные переживания в условиях неблагоприятно сложившихся жизненных обстоятельств имеющие свойство аккумулироваться, снижая при этом компенсаторные возможности личности. В этих случаях дополнительная травматизация может стать поводом реализации суицидальных действий. Таким образом социально-психологическая дезадаптация и неразрешимый для личности конфликт в значимой ситуации являются основными детерминантами формирования, развития и реализации суицидальной тенденции.

Выводы:

1. Суицидальное поведение обусловлено сложноопосредованным взаимодействием трех групп факторов:

— **макросоциальные факторы** характеризуют степень интегрированности индивида в социуме и системе социальных отношений;

— **микросоциальные факторы**, характеризующиеся конфликтным взаимодействием личности с непосредственным социальным окружением, играют роль стимулирующего социально-психологического механизма формирования, развития и реализации суицидальной тенденции;

— **личностные факторы** опосредуют ограниченность адаптационных возможностей индивида и характерные особенности реагирования в ситуациях, угрожающих его образу Я.

В личности суицидента они интегрируются в особое функциональное состояние социально-психологической дезадаптации, характеризующееся как прогрессирующий процесс. В картине суицидального поведения эти факторы выполняют функцию predisponирующих, основных причинных и ведущих причинных.

2. Несмотря на относительную определенность в системе наиболее значимых факторов риска суицидального поведения, они в своей статической совокупности раскрывают только некоторую вероятность суицидального поведения в гипотетической ситуации. Прогнозировать риск суицидального поведения возможно при наличии признаков социально-психологической дезадаптации, являющейся основной психологической детерминантой суицидального поведения. Риск суицидального поведения формируется в экстремальной для личности ситуации в рамках следующей динамической модели: личностная predisпозиция — социально-психологическая дезадаптация в условиях конфликта — суицидальное намерение. В соответствии с ней риск суицидального поведения по степени выраженности имеет свою градацию: признаки состояния социально-психологической дезадаптации у личности с низкими адаптационными возможностями —

конфликт в системе значимых отношений у дезадаптированной личности — прямые или косвенные признаки суицидального намерения.

3. **Риск суицидального поведения** (суицидальный риск) — это комплексная характеристика психического состояния дезадаптированной личности, сформированного индивидуально неповторимым сочетанием особенностей личности и способами ее взаимодействия с социальной средой в экстремальных для нее жизненных ситуациях, сопровождающегося негативно окрашенными аффективными переживаниями и отражающего степень сформированности суицидальных намерений.

4. В обобщенном виде готовность к реализации суицидального намерения представляется при совпадении во времени трех основных условий: во-первых, наличие существенных искажений в деятельности аффективной сферы; во-вторых, ущербность, неполноценность социализации; в-третьих, наличие суицидогенного конфликта.

5. В суицидальном поведении отчетливо обнаруживается различие в соотношении значимости перечисленных групп факторов и их влиянии на формирование и развитие суицидальной тенденции, которое обусловлено возрастными особенностями и социальными ролями. Наиболее значимое влияние **личностных** факторов характерно для молодых людей (18-23 лет); в возрастной же группе 35-50 лет состава наиболее значимую роль играют **макро- и микросоциальные факторы** [41. С.63; 43. С.77–78].