

**З. Н. Шумилова**

Научный руководитель: А. А. Смык

Гомельский государственный университет имени Ф. Скорины,  
г. Гомель, Республика Беларусь

## **ЛИЧНОСТНЫЕ ФАКТОРЫ СУИЦИДАЛЬНОГО РИСКА СОВРЕМЕННЫХ ПОДРОСТКОВ**

*В статье рассматриваются теоретические аспекты особенностей суицидального поведения в подростковом возрасте; личностные факторы, которые могут повысить суицидальный риск у современных подростков. Рассматривается влияние таких характеристик личности, как наличие психических расстройств, недостаток социальной поддержки, низкая самооценка, стремление к самоизоляции и другие аспекты, которые могут способствовать возникновению суицидальных мыслей и поведения у подростков.*

*Ключевые слова: суицид, депрессия, суицидальные настроения, подростковый возраст, личностные факторы.*

**Z. N. Shumilova**

Scientific supervisor: A. A. Smyk

Francysk Skaryna Gomel State University,  
Gomel, Republic of Belarus

## **PERSONAL FACTORS OF SUICIDAL RISK IN MODERN ADOLESCENTS**

*The article examines the theoretical aspects of the characteristics of suicidal behavior in adolescence; personal factors that can increase the risk of suicide in modern adolescents. The influence of personality characteristics such as the presence of mental disorders, lack of social support, low self-esteem, the desire for self-isolation and other aspects that can contribute to the emergence of suicidal thoughts and behavior in adolescents is considered.*

*Keywords: suicide, depression, suicidal moods, adolescence, personal factors.*

Проблема суицидального поведения в современном обществе является достаточно актуальной. По данным Всемирной организации здравоохранения, приблизительно 20 % всех самоубийств в мире происходит среди подростков и детей. Среди факторов, влияющих на суицид данной возрастной группы основное место занимает их взаимодействие с социальной средой, отношения с родителями, сверстниками, учителями.

По Э. Дюркгейму, «самоубийство, суицид (от лат. *sui caedere* «убивать себя») – преднамеренное прекращение собственной жизни, как правило, самостоятельное и добровольное» [1, с 12]. Э. Дюркгейм впервые показал чёткую зависимость самоубийств от отношений отдельного человека с обществом. Риск самоубийства более вероятен при попадании человека в состояние одиночества, при потере общественных отношений.

Зачастую причинами суицидов среди подростков становится либо болезненное расставание (разрыв значимых отношений), либо проблемы внутри семьи (например, обострившийся конфликт с одним или несколькими членами её членами, что приводит к совершению самоубийства).

Современные суицидологи утверждают, что уровень самоубийств выше в развитых странах, нежели в развивающихся. Данный факт связан с тем, что люди всё больше и больше уходят в отчуждение, чувствуют одиночество и ненужность обществу. Рассматривая этот вопрос с глобальной точки зрения, выясняется, что его опосредуют более значительные аналитические причины. Все переживания и чувства отдельно взятого индивида связываются с его прошлым и детским периодами в жизни. Известно, что

в детском периоде человек изучает и познаёт окружающий мир, именно по этой причине болезненный опыт, полученный им в данный период, скажется на будущем. То есть, если в таком периоде ребёнок получил психологические травмы или у него было нарушено восприятие определённых вещей, это определённо повлияет на его будущую жизнь. В этом и заключается механизм формирования первичной травмы [2].

То утверждение, что значительная часть людей, совершивших самоубийство, не имеет психических заболеваний связан с различными подходами к изучению этого фактора. В случаях, когда проводилась психологическая аутопсия, диагностируемое психическое заболевание имеется у 90-95 % среди лиц, совершивших самоубийство. По данным ВОЗ, в процессе масштабного исследования, в котором участвовало более 100 тыс. человек из 21 страны, многие психические расстройства часто сопровождаются суицидальными наклонностями. Также важно влияние социо-экономического фактора. Например, к наиболее серьёзным предикторам попыток самоубийства в развитых странах относятся расстройства настроения. Расстройства настроения – это клинические состояния, которые характеризуются нарушенным или неустойчивым эмоциональным состоянием, а также изменениями в энергии, сне и поведении. В странах, которые развиваются, таким фактором является злоупотребление психоактивными веществами и посттравматическое стрессовое расстройство.

Депрессия является одним из самых значительных факторов суицидального риска [3]. Люди, страдающие от депрессии, имеют более высокую вероятность совершить попытку суицида по сравнению с общей популяцией. Симптомы депрессии могут включать пессимистические мысли, чувство бесполезности, отсутствие радости от жизни, потерю интереса к погружению в активности, изоляцию от других людей, нарушения сна и аппетита, а также суицидальные мысли или планы. У людей, имеющих депрессию, суицидальные мысли могут стать все более интенсивными и частыми. Депрессия усиливает суицидальные риски, поскольку затрудняет способность человека оценивать и видеть возможности будущего улучшения своего состояния. Однако важно отметить, что не все люди с депрессией делают попытки суицида. Но в любом случае, депрессию следует серьёзно воспринимать и искать подходящую медицинскую помощь.

Частым явлением среди подростков являются так называемые «суицидные настроения» – когда никаких попыток не совершалось, но подросток и дело говорит на тему самоубийства, что жизнь ужасна и что жить незачем. Бывает, суицидные настроения применяются, чтоб напугать родителей или других близких во время ссоры: «Я сброшусь с крыши, и вы пожалеете, что так плохо относились ко мне». Но и такие проявления не беспочвенны, ведь подросток, который никогда не думал о совершении таких действий или не допускал такой возможности, не станет говорить подобные вещи даже, чтоб припугнуть родителей или получить их внимание. В таких случаях, родителям стоит серьёзно задуматься об обстоятельствах в семье и взаимоотношениях между её членами.

Подростковый возраст – это долгий временной период, который характеризуется переходом из стадии детства в стадию взрослости. В данный период происходит ряд кардинальных физических изменений, личность формируется и интенсивно развивается.

Личностные особенности подросткового возраста являются значительными и сложными. Подростки проходят через фазу интенсивного физического, эмоционального и когнитивного развития, что приводит к новым вызовам и возможностям в их жизни.

В этом возрасте подростки начинают формировать свою собственную личность, идентифицировать свои интересы и ценности, а также развивать независимость от родителей. Они часто переживают периоды неуверенности в себе и поиска своего места в обществе.

Резко выраженные психологические особенности подросткового возраста, имеющие название «подростковый комплекс», проявляются в следующих чертах: эмоциональная неустойчивость, повышенная чувствительность к оценке окружающих внешности подростка, крайняя самонадеянность в отношении окружающих.

В этом возрасте мозг подростка также продолжает развиваться, что может влиять на его эмоциональную стабильность и способность регулировать свои эмоции. Полярность психики подростка может проявляться в быстрых сменах настроения и эмоциональных реакций, например, от эйфории и восторга к унынию и грусти.

В такой период важно помочь подросткам эффективно управлять своими эмоциями, предоставить поддержку и понимание, а также помогать им развивать навыки регуляции своих эмоций. Это может быть включение в занятия спортом или другую физическую активность, проведение времени с друзьями и близкими, обсуждение их эмоций и проблем, участие в терапии или консультации с психологом.

Особенности подросткового возраста можно разделить условно на три группы:

а) биологические, к которым относится пубертат (активация половых гормонов, гормонов гипофиза); активация надпочечников;

б) психологические – формирование собственной идентичности, функциональная активация мотивационной и эмоциональной систем;

в) социальные – приоритет общения занимают сверстники, происходит формирование независимости от родителей.

Социально-психологические факторы играют важную роль в возникновении суицидальных мыслей и поведения среди подростков. Многие подростки, находясь в процессе формирования своей личности, сталкиваются со сложностями и стрессом, которые могут привести к психологическим проблемам и депрессии.

Социальные факторы, такие как низкий социально-экономический статус, нестабильная семейная ситуация, отсутствие поддержки со стороны близких людей и друзей, школьное насилие или изоляция, могут быть основной причиной для развития суицидального поведения у подростков. Кроме того, данные факторы могут создавать негативное окружение, отрицательное самооценку чувство безысходности или отчужденности, что в свою очередь усиливает вероятность суицидального поведения.

Психологические факторы, такие как наличие депрессии, тревожности, низкой самооценки, чувства одиночества или потери жизненного смысла, также могут играть важную роль. Подростки, находящиеся в состоянии психологической уязвимости, часто испытывают трудности в общении, адаптации в обществе, что может приводить к чувству безнадежности и отчаяния.

Однако, помимо всего вышеперечисленного, следует сказать, что суицид является многофакторным явлением, и не во всех случаях причины суицида можно свести только к социально-психологическим факторам. Возникновение суицидальных мыслей и поведения подростков является сложным процессом, влияние которого оказывают множество других факторов, включая биологические, генетические и средовые.

Исследования показывают, что личностные особенности подростков могут быть обусловлены такими факторами, как наследственность, семейная среда, общение с ровесниками и сверстниками, а также стрессовые ситуации, с которыми они сталкиваются. Понимание этих факторов может помочь в разработке профилактических программ и интервенций, направленных на поддержку подростков с повышенным суицидальным риском.

В целом, изучение личностных особенностей, связанных с суицидальным риском современных подростков, играет важную роль в разработке эффективных стратегий предотвращения суицидальных поведений в этой уязвимой возрастной группе. Важно продолжать проводить более глубокие исследования в этой области, чтобы получить более полное понимание механизмов и факторов, влияющих на суицидальный риск подростков, и разработать целенаправленные меры для его снижения.

Необходимость профилактики суицидального поведения среди подростков неоспорима и требует всестороннего внимания со стороны общества, родителей, школы и медицинских специалистов. Раннее обнаружение и реагирование на предупреждающие признаки суицидального поведения – ключевой аспект профилактики.

### Список использованных источников

- 1 Дюркгейм, Э. Самоубийство: Социологический этюд / Э. Дюркгейм, пер, с фр. с сокр.; под ред. В. А. Базарова. – М. : Мысль, 2019. – 399 с.
- 2 Фрейд, З. Печаль и меланхолия / З. Фрейд / Психология эмоций: тексты / под ред. В. К. Вилюнаса, Ю. Б. Гиппенрейтер. – М. : Изд-во Моск. ун-та, 2017. – 215 с.
- 3 Казакова, Д. Ю. Проблема подросткового суицида в современной России. Фундаментальные и прикладные исследования: проблемы и результаты / Д. Ю. Казакова, В. А. Лapidус. – 2013. – С. 131–135.