

УДК 159.9.07

**КОПИНГ-СТРАТЕГИИ ПОДРОСТКОВ-СУИЦИДЕНТОВ,
НАХОДЯЩИХСЯ В ИЗОЛЯЦИИ****Хох Ирина Рудольфовна**

канд. психол. наук
Башкирский государственный университет, Уфа
irinarudi@mail.ru

Аннотация. Исследуются способы совладающего поведения (копинги) и экзистенциальные отношения, приводящие к суицидальному поведению подростков, находящихся в условиях изоляции. Данные феномены рассматриваются как основа для дальнейшего психологического сопровождения несовершеннолетних правонарушителей в пенитенциарном учреждении.

Ключевые слова: суицидальное поведение; совладающее поведение (копинг); девиантное поведение; аутоагрессия.

**COPING BEHAVIOR STRATEGIES OF SUICIDE-PRONE
JUVENILES IN ISOLATION****Khokh Irina Rudolfovna**

candidate of psychological science
Bashkir State University, Ufa

Annotation. The article is focused on the research of coping behavior and existential relationship leading to suicidal behavior among juveniles in isolated conditions. The phenomena under study are regarded as a basis for further psychological escort for juvenile delinquents in the penitentiary.

Key words: suicidal behavior; coping behavior; deviant behavior; self-aggression.

В представленной статье суицидальное поведение традиционно рассматривается как форма девиантного поведения. Но данное поведение преломляется через фокус проблем одного из самых насыщенных кризисами периодов онтогенеза – подростковый возраст. Это совершенно особый жизненный отрезок в становлении личности, в ходе которого детские, упрощённые модели поведения эволюционируют в зрелые, осознанные паттерны взрослого человека. Таким личностным изменениям обычно сопутствуют разнообразные психологические проблемы, осознание которых бывает затруднено. Между тем, если процессы подростковой социализации прошли негармонично или были нарушены по тем или иным причинам, то дальнейшая канализация неразрешённых конфликтов в качестве психологического груза переносится на юношеский возраст и далее.

С.С. Гончаровой (1999) было замечено, что в юношеском возрасте существует ярко выраженная потребность в глубоком осознании логики происходящих событий собственной жизни, в создании ясной и целостной картины жизненного пути, особенно в связи с негативными событиями. Из-за быстроты изменений социальных условий жизнедеятельности, нестабильности современного мира юноши и девушки не могут в полной мере использовать накопленный опыт поколений, и вынуждены вырабатывать способы и стратегии преодоления проблем ситуационно, чаще противоречиво с предыдущим опытом. От того, какими эти способы и стратегии окажутся, – конструктивными или деструктивными, способствующими адаптации или препятствующими ей, – зависит дальнейшее развитие личности молодого человека, его психологическое здоровье и поведения в социуме.

Целью нашего исследования являлось изучение выработанных способов преобладающего поведения в конфликтных ситуациях и представлений таких категорий как «жизнь»/«смерть». В качестве экспериментальной группы выступали заключённые подростки мужского пола СИЗО г. Новосибирска, имеющие суицидальные попытки в анамнезе, а в

контрольную группу были включены подростки, содержащиеся в этом же учреждении, но не имеющие суицидальных попыток в прошлом опыте. Всего в исследовании приняли участие 43 человека. Отбор экспериментальной и контрольной групп осуществлялся под патронажем сотрудников психологической лаборатории указанного учреждения уголовно-исполнительной системы.

Такое сравнение двух групп подростков, находящихся в условиях изоляции в связи с совершёнными преступлениями, по своей сути представляет сравнение двух жизненных стратегий. В одной из них смерть, прерывание собственного существования оценивается как допустимое и реализуемое средство решения жизненных проблем, а для группы свойственны иные методы борьбы с трудностями.

Нами было проведено исследование, в котором мы выявили, какими способами совладания (копинг-стратегии) чаще пользуются суициденты, а какими подростки, у которых нет попыток суицида.

По результатам опросника «Способы преодоления негативных ситуаций» С.С. Гончаровой было получено, что в контрольной группе подростков, большая часть испытуемых использует, для преодоления негативных ситуаций, такие способы, как поиск поддержки и анализ проблемы, данные способы являются наиболее продуктивными при разрешении негативных ситуаций. Наименьшее число людей в данной группе, для преодоления негативных ситуаций, используют такие способы, как поиск виновных и повышение самооценки, являющиеся менее продуктивными и позитивными способами разрешения негативных ситуаций.

В группе подростков, имеющих суицидные попытки, отмечается преобладание такого способа преодоления негативной ситуации, как поиск виновных (25 % участников группы), также достаточно высоко выражены способы преодоления негативной ситуации, такие как анализ проблемы (23 % участников группы) и поиск поддержки (21 % участников группы). Меньше всего в этой группе используют способ для преодоления негативной ситуации, такой как повышение самооценки.

Проверка статистической значимости различий по статистическому критерию Манна-Уитни показала, тем не менее, что значимые отличия между группами имеются по шкале самообвинения. Отличия эти носят, можно сказать, неожиданный, возможно, артефактный характер: склонность к самообвинению больше выражена в контрольной группе заключённых подростков, то есть не совершавших суицидальных попыток.

На наш взгляд, разрешение такого внутреннего конфликта происходит за счёт обращения за психологической помощью и анализа проблем, что подтверждено практикой работы психологов лаборатории изолятора.

По остальным шкалам: анализ проблемы, поиск виноватых, повышение самооценки и поиск поддержки – высоко достоверных и интересующих нас, различий нет.

Способы преодоления негативной ситуации, согласно используемой методики, разделяются на внешние, которыми являются поиск виновных и поиск поддержки, и внутренние, которые включают шкалу анализ проблемы, самообвинение, повышение самооценки, а также делятся на позитивные, такие как анализ проблемы, повышение самооценки и поиск поддержки, и негативные, такие как самообвинение и поиск виновных. На следующем этапе анализа мы рассмотрели, какие способы используют респонденты в двух группах (подростки, в анамнезе которых отсутствовали суицидальные попытки и подростки, имевшие в анамнезе суицидальные попытки).

Отметим, что несовершеннолетние заключённые, не имеющие в анамнезе суицидальных попыток, в равной степени используют как внешние, так и внутренние способы преодоления негативных ситуации, а группа заключённых, имеющих суицидальные попытки, чаще используются внутренние способы преодоления негативных ситуаций. Статистической значимостью эти различия не обладают, однако мы можем говорить о существовании тенденции большей инструментальной оснащенности в применении способов совладания в контрольной группе по сравнению с экспериментальной.

Позитивные способы преодоления негативных ситуаций включают в себя: анализ проблемы, повышение самооценки, поиск поддержки. Негативные способы преодоления негативных ситуаций включают в себя: поиск виновных и самообвинение. В группе подростков, не имеющих суицидальных попыток, отмечается преобладание позитивных способов преодоления негативных ситуаций, а в группе подростков-суицидентов – преобладание негативных способов преодоления конфликтов. Данная закономерность подтверждена статистически.

Рассматриваемая нами склонность индивида к суицидальному поведению, как отмечалось выше, свидетельствует об общей авитальной направленности личности, когда смерть, прекращение собственной активности кажется желаемым выходом из негативных жизненных обстоятельств. В противоположность этому, отсутствие суицидальных тенденций говорит о положительной адаптации личности, и избрании ею более продуктивного пути разрешения трудностей, исключающего аутоагрессию. Это особенно важно для личности делинквентного подростка, у которого совершаемые нарушения закона на бессознательном уровне вызывают ощущение преступности и чувство вины, и могут приводить к самонаказанию, вплоть до аддиктивного поведения, разрушающего организм, и прямого суицида.

Выявленные нами особенности преодоления негативных ситуаций подростками-заключёнными позволяют сделать несколько выводов. В группе подростков, не имеющих суицидальных попыток, преобладают позитивные способы разрешения конфликтов. Они склонны обращаться за поддержкой к окружающим, умеют повышать самооценку за счёт акцента на прошлые успехи и достижения, проблемная ситуация у данных испытуемых рассматривается как шанс увидеть новые возможности, изменить жизненные установки, ценности, именно поэтому вероятность склонности к суициду у данных респондентов меньше, чем у представителей экспериментальной группы.

В группе испытуемых, имеющих суицидальные попытки, больше выражены негативные способы преодоления трудностей. Следовательно, данные респонденты в стрессовых ситуациях склонны на поведенческом уровне уходить от проблемы, отказываться исправлять сложившуюся ситуацию. Основная активность разворачивается во внутренних пессимистических переживаниях, либо отмечается склонность к выражению раздражения, злости и ярости, направленных на других. Такое поведение тем более опасно для личности в условиях тюремного заключения. Крайне тяжёлыми для образа «Я» человека оказывается заключение в одиночные камеры, карцеры, и в коллективе заключённых психологическая обстановка почти никогда не бывает позитивной для развития адаптивных качеств личности. Изоляция от окружающего мира, уход в свои переживания, мысли о том, что существование отныне потеряло всякий смысл, – всё это действительно может довести до отчаяния.

Неожиданным на первый взгляд показалась та закономерность, согласно которой в группе подростков-суицидентов отмечает более низкий уровень самообвинения по сравнению с контрольной группой. Традиционно в ситуации суицидальных намерений или попыток самоубийство воспринимается субъектом как акт самонаказания, его суть заключается в «протесте во внутреннем плане личности». Другими словами, возникает внутренний конфликт, когда «Я» разделяется и возникают «Я-судья» и «Я-подсудимый». Причём субъект может вынести себе приговор от имени «судьи» (сверху), совершить акт уничтожения в себе преступника, или же пойти на самоубийство, как акт искупления вины, тогда инициатива будет исходить от «подсудимого» (снизу).

Причина выявленных особенностей, очевидно, состоит в том, что исследуемая группа – подростки, а для этого возраста характерен демонстративно-шантажный суицид. Депривированную потребность личности в признании и заботе подросток пытается восполнить за счёт инсценированной попытки суицида на публике. Такой суицид всегда имеет своего адресата, зрителя и не подразумевает действительного прекра-

щения существования человека. Его цель состоит только в привлечении внимания к своей личности и изменении сложившейся структуры межличностных отношений. Этим, по-видимому, и объясняется показанная респондентами-суицидентами низкая тенденция к настоящему самообвинению. Для них ведущей является противоположная тенденция – обвинения других («вот покончу с собой, и все поймут, как были не правы мои родители, воспитателя, охрана»).

В процессе психодиагностического обследования была установлена также тенденция к преобладанию у подростков, склонных к суицидальному поведению, внутренних способов преодоления трудностей. В кризисной ситуации такие личности пасуют, пускают события на самотёк и погружаются в собственные болезненные переживания. Когда страдания становятся невыносимы, человек может решиться на суицид. Психологическим «лекарством» от такого развития события считается общение с близкими, получение искренней любви и принятия со стороны партнёров по общению, и ответное выражение чувств. Люди, склонные при появлении проблем просить о помощи окружающих, активно выражать своё состояние в общении, гораздо менее склонны к аутоагрессии. По статистике, жертвами суицидов чаще всего становятся одинокие люди, не вступавшие в брак или потерявшие своих супругов, сироты, пожилые люди, оставшиеся без родственников и друзей.

В ходе контент-анализа материала, полученного по методике «Незаконченные предложения» (модификация А. Кучера), нами определялись такие показатели, как тенденции «либидо» («эрос») – «мортидо» («танатос»), «отношение к себе – отношение к другим» и «отношение к прошлому – настоящему – будущему».

Обе группы респондентов в сумме показывают преобладание ответов, связанных со стремлением к жизни (например, «Я никогда больше не попаду в тюрьму»; «Больше всего я хочу выйти на свободу»). Одновременно с этим соотношение ответов из сфер «эроса» и «танатоса» в группах разное – больше выражено влечение к смерти и меньше к жизни – в группе

подростков, совершавших попытки суицида. Это различие, тем не менее, не имеет статистической значимости, и могут указывать лишь на некоторую тенденцию в самоотношении подростков, совершавших попытки суицида, и тех подростков, у которых их не было.

Было установлено, что в обеих группах осуждённых подростков преобладает стремление к жизни («эросу»), следовательно, у большинства из них психологическое состояние не имеет крайней патологической формы, нет угнетающе развитой депрессии. Однако ситуативно подобные состояния могут возникать. Кроме того, следует учесть, что методика «Незаконченных предложений» не позволяет провести совершенно объективный ассоциативный эксперимент: ответы респондентов может искажать стремление к социальной желательности. Часто в ответах подростков встречались словесные конструкции, свидетельствующие об отрицании личностных проблем или проявлении психологических защит (например, «Мне бы больше всего хотелось забыть... *ничего*»; «Моим скрытым желанием в жизни является... *нет*»).

Преобладающее стремление к жизни, а не к смерти, выявленное даже у подростков, имеющих в прошлом попытки суицида, подтверждает теорию о том, что суицидальное поведение в подростковом возрасте носит в большей мере шантажно-демонстративный характер и не подкреплено реальным желанием умереть. В этом случае, когда акт самоубийства совершается ради призыва, субъект стремится привлечь внимание извне к конкретной ситуации и, тем самым, способствовать изменению этой ситуации за счёт активизации воздействия привлечённых объектов. Позиция личности в данном случае не так активна, как в ситуации с протестом или мезтью.

Тем не менее, в группе подростков-суицидентов, влечение к смерти, авитальной активности выражено больше, чем в контрольной группе (29 % и 15 % соответственно) (пример ответа: «Больше всего мне бы хотелось в жизни... *пить <алкогольные напитки>*»).

Аддиктивное поведение, разрушающее физическое и психологическое здоровье человека, многими авторами относится к форме пассивного суицида. Следует заметить, что у заключённых образы «танатоса» романтизируются (как проявление смелости, а также силы духа – высших качеств человека), за счёт актов аутоагрессии происходит выделение из группы, демонстрация своего «Я». Иногда, начавшись с авитальных переживаний, развившихся у подростка вследствие психологического травмирования, суицидальное поведение закрепляется за счёт возникновения «негативной популярности» (сверстники и воспитатели активно обсуждают произошедшее между собой, превращая историю суицидальной попытки в своеобразную «легенду»).

Следующий критерий, с помощью которого оценивались поведенческие тенденции личности, был связан с преимущественной ориентацией человека на себя, либо на других людей в завершениях предложений, описывающих их жизнь. В обеих группах осуждённые подростки в большинстве ответов касались только себя («Больше всего в жизни мне бы хотелось... <делать> *что захочу*»). Упоминание других людей в завершении фраз встречались гораздо реже, причём особенно редко – в контрольной группе – подростков, не совершавших суицидальных попыток.

Такая тенденция является в целом предсказуемой для подростков – в этом возрасте позиция личности ещё достаточно эгоистичная и логика мышления основывается, прежде всего, на желаниях самого подростка. Тем не менее, столь выраженное отсутствие упоминаний о других людях в своей жизни может свидетельствовать об излишне отстранённой жизненной позиции индивида, низком уровне социальной эмоциональности. Друзья упоминались в ответах респондентов крайне редко, родители – как правило, с обвиняющей точки зрения («Больше всего меня волнует мысль о... *моей маме*»). Очевидно, можно говорить о сниженных коммуникативных навыках заключённых-подростков, многие из которых воспитывались в неполных семьях или вовсе являются сиротами. Привычка ориентироваться только на себя имеет определённое адаптационное значение в

условиях негативной социальной ситуации жизни, но и формирует жестокое и бесчувственное по отношению к другим людям поведение.

По результатам сравнения континуумов можно отметить, что у испытуемых, не имевших суицидальных попыток, в особенной степени преобладает отношение к себе, чем отношение к другим. Условия нахождения в СИЗО связаны с частой сменой контингента в камере и жизни в ожидании принятого решения судьёй, это требует от подозреваемого высокого уровня затрат психологических ресурсов. Подростки-суициденты, совершающие во время пребывания под стражей попытки самоубийства, переключаются на других людей, чтобы обратить на себя внимание, вызвать жалость, и таким образом улучшить собственную судьбу.

Оценивая временные ориентиры подростков, не имевших в анамнезе суицидальных попыток, мы увидели, что в первую очередь они направлены на будущее, затем на настоящее, и, в последнюю очередь, на прошлое время. В экспериментальной группе ориентированность на настоящее и будущее время почти совпадает (но всё же настоящее время в некоторой мере «актуальнее», «важнее»). Ориентированность на прошлое занимает последнее место, но выражена в целом в большей степени, чем у респондентов контрольной группы.

Таким образом, временные ориентации в ответах подростков, имевших и не имевших в анамнезе суицидальные попытки, заметно отличаются друг от друга (см. рисунок 1). С одной стороны, подростки в двух группах показали в своих ответах традиционную для их возраста преобладающую ориентированность на будущее время, вслед за ним – на настоящее, и меньше всего – на прошлое. Это связано со сложившейся картиной жизни молодых людей – большая часть жизни, по субъективным ощущениям, «ещё впереди». Направленность на будущее тем более выражена у подростков, отбывающих наказание в тюремном учреждении, так как современная их жизнь происходит в обеднённой и консервативной среде, а прошлое отягощено воспоминаниями о преступном поведении и последующем осуждении.

С другой стороны, между контрольной группой заключённых подростков и группой тех, чья память о себе отягощена опытом суицидальной попытки, существуют различия в выраженности временной направленности. Так, респонденты из контрольной группы чаще упоминают собственное будущее, фантазируют и описывают, как смогут реализовать себя, когда освободятся из мест тюремного заключения, строят планы на будущее, и главное верят в него, что указывает на психологический защитный механизм, который в ситуации изоляции является действенным против авитальных тенденций. Перспектива будущего для подростков-суицидентов гораздо более свёрнутая, и они меньше ориентированы на изменение жизненной ситуации в будущем, они слабо верят в изменения сложившейся неприятной ситуации, а живут «безрадостным» настоящим. Такой образ мышления уже может быть одним из признаков виктимности личности.

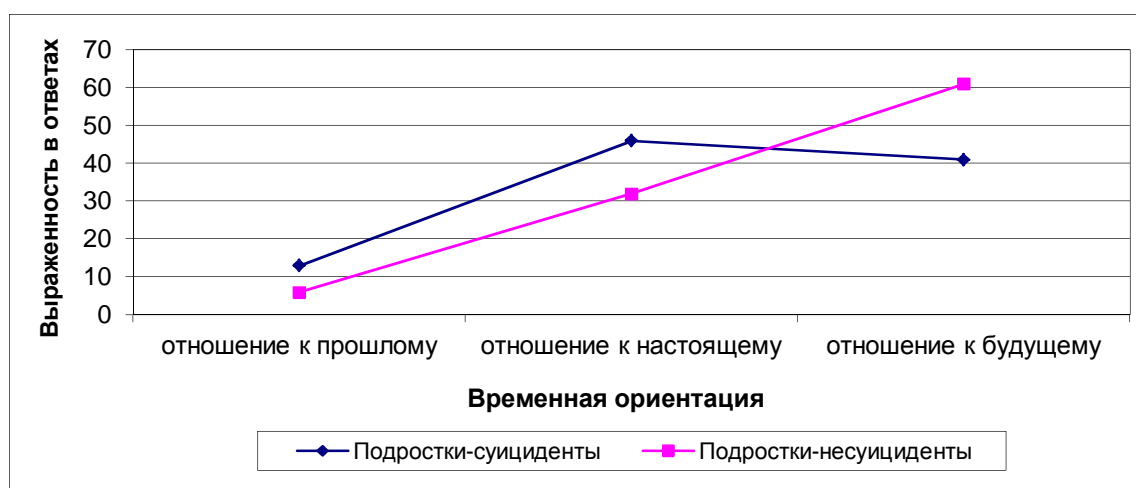


Рис. 1. Соотношение ориентированности на разные временные перспективы в ответах подростков

У экспериментальной группы – подростков, переживших попытку суицида, преобладает направленность на настоящее время, они не учитывают прошлый опыт и не надеются на будущее. Именно такое соотношение временных перспектив человека в стрессовой ситуации заставляет решиться на суицид на фоне острой аффективной реакции. Отношение к прошлому также больше выражено в группе подростков-

суицидентов, они чаще возвращаются к воспоминаниям, в большей мере негативным, переживают неприятности заново по типу «интеллектуальной жвачки», что может служить психологическим «курком» для суицидального действия.

Сама форма полученных кривых может демонстрировать перспективу жизненного развития более адаптированных подростков-заклѳченнѳх, и тех индивидов, кто готов поставить под угрозу собственное существование.

Таким образом, основными направлениями психологической помощи подросткам-суицидентам, находящимся в условиях изоляции могут быть выстраивание жизненной перспективы, переработка негативного жизненного опыта, как собственного ресурса и эмоциональная поддержка в позитивных проявлениях к людям, деятельности, к себе.

Список использованных источников

1. Амбрумова А.Г., Постовалова Л.И. Социально-психологические аспекты самоубийств в современном обществе // Обозрение психиатрии и медицинской психологии. Иркутск: Упрполиграфиздат, 2003. № 1. С. 26-38.
2. Бекетова И.И. Содержание работы педагога-психолога с подростками по развитию психологической устойчивости к кризисным ситуациям: автореф. дис. ...канд. психол. наук. Ставрополь: ПГЛУ, 2001. 23 с.
3. Гончарова С.С., Пергаменщик Л.А., Яковчук М.И. Преодоление психологических травм. Минск: НИО, 1999. 346 с.
4. Кучер А.А. Психотехники коррекции различных нарушений психологического статуса личности. Кемерово: КемГУ, 2003. 279 с.