

Что такое «хуже чем ничто», или Кто же склонен к суициду?

Проблема самоубийств (или суицидов) - одна из самых древних человеческих проблем, если не древнейшая. В самом наивном изложении она заключается в том, что мы не только смертны, но, в отличие от прочих живых существ, имеем устойчивую и вполне вероятную возможность самостоятельного прекращения своей жизни.

Ежегодно на нашей планете около полумиллиона людей добровольно сводят счеты с жизнью (сопоставимо с армией Бонапарта в 1812 году). Кроме того, многие попытки скрываются самими самоубийцами или их близкими, регистрируясь как несчастные случаи или убийства. В Японии, Германии, США, России суицид входит в первую пятерку среди причин смертности. Несмотря на все это, против самоубийств на памяти автора этих строк ни разу не выступил ни один политик, эколог или пацифист, что само по себе симптоматично. Около 20-25% суицидентов - дети и подростки, что составляет в мировом масштабе цифру более ста тысяч в год (за 10 лет афганской войны мы потеряли около 15 тысяч солдат и офицеров).

За последние 15 лет число самоубийств среди молодых увеличилось в 2 раза, занимая порой вторую причину смертности. В США, по данным многих публикаций, добровольно уходят из жизни не менее 2 тысяч подростков в год, часто - при помощи весьма доступного огнестрельного оружия. В одной лишь Москве ежегодно происходит 600-700 суицидных попыток среди детей до 12 лет, и еще больше - среди подростков.

Суицид в детском и подростковом возрасте имеет особенную фактуру. Во-первых, чем младше человек - тем труднее определить истинность его намерений уйти из жизни. Игровая деятельность молодежи сама по себе может таить немалый риск (подвижные игры на крышах домов и стройплощадках, прыжки с большой высоты, катание на подножках товарных поездов). Может быть, поэтому нередко калечащие и травматичные способы самоубийства. Мотивы бывают до крайности непропорциональны факту психической травматизации, нередко импульсивность поступка (сверстники подшутили над внешним обликом, родители наказали за «двойку» или не пустили погулять).

Считается, что приводящий к самоубийству конфликт у подростков обычно коренится во взаимоотношениях с родителями или сверстниками (отвержение группой,

неразделенная привязанность); повторные попытки совершаются третью девушек и двумя третями юношей; около 90% всех попыток происходят «на арене» - при свидетелях.

Демонстративность попыток самоубийства не должна ослаблять внимание окружающих. Иногда при серьезном намерении этого не происходит по малозначимым причинам («не оказалось под рукой любимой аудиокассеты»), иногда все происходит с точностью до наоборот («решил попугать, принял три таблетки и понял, что обратной дороги нет»). Наконец, именно среди молодых самоубийство особенно заразительно. Вспомним, что происходило после гибели молодежных кумиров (М.Монро, Д.Леннон, В.Цой, К.Кобэйн).

Особенно стоит упомянуть о злоупотреблении алкоголем и наркотиками, возросшем в последние годы среди молодежи в геометрической прогрессии. Около 3/4 покончивших с собой юношей и 2/3 девушек на момент совершения попытки находились в состоянии опьянения психоактивными веществами. И алкоголь, и еще грубее и злокачественнее - наркотики - снижают критическую оценку себя и окружающего мира, по меньшей мере делая настроение неустойчивым, а оценку более пессимистической.

Более 60% самоубийц воспитываются в неполных семьях, а полные полны, простите за каламбур, явных и скрытых конфликтов. Матерям свойственны истерические (демонстративные), возбудимые черты характера. Отцы замкнуты, чудаковаты, жестоки, педантичны. Заинтересованность детьми - скорее формальная, без настоящего тепла и притяжения. Отчужденность от родительской семьи при одновременной тяге к эмоционально насыщенным, теплым, доверительным отношениям рано приводят к поиску тепла вне дома, стремлению «вырваться» из семейного окружения, отдавшись еще более сильной зависимости, нередко - с помощью психоактивных средств. При этом особенно опасна не «традиционная» (групповая, ритуальная), а одиночная форма злоупотребления.

Иными словами, роль опьянения заключается в создании и усилении условий, благоприятствующих реализации суицидных замыслов. При этом возможны три варианта. Первый - само по себе опьянение или абстиненция приводит к импульсивному, депрессивному или неосторожному самоубийству. Второй - потенциальные самоубийцы принимают психоактивные вещества для снятия нервно-психического напряжения либо как ритуал прощания с жизнью. При третьем варианте они принимаются еще до появления суицидных тенденций как способ «самоуспокоения», однако, вопреки ожидаемой эйфории и релаксации усугубляют дискомфорт до чувства полной безысходности. К тому же злоупотребление

психоактивными веществами само по себе делает человека источником множества конфликтов, замыкая «порочный круг».

Попытка специалистов составить психологический портрет подростка-самоубийцы, по данным журнала «Огонек», обернулась неожиданной картиной получения психологического портрета «усредненного тинейджера». Выходит, суицидальная готовность - неотъемлемая черта молодости? Увы, в сознании современного российского подростка нет однозначно негативного отношения к суициду. Есть сочувствие, сожаление, но нет возмущения и презрения. Возможно, пишут журналисты, нужно менять устойчивые, традиционные наивно-психологические мифы. Для этого растущим поколениям придется избавляться от убеждений, что страдание, боль и слабость - это некие достоинства и проявление духовной силы. Лучше рассматривать их как сигнал к необходимости свершения перемен, призыв к ответственности, росту и зрелости. В Великобритании до 1961 года суицидная попытка являлась уголовным преступлением, а завещание самоубийцы теряло юридическую силу. Это - просто стыдно. Возможно, поэтому до сих пор на «карте суицидов» туманный Альбион стоит особняком...

Профессионалы также подчеркивают эту необходимость перемен менталитета: «Есть аспекты жизни, традиционно излишне ярко выраженные в нашей культуре. Это стремление к страданиям, самобичеванию, низкая самооценка. Это магическое мышление и стремление доверить себя случаю. Необходимо обратить внимание на фундаментальные основы современной жизни, которые недостаточно представлены в нашей культуре. Это индивидуализм, здоровая конкуренция, высокая самооценка, переживание счастья и радости своих достижений; отношение к деньгам; положительное отношение к постоянному, ежедневному и кропотливому труду, заинтересованность и детальная проработка технологий достижения результата» (Макаров В.В., 1999).

Вместе с тем практика повседневности пока говорит нам о поверхностном, гипертрофированном введении в жизнь новых категорий с неистребимым «колоритом», «размахом» и соответствующими последствиями (чего стоит один ставший нарицательным образ «нового русского»!). И хотя мир не впервые проходит через мрачные периоды, решение проблемы самоубийств пока не внушает оптимизма. Мы не уберем хуже чем ничто с лица земли, ибо это - феномен биологический, в первую очередь. Но у нас есть все шансы сделать его немодным - как неграмотность или дурной запах изо рта...

Автор - **Сергей Зиновьев**

Что такое «хуже чем ничто», или Кто же склонен к суициду

Автор: admin

31.08.2011 23:13 - Обновлено 01.11.2014 09:40

[Источник](#)