

Кошенова Марина Ивановна

кандидат психологических наук, доцент, заведующий кафедрой социальной психологии и виктимологии факультета психологии, Новосибирский государственный педагогический университет, Новосибирск, Россия, koshenova.m.i@gmail.com

Волохова Валентина Игоревна

старший преподаватель кафедры социальной психологии и виктимологии факультета психологии, Новосибирский государственный педагогический университет, Новосибирск, Россия, nargiza113@yandex.ru

СУИЦИДАЛЬНОЕ ПОВЕДЕНИЕ: ПРОБЛЕМА АДЕКВАТНОСТИ ИССЛЕДОВАНИЯ И ПОНИМАНИЯ ФЕНОМЕНА

Аннотация. В статье рассматриваются трудности исследования суицидального поведения, связанные с ограничениями экстраполяции данных, полученных на лицах с незавершенным суицидом и суицидальными мыслями и намерениями на лиц с суицидом завершенным, вопросы адекватности понимания суицидального поведения субъекта, устойчивые мифы о личностных особенностях самоубийц. Анализируются предикторы суицидального поведения, задаваемые современной социальной реальностью. Рассматривается провокативность превенции суицидального поведения в сложившейся социальной практике.

Ключевые слова: суицидальное поведение, исследовательские ограничения, «систематическая ошибка выжившего», предикторы суицида, провокация превенции.

Koshenova Marina Ivanovna

Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor, Head of the Department of Social Psychology and Victimology, Faculty of Psychology, Novosibirsk State Pedagogical University, Novosibirsk, Russia, koshenova.m.i@gmail.com

Volokhova Valentina Igorevna

Senior lecturer of the Department of Social Psychology and Victimology, Faculty of Psychology, Novosibirsk State Pedagogical University, Novosibirsk, Russia, nargiza113@yandex.ru

SUICIDAL BEHAVIOR: THE PROBLEM OF THE ADEQUACY OF RESEARCH AND APPRECIATION OF THE PHENOMENON

Abstract. The article examines the difficulties of suicidal behavior research related to the limitations of extrapolation of data obtained on persons with incomplete suicides and suicidal thoughts and intentions on persons with completed suicide, questions of the adequacy of appreciation of the subject's suicidal behavior, persistent myths about the personality characteristics of suicides. Predictors of suicidal behavior set by modern social reality are analyzed. The provocativeness of prevention of suicidal behavior in established social practice is considered.

Keywords: suicidal behavior, research limitations, "systematic error of the survivor", predictors of suicide, provocation of prevention.



Статистика Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ) гласит, что каждые 40 секунд один человек в мире заканчивает свою жизнь самоубийством. Более 800 тыс. человек ежегодно умирают именно по этой причине. В России, считающейся весьма неблагоприятной по европейским «меркам», с точки зрения суицидальной статистики, за период с 1956 по 2017 гг. от самоубийств умерло 2 413 075 человек [7]. Для 82 стран такой показатель оказался бы фатальным, так как свидетельствовал бы о том, что в них не осталось ни одного жителя [8].

Необходимо считаться и с тем, что даже данное, по сути, устрашающее число не включает количество суицидальных попыток, а лишь обозначает количество завершенных суицидов. Очевидно, что потенциальных суицидентов значительно больше (о чем свидетельствуют незавершенные суицидальные попытки, статистика обращений на «телефоны доверия», анализ заявляемых в консультативных центрах проблем, результаты добровольно-принудительного тестирования в сфере образования и др.). При этом вопрос о том, насколько идентичны психологические профили, социальный опыт и стратегии преодоления трудных жизненных и стрессовых ситуаций тех, кто завершил суицид, и тех, кто все же не переступил «последнюю черту», как правило, остается «за кадром» в научных исследованиях и практике психологической помощи. Нам представляется, что при изучении проблемы суицидального поведения мы, по сути, имеем дело с феноменом «ошибки выжившего», связываемого обычно с интерпретацией событий Второй мировой войны. Систематическая ошибка выжившего (от англ. *survivorship bias*) – это разновидность систематической ошибки отбора, когда по одной группе («выжившим») есть много данных, а по другой («погибшим») – практически нет. Исследуя мотивы, мысли, чувства респондентов с незавершенным суицидом, а не умерших людей, не совершаем ли мы такую ошибку в изучении суицидального поведения? Посмертная судебно-психиатрическая экспертиза «по факту смерти» суицидентов, во-первых, касается достаточно ограниченного круга лиц, во-вторых, имеет несколько иной предмет исследования, определяемый вопросами судебно-следственных органов и юридическими критериями [5; 10].

Вопрос адекватности понимания суицидального поведения субъекта представляет не меньшую сложность, чем вопрос оценки распространенности суицидального поведения. Достаточно известное исследование 1978 г. «Оценка частоты смертельных исходов» убедительно показало, что люди склонны переоценивать количество смертей, ставших результатом убийств, по сравнению с числом самоубийств [13]. Аналогичное прочтение ситуации сегодня не только обывателями, но и специалистами, ответственными за оказание различных видов помощи лицам, находящимся в состоянии острого кризиса, на наш взгляд, и приводит к навешиванию ярлыка психической болезни всем, кто хоть как-то обозначил суицидальные мысли и намерения, без разбора содержания послания, анализа ситуации, причин и пр. (особо часто подвергаются «клеймению» с последующей стигматизации несовершеннолетние) [3].

Как показывает статистика, самоубийство в России в настоящее время – вторая по распространенности внешняя причина смерти после дорожно-транспортных несчастных случаев. Ниже приведены данные Росстата за 2018 г. по числу умерших от внешних причин смерти по субъектам РФ (последние доступные на момент написания статьи данные – таблица 1) [11].



Число умерших от внешних причин смерти по субъектам РФ за 2018 год

	Всего умерших	в том числе от:				
		всех видов транспортных несчастных случаев	случайных отравлений алкоголем	случайных утоплений	самоубийств	убийств
Центральный федеральный округ	33861	5088	3124	1036	3564	1672
Северо-Западный федеральный округ	13845	1658	1468	671	1799	709
Южный федеральный округ	12914	2094	354	527	1205	554
Северо-Кавказский федеральный округ	4471	1331	50	152	424	259
Приволжский федеральный округ	32602	3859	2279	1100	4411	1466
Уральский федеральный округ	14145	1366	1415	312	1797	850
Сибирский федеральный округ	21160	2343	1794	637	3298	1540
Дальневосточный федеральный округ	11614	1353	561	439	1708	936

Действительно сложно осознать, что люди чаще прощаются с жизнью по собственной инициативе, чем по причине преднамеренных/непреднамеренных действий других лиц. Именно убийц на Руси называли «душегубами», и понимание того факта, что человек сам для себя выступает «душегубом», специфический «перевертыш» реальных ценностей, своеобразное «зазеркалье» для «нормального бытия» существенным образом искажают или блокируют рефлекссию, в том числе и научную, по поводу феномена суицидального поведения.

Говоря о суицидальном выборе, мы сталкиваемся с одним из самых распространенных мифов о суициде: «Человек, совершающий суицидальные действия, определенно решил умереть». Справедливо ли это утверждение? Что необходимо учитывать при анализе рисков, без понимания которых невозможно осуществлять качественную превенцию?

1) *Категория «смерть» понятна не для каждого возраста.* Так, суициды в младшем школьном, а зачастую, и в подростковом возрасте, характеризуются тем, что ребенок не понимал, что «это навсегда». Дети, которых удалось спасти, говорили о том, что хотели наказать, напугать своих родителей, потому что они не хотели что-то разрешать или покупать. А когда бы они «вернулись из смерти», то родители бы поняли, что были не правы. Ребенок не понимал, что вернуться «из смерти» нельзя, что смерть – это навсегда.

2) *Когда общество заключает, что человек точно решил умереть, то это снимает с него (общества) некоторую ответственность.* Это означает, что нам представляется, что чтобы не говорили окружающие, как бы они не старались выслушать потенциального суицидента, быть рядом, сопереживать в трагедии – все равно че-



ловец решил бы довести свой замысел до конца. Опровержением это мифа является то, что эмоциональная поддержка в нужный момент может предотвратить самоубийство. Но, к сожалению, такого близкого очень часто просто не оказывается рядом. Парадокс современности заключается в том, что ощущать одиночество человек может даже находясь в толпе среди других людей, имея множество друзей, а также в собственной семье [1; 14].

3) *Если у человека имеется склонность к самоубийству, то она останется у него навсегда* – очевидный, но весьма распространенный миф. Суицидальное поведение не является устойчивой характеристикой, как, например, темперамент, способности, характер. Совершение суицида может быть импульсивным, ситуативным действием, так как в этот момент человеку казалось, что его ситуация безвыходная и непоправимая. Спустя какое-то время человек может недоумевать, как ему могло прийти такое в голову и больше никогда не прибегать к такому способу разрешения проблемных ситуаций.

И если неизбежность реализации суицидальных намерений (предопределенность самоубийства, «гнилое семя» суицидента) – во многом миф, позволяющий оправдать бездействие и сохранить Я-концепцию коллегам или близким, родителям или однокурсникам самоубийцы [2], то мониторинг современной социальной реальности с целью выявления специфики известных и поиска новых причин суицидальных проявлений субъектов в разных возрастах – это поиск путей превенции и коррекции самой жесткой формы аутодеструкции личности.

В чем особенность предикторов суицида в современном, во всяком случае российском, обществе?

Утомление/разочарование от жизни как основная причина совершения суицида. «Ипотека придает смысл жизни» – несмешная шутка современности. Тем не менее, она имеет право на существование и при осмыслении феномена суицида. Если на протяжении многих веков человечество ставило перед собой задачу выжить, то в условиях индустриального, автоматизированного общества выживать не нужно, но есть больше времени для размышлений над темой «А зачем я живу?».

В. Франкл обозначает этот феномен как экзистенциальный вакуум, который характерен для общества изобилия, в котором созданы все условия для удовлетворения базовых потребностей, а не для стремления к смыслу. Техника избавила человека от необходимости прикладывать усилия для того, чтобы выжить. «По объективной оценке среди посетителей венского Пратера, знаменитого парка отдыха и развлечений, встречается гораздо больше людей разочарованных в жизни, чем среди жителей Вены в целом» [12]. Молодые люди, у которых есть материальные ценности (находящиеся на содержании у родителей, иногда роскошном; получившие наследство/подарок от родителей или заработавшие «базовые материальные блага»), задаются вопросом: «А что дальше? У меня все есть». Навязанные ценности индустриального мира о материальном благополучии и необходимости развлекаться не несут в себе смыслового компонента и смысловой нагрузки.

И другая сторона доминирования навязанных ценностей обладания материальными благами (зачастую ненужными лично субъекту) – разочарование бедствующих или достаточно состоятельных в материальном плане молодых людей в жизни по причине недостижимости «вершины» социальной иерархии (или хотя бы перехода в более высокие социальные страты) и финансового благополучия [4].

Вытеснение расширенной семьи нуклеарной. Сужение количества членов в современной семье снижает возможности ребенка создать эмоциональную связь с тем



или иным объектом привязанности. В большой семье больше шансов «быть увиденным», поделиться своими переживаниями, найти эмоционально близкого человека, который объяснит, что с тобой происходит («отзеркалит»), проявит сочувствие и эмпатию, поможет не просто пережить, а прожить негативные эмоции.

В случае нарушенных эмоциональных связей в семье ребенок не получает опыт принятия, обращения за помощью. В многоэтажном доме множество небольших семей, которые физически рядом друг с другом, но эмоционально дистанцированы. Вокруг много людей, но это только гиперболизирует ощущение одиночества, т. к. окружающие будто не замечают, что происходит с их соседом.

Дефицитарность эмоциональных отношений в системе «ребенок–взрослый», особенно на ранних этапах онтогенеза, за счет агрессивного вторжения виртуальной реальности в повседневную жизнь. Вспомним лабораторный эксперимент Эдварда Троника (Dr. Edward Tronick), директора Отделения развития ребенка при Гарвардском университете «Безжизненное (или каменное) лицо» [15]. Этот эксперимент показывает разницу взаимодействия с эмоциональной, «включенной» в отношения мамой (проецируем на любой другой объект привязанности) и безразличной, «холодной», отстраненной. Исследование Эд. Троника позволило экстраполировать полученные данные на типичные ситуации отсутствия визуального контакта, опыта синхронизации эмоций ребенка и матери, или другого значимого взрослого (больничный опыт, детский дом, депрессивная мать, игнорирующие родители и др.) и сделать вывод о том, что итогом такого эмоционального отчуждения становится невротизация ребенка и сильнейшее недоразвитие орбитофронтальной коры головного мозга, которая, как предполагается, отвечает за адаптацию, принятие решений, тревожность и контроль за эмоциями.

Лабораторный эксперимент Эд. Троника в настоящее время множество раз повторяется в полевых условиях: в современном информационном мире, специфическом цифровом пространстве, когда взгляд значимого взрослого обращен не к ребенку, а на экран гаджета. Позиционирование ребенка в социальных сетях подменяет общение с ним, суррогатные эмоции, получаемые от просмотра цифрового контента, «успешно» вытесняют родительскую неуверенность и снижают родительскую ответственность. Очевидно, что во многих случаях ребенок проигрывает всевозможным гаджетам в этой совсем не конкурентной борьбе. Мы полагаем, что благодаря такому раннему негативному опыту ребенок приобретает неконструктивный копинг и авитальную активность как форму выхода из отчужденного бытия.

«Популяризация» темы суицида. В современном мире информация распространяется мгновенно. Достаточно очевидцу даже самого незначительного события опубликовать пост, как он моментально оказывается доступным в любой точке мира. Социально-психологические механизмы – эмоциональное заражение, с помощью которого информация начинает распространяться. Идентификация с пострадавшим или близким окружением («А что, если я тоже не справлюсь со сложностями?», «А если бы это произошло с моим окружением?», «Этот человек моего пола/возраста/профессии/статуса...»). Таким образом, знание о суициде «встраивается» в мир человеческих отношений и систему означающих (термин Ж. Лакана – «словесный образ»). Проще говоря, нельзя захотеть съесть апельсин, если ты не знаешь, что апельсин существует. Аналогичным образом героиня Л. Н. Толстого Анна Каренина разрешает субъективно непереносимую ситуацию, используя чужую модель разрешения проблемы: «И вдруг, вспомнив о раздавленном человеке в день ее первой встречи с Вронским, она поняла, что ей надо делать» [9].



Не столкнуться с информацией о суициде невозможно, так как информационный поток в настоящее время фактически обрушивается на человека. Так устроена психика, что он неминуемо будет сравнивать, сопоставлять себя с другим, чем-то похожим на него, человеком и зачастую выбирать стратегию, идентифицируя себя с суицидентом-родственником (что специалисты в области суицидологии всегда рассматривают в качестве маркера риска) или даже незнакомым суицидентом своего возраста, пола, класса, о котором ему поведали СМИ, другие люди или иной «общественный контент».

Позволим себе еще одну аллегория. Предположим, что некогда популярный способ разрешения конфликтной ситуации – дуэль, было бы решено реанимировать в качестве современной социальной практики. Про дуэль как достойный способ разрешения проблемы стали бы публиковать статьи, описывать механизмы и особенности личности, решившейся на дуэль, выкладывать в социальные сети истории о том, что человек не смог найти субъективно более правильного решения, чем дуэль, выделять гранты на то, чтобы специалисты исследовали, почему люди решаются на такой способ сатисфакции и т. д. В такой безумной, но вполне возможной ситуации, шансы тиражирования модели неконструктивного способа преодоления конфликта, на наш взгляд, существенно возрастают.

Вопрос не в том, чтобы не обсуждать проблему суицидального поведения, вопрос в том, в какой форме и какими средствами мы пытаемся осуществить превенцию [6]. Проводя диагностику у школьников с прямыми вопросами о суицидальных мыслях и намерениях, планируя прямолинейную «профилактику», мы стимулируем интерес к теме и предлагаем рассмотреть модели неконструктивного разрешения проблемной ситуации, о которых они могли и не задумываться [3]. Воистину сложно не думать «о хромой обезьяне», именно тогда, когда тебя настойчиво просят о ней не думать, даже если раньше такой странный образ и не рождался в твоём воображении.

В заключение считаем необходимым отметить, что исследование феноменологии суицидального поведения имеет существенные ограничения из-за специфичности изучаемых групп, в силу чего и интерпретация получаемых данных, по сути, носит скорее имплицитный, а не эмплитный характер. Трудности понимания природы феномена, вероятно, становятся одним из существенных препятствий и при осуществлении качественной превенции, которая не выполняет свою упреждающую функцию, но становится средством формирования неадекватного интереса к суицидальному поведению и риска формирования неконструктивных моделей преодоления трудных жизненных и стрессовых ситуаций.

Список литературы

1. *Белобрыкина О. А.* Дифференциальные дескрипторы субъективного переживания одиночества подростками. Часть 1: теоретические и методические подходы к исследованию // Институт психологии Российской академии наук. Социальная и экономическая психология. 2019. Т. 4, № 2 (14). С. 129–146.
2. *Гурина Е. С., Кошенова М. И.* Работа психолога с детской травмой: учебное пособие. Новосибирск: Изд-во НГПУ, 2020. 211 с.
3. *Кошенова М. И., Волохова В. И.* Суицидальное поведение подростков XXI века: мифы и реальность. РЕМ: Psychology. Educology. Medicine. 2019. № 1. С. 72–90.
4. *Лысякова Е. А.* Принятие решений в парадигме бедности // Современная реальность в социально-психологическом контексте: сборник научных трудов по материалам III Всероссийской научно-практической конференции. Новосибирск: Изд-во НГПУ, 2019. С. 43–46.



5. *Рязанова А. Ю., Важенина Т. В.* Сложности психолого-психиатрической экспертной квалификации психического состояния несовершеннолетних, покончивших жизнь самоубийством // Вестник ЮУрГУ. Серия психология. 2018. Т. 11, № 1. С. 112–119. DOI: 10.14529/psy180111

6. *Садыков Р. М., Большакова Н. Л.* Социально-психологическая профилактика суицидального поведения среди молодежи [Электронный ресурс] // Научно-методический электронный журнал «Концепт». 2019. № 10 (октябрь). URL: <http://e-koncept.ru/2019/192041.htm>. ART 192041. DOI 10.24411/2304-120X-2019-12041 (дата обращения 07.02.2020).

7. *Самоубийства в России: 15 фактов* [Электронный ресурс] // Демоскоп. № 783–784. 24 сентября – 7 октября 2018 года. URL: http://www.demoscope.ru/weekly/2018/0783/suicide.php#_ftn2 (дата обращения 03.03.2020).

8. *Список стран, отсортированный по численности населения (в режиме реального времени).* Википедия: свободная энциклопедия [Электронный ресурс]. URL: https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A1%D0%BF%D0%B8%D1%81%D0%BE%D0%BA_%D1%81%D1%82%D1%80%D0%B0%D0%BD_%D0%BF%D0%BE_%D0%BD%D0%B0%D1%81%D0%B5%D0%BB%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D1%8E (дата обращения: 03.03.2020)

9. *Толстой Л. Н.* Анна Каренина [Электронный ресурс]. URL: <https://ilibrary.ru/text/1099/index.html> (дата обращения 06.03.2020)

10. *Туденева Т. Н.* Посмертная судебно-психиатрическая экспертиза по факту смерти: автореф. ... канд. мед. наук. М., 2004. 24 с.

11. *Федеральная служба государственной статистики.* Естественное движение населения Российской Федерации – 2018 г. [Электронный ресурс]. URL: http://www.gks.ru/bgd/regl/b18_106/Main.htm (дата обращения: 03.03.2020).

12. *Франкл Виктор Э.* Страдания от бессмысленности жизни. Актуальная психотерапия [Электронный ресурс]. URL: <https://knigi-for.me/books/nauchnye-i-nauchno-populjarnye-knigi/sci-psychology/page-2-168851-viktor-frankl-stradaniya-ot-bessmyslennosti-zhizni.html> (дата обращения 05.04.2020).

13. *Lichtenstein S., Slovic P., Fischhoff B., Layman M. and Combs B.* Judged Frequency of Lethal Events // Journal of Experimental Psychology: Human Learning and Memory. 1978. Vol. 4(6), November. P. 551–578.

14. *Holt-Lunstad J., Smith T. B., Baker M., Harris T., Stephenson D.* Loneliness and Social Isolation as Risk Factors for Mortality: A Meta-Analytic Review // Perspectives on Psychological Science. 2015. Vol. 10 (2). P. 227–237.

15. *Tronick Ed.* The Neurobehavioral and Social-Emotional Development of Infants and Children, New York: W.W. Norton & Company, 2007. 571 p.

Дата поступления в редакцию 06.07.2020

