

СХИЛЬНІСТЬ ДО СУЇЦИДУ ЯК ПСИХОЛОГІЧНИЙ ФЕНОМЕН

Чирва Н., студентка V курсу
СДПУ ім. А.С.Макаренка

Самогубство – проблема сучасного суспільства, яка являє собою відкритий прояв саморуйнівної поведінки людини. Суїцид (від лат. sui caedere – вбивати себе) – цілеспрямоване позбавлення себе життя, як правило, добровільне і самостійне (хоча бувають і випадки вимушеного самогубства, яке здійснюється за допомогою інших людей).

Проблема суїциду була актуальною у всі часи, але ставлення до неї впродовж століть було різне і багато в чому залежало від релігій та морально-етичних норм і традицій. Найдавніші самогубства – ритуальні: до них належать харакірі і саті (самоспалення індійських вдів). Ритуальні самогубства, як правило, були почесними, заохочувалися суспільством, а ухилення від них вважалося великою ганьбою. У країнах із сильними християнськими традиціями, навпаки, ставлення до самогубства до теперішнього часу є різко негативним. Християнство проголошує людину часткою Бога, а її душу безсмертною. Душа є часткою божественного в людині, тому їй не дозволено самостійно розпоряджатися душею, а отже і вчиняти самогубство. Самогубців навіть не ховають на кладовищах.

Причини суїцидальної поведінки складні й чисельні. На думку науковців, їх можна шукати в біологічних, генетичних, психологічних і соціальних сферах життя людини. Незважаючи на те, що люди зазвичай скоюють самогубство в екстремальних ситуаціях, таких, як розлучення, втрата роботи або навчання, смерть близької людини тощо, більшість експертів припускає, що це – скоріше привід для здійснення суїциду, а не його причина.

Переважаюча кількість досліджень підтверджує, що більшість самогубців страждають від депресії. Інші психічні хвороби, такі як біполярний розлад, шизофренія й тривожні розлади психіки також можуть сприяти суїцидальній поведінці.

Розглянемо біологічні та психологічні причини схильності до суїциду.

Біологічні причини. Дослідники, указуючи, що рівень суїцидальної поведінки вище в певних родинах, припускають, що

генетичні й соціальні фактори відіграють певну роль у підвищеному ризику суїциду. Деякі можуть успадковувати генетичну схильність до психічних хвороб, такі як шизофренію й алкоголізм, які, у свою чергу, збільшують ризик суїциду.

Психологічні причини. На початку ХХ століття австрійський психіатр Зігмунд Фрейд [2] створив першу психологічну теорію суїциду. В ній він підкреслив роль агресії спрямованої на самого себе, і вважав основною причиною суїцидальності порушення психосексуального розвитку особистості (Ерос та Танатос). Американський психіатр Карл Менінгер [1] детально розробив ідеї Фрейда. Він припустив, що всі суїциди мають у своїй основі три основні взаємозалежні несвідомі причини: помста/ненависть (бажання вбити), депресія/безнадійність (бажання вмерти) і почуття провини (бажання бути вбитим).

Вважається, що більшість суїцидів символізують крик про допомогу, а також є бажанням привернути увагу до своїх проблем.

Сучасні українські дослідники Шавровська Н., Гончаренко О., Мельникова І. [3] виділяють такі найбільш вагомні **мотиви** скоєння суїциду:

- *Пошук допомоги* – більшість людей, що думають про самогубство, не прагнуть вмирати. Самогубство розглядається, як спосіб одержати що-небудь (наприклад, увагу, любов, звільнення від проблем, від почуття безнадійності).
- *Безнадійність* – життя безглузде, а на майбутнє розраховувати не доводиться. Втрачені всі надії змінити життя на краще.
- *Множинні проблеми* – всі проблеми настільки глобальні й нерозв'язні, що людина не може сконцентруватися, щоб вирішити їх по одній.
- *Спроба зробити боляче іншій людині.* «Вони ще пошкодують!»
- *Спосіб розв'язання проблеми* – людина вважає, що, покінчивши з собою, унесе проблему з собою й полегшить життя своїй родині.

Про серйозність суїцидальних намірів, на думку цих вчених, говорить комбінація декількох **ознак**:

- *Приведення своїх справ в порядок* – роздача коштовних речей. Людина могла бути неохайною, і раптом починає приводити все в порядок. Робить останні приготування.

- *Прощання* - може прийняти форму вираження деяким людям подяки за допомогу в різний час життя.
- *Зовнішнє задоволення* - приплив енергії. Якщо рішення покінчити життя самогубством прийнято, а план складений, то думки на цю тему перестають мучити, з'являється надлишок енергії. Зовні людина розслабляється, і може здатися, що людина відмовилася від думки про самогубство. Стан припливу сил може бути не безпечнішим ніж глибока депресія.
- *Письмові вказівки* (у листах, записках, щоденнику).
- *Безсоння*.

Наступні **рекомендації** допоможуть налагодити контакт з людиною, схильною до самогубства, і, таким чином, попередити акт саморуйнування особистості.

1. Прийміть суїцидента як особистість.
2. Налагодьте турботливі стосунки.
3. Будьте уважним слухачем.
4. Не сперечайтесь.
5. Ставте питання.
6. Запропонуйте конструктивні підходи.
7. Вселяйте надію.
8. Не залишайте людину одну в ситуації високого суїцидального ризику.

Література:

1. Менінгер К. Війна з самим собою. – ЕКСМО, 1999 – 267с.
2. З. Фрейд. Печаль и меланхолия. Психология эмоций. Тексты /Под ред. В.К.Вилюнаса, Ю.Б.Гиппенрейтер. – М.: Изд-во Моск. ун-та, 1984
3. Шавровська Н., Гончаренко О, Мельникова І. „Суїцид - як соціально - психологічний феномен”//Психолог, жовтень, 2002, с.46-57.

Наук. кер. - Єрмакова Н.О., к. психол. н.