

## ФАКТОРЫ, ВЛИЯЮЩИЕ НА ФОРМИРОВАНИЕ СУИЦИДАЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ

*Целесообразно классифицировать мотивы и поводы суицидальных поступков (в порядке последовательного уменьшения их удельного веса) на следующие группы.*

### **I. Лично-семейные конфликты:**

- 1) несправедливое отношение со стороны родственников и окружающих;
- 2) ревность, супружеская измена, развод;
- 3) потеря "значимого другого";
- 4) препятствие к удовлетворению актуальной потребности;
- 5) неудовлетворенность поведением и личными качествами "значимых других";
- 6) одиночество;
- 7) неудачная любовь;
- 8) недостаток внимания, заботы со стороны окружающих;
- 9) половая несостоятельность.

### **II. Состояние психического здоровья:**

- 1) реальные конфликты у здоровых лиц;
- 2) патологические мотивировки (обусловленные расстройствами психической деятельности).

### **III. Состояние физического здоровья:**

- 1) соматические заболевания, физические страдания;
- 2) уродства.

### **IV. Конфликты, связанные с антисоциальным поведением суицидента:**

- 1) опасение судебной ответственности;
- 2) боязнь иного наказания или позора;
- 3) самоосуждение за неблаговидный поступок.

### **V. Конфликт в профессиональной или учебной сфере:**

- 1) несостоятельность, неудачи на работе или в учебе, падение престижа;
- 2) несправедливые требования к исполнению профессиональных или учебных обязанностей.

### **VI. Материально-бытовые трудности.**

### **VII. Другие мотивы и поводы.**

Большая часть перечисленных мотивов и поводов побуждают учащихся подросткового и юношеского возраста к суицидальному поведению.

К числу наиболее частых причин суицидов среди подростков и юношества относятся следующие:

- потеря любимого человека;
- состояние переутомления;
- уязвленное чувство собственного достоинства;
- разрушение защитных механизмов личности в результате алкоголизма, наркомании и токсикомании;
- отождествление себя с человеком, совершившим самоубийство (этим частично объясняются "эпидемии самоубийств");
- различные аффективные реакции по другим поводам.

### **Признаки суицидального поведения**

**1. Уход в себя.** Стремление побыть наедине с собой естественно и нормально для каждого человека. Но будьте начеку, когда замкнутость, обособление становятся глубокими и длительными, когда человек уходит в себя, сторонится вчерашних друзей и товарищей.

**2. Капризность, привередливость.** Каждый из нас время от времени капризничает, хандрит. Это состояние может быть вызвано погодой, самочувствием, усталостью, служебными или семейными неурядицами и т. п. Но когда настроение человека чуть ли не ежедневно колеблется между возбуждением и упадком, налицо причины для тревоги.

Существуют веские свидетельства, что подобные эмоциональные колебания являются предвестниками суицида.

**3. Депрессия.** Это глубокий эмоциональный упадок, который у каждого человека проявляется по-своему. Некоторые люди становятся замкнутыми, уходят в себя, но при этом маскируют свои чувства настолько хорошо, что окружающие долго не замечают перемен в их поведении. Единственный путь в таких случаях - прямой и открытый разговор с человеком.

**4. Агрессивность.** Многим актам самоубийства предшествуют вспышки раздражения, гнева, ярости, жестокости к окружающим. Нередко подобные явления оказываются призывом суицидента обратить на него внимание, помочь ему. Однако подобный призыв обычно дает противоположный результат - неприязнь окружающих, их отчуждение от суицидента. Вместо понимания человек добивается осуждения со стороны товарищей.

**5. Нарушение аппетита.** Отсутствие его или, наоборот, ненормально повышенный аппетит тесно связаны с саморазрушающими мыслями и должны всегда рассматриваться как критерий потенциальной опасности.

**6. Раздача подарков окружающим.** Некоторые люди, планирующие суицид, предварительно раздают близким, друзьям свои вещи. Как показывает опыт, эта зловещая акция - прямой предвестник грядущего несчастья. В каждом таком случае рекомендуется серьезная и откровенная беседа для выяснения намерений потенциального суицидента.

**7. Психологическая травма.** Каждый человек имеет свой индивидуальный эмоциональный порог. К его слову может привести крупное эмоциональное потрясение или цепь мелких травмирующих переживаний, которые постепенно накапливаются. Расставание с родными, домом, привычным укладом жизни, столкновение со значительными физическими и моральными нагрузками, незнакомая обстановка и атмосфера могут показаться человеку трагедией его жизни. Если к этому добавляется развод родителей, смерть или несчастье с кем-либо из близких, личные невзгоды, у него могут возникнуть мысли и настроения, чреватые суицидом.

**8. Перемены в поведении.** Внезапные, неожиданные изменения в поведении человека должны стать предметом внимательного наблюдения. Когда сдержанный, немногословный, замкнутый человек неожиданно для окружающих начинает много шутить, смеяться, болтать, стоит присмотреться к нему. Такая перемена иногда свидетельствует о глубоко переживаемом одиночестве, которое человек стремится скрыть под маской веселья и беззаботности. Другим тревожным симптомом является снижение энергетического уровня, усиление пассивности, безразличие к общению, жизни.

**9. Угроза.** Любое высказанное стремление уйти из жизни должно восприниматься серьезно. Эти заявления можно интерпретировать как прямое предупреждение о готовящемся самоубийстве. В таких случаях нельзя допускать черствости, агрессивности к суициденту, которые только подтолкнут его к исполнению угрозы. Напротив, необходимо проявить выдержку, спокойствие, предложить ему помощь, консультацию у специалистов.

**10. Активная предварительная подготовка:** приобретение отравляющих веществ и лекарств, хранение боевых патронов, рисунки с гробами и крестами, разговоры о суициде как о легкой смерти, посещение кладбищ и красочные о них рассказы, частые разговоры о загробной жизни.

