

Морозова Ирина Станиславовна

доктор психологических наук, профессор,
заведующий кафедрой акмеологии и психологии
развития, директор Института образования
Кемеровского государственного университета

Белогай Ксения Николаевна

кандидат психологических наук,
доцент кафедры акмеологии и психологии развития
Кемеровского государственного университета

Евсеенкова Елена Вячеславовна

ассистент кафедры акмеологии
и психологии развития
Кемеровского государственного университета

**К ПРОБЛЕМЕ СИСТЕМАТИЗАЦИИ
ТЕОРЕТИЧЕСКИХ ПОДХОДОВ
К ИЗУЧЕНИЮ АУТОДЕСТРУКТИВНОГО
ПОВЕДЕНИЯ В ТРАДИЦИОННОЙ
И ПОСТНЕКЛАССИЧЕСКОЙ
ПСИХОЛОГИИ [1]**

Аннотация:

Проблема аутодеструктивного поведения является актуальной и важной как для России, так и для всего мирового сообщества, так как подобные проявления человеческой природы становятся все более массовыми. В России от самоубийства умирает больше людей, чем от убийства, ДТП, других внешних причин смерти. Обществу и государству необходимо вырабатывать конструктивное отношение, а также способы превенции подобного поведения, комплексной помощи и поддержки тем, кто находится в группе риска по аутодеструктивному поведению. Для более широкого понимания проблемы в числе прочего необходимо обращаться к зарубежному опыту. В статье кратко описаны зарубежные психологические подходы к проблеме аутодеструктивного поведения. Авторы останавливаются на понимании аутодеструктивного поведения в психоанализе (З. Фрейд, А. Адлер, К.Г. Юнг), когнитивно-бихевиоральном подходе (А. Бандура, А. Бек), гуманистической (К. Хорни, Э. Фромм, К. Роджерс, А. Маслоу) и экзистенциальной (В. Франкл) психологии, феноменологическом подходе (Э. Шнейдман, Н. Фаберу). Современные подходы к аутодеструктивному поведению предлагаются систематизировать на основе использования трех иерархических уровней анализа: макро-, мезо- и микроуровня. Приводятся примеры каждого из них. Систематизация традиционных и постнеклассических подходов к проблеме аутодеструктивного поведения позволяет определить факторы и механизмы возникновения паттернов аутодеструктивного поведения, описать возможные направления осуществления суицидальной превенции.

Ключевые слова:

саморазрушающее поведение, аутодеструктивное поведение, аутоагрессия, суицид, деструктивность, агрессия, традиционная наука, постнеклассическая наука.

Morozova Irina Stanislavovna

D.Phil. in Psychology, Professor,
Head of the Acmeology and Developmental Psychology
Department, Director, Institute of Education,
Kemerovo State University

Belogai Ksenia Nikolaevna

PhD in Psychology, Associate Professor,
Acmeology and Developmental Psychology Department,
Kemerovo State University

Evseenkova Elena Vyacheslavovna

Assistant Professor,
Acmeology and Developmental Psychology Department,
Kemerovo State University

**CONCERNING THE SYSTEMATIZATION
OF THEORETICAL APPROACHES
TO STUDYING SELF-DESTRUCTIVE
BEHAVIOR IN TRADITIONAL
AND POST-NON-CLASSICAL
PSYCHOLOGY [1]**

Summary:

The problem of self-destructive behavior is relevant and extremely important for Russia in particular and the international community in general due to the massive increase in such a behavior today. In Russia, suicide is a bigger killer than criminal, car accidents and other death causes. The society and state need to elaborate constructive attitudes as well as prevention strategies and provide comprehensive care and support for the groups at risk of self-destructive behavior. To make the problem more visible, it is necessary to analyze international practices in suicide prevention. The international approaches to discussing the self-destructive behavior are described. The authors assume the postulates about self-destruction in the psychoanalyses of such psychological scientists as S. Freud, A. Adler, C.G. Jung, the cognitive behavioral studies of A. Bandura, A. Beck, the humanistic psychology of K. Horney, E. Fromm, C. Rogers, A. Maslow, the existential psychology of V. Frankl, the phenomenological approach of E. Shneidman, N. Farberrow. Modern approaches to dealing with self-destruction are proposed to be systematized on the basis of three hierarchical levels of analysis: micro-level, meso-level and macro-level. Each of them is exemplified. The systematization of traditional and post-non-classical approaches to reviewing the problem of self-destructive behavior makes it possible to determine the factors and mechanisms for the patterns of self-destructive behavior and describe the possible areas of suicide prevention.

Keywords:

self-destructive behavior, self-aggression, suicide, destructiveness, aggression, traditional science, post-non-classical science.

Введение

Проблема аутодеструктивных проявлений поведения занимает особое место в науке. Такое поведение противоречит здравому смыслу и одному из основных инстинктов, заложенных в человеке, – инстинкту самосохранения. При этом результаты исследований, проведенных в течение последних двух веков, показывают, что с развитием цивилизации, возможностей человечества, улучшением качества жизни количество таких проявлений не только не уменьшается, но даже возрастает и они становятся все более массовым явлением [2].

На протяжении человеческой истории проблему аутодеструктивного поведения пытались решить представители разных социальных наук. В XIX в. Э. Дюркгейм публикует классический труд «Самоубийство: социологический этюд», в котором рассматривает социальные причины возникновения аутодеструкций и описывает возможные варианты поведения. В XX в. этот вопрос активно изучают представители таких наук, как биология, антропология, психиатрия, психология, генетика, медицина, правоведение и др. Это определяет сложность рассмотрения этой проблемы и одновременно возможность увидеть ее более объемно, с разных сторон, учитывая все аспекты человеческой природы.

Попытки описать, понять и объяснить природу аутодеструктивного поведения предпринимались в разных направлениях зарубежной психологии. Большое распространение аутодеструктивного поведения и суицида как крайней его формы целесообразно рассматривать как общемировую тенденцию. Именно поэтому сейчас актуален вопрос соотношения с отечественными практиками и дальнейшего применения тех результатов, которые были получены в этой области зарубежными коллегами.

Целью статьи является анализ и систематизация теоретических подходов к проблеме аутодеструктивного поведения в классической и современной психологии.

Обсуждение результатов исследования

Опираясь на точку зрения А.В. Ипатова, аутодеструктивным мы считаем любое поведение, в результате которого осознанно или неосознанно причиняется существенный вред себе, вплоть до самоубийства. В большинстве случаев к аутоагрессивному поведению относят: суицидальное, самоповреждающее, рискованное поведение, злоупотребление табаком, алкоголем, наркотиками, игроманию, интернет-зависимость, пренебрежение здоровьем и др. [3].

При этом к самоповреждающему поведению можно отнести следующие действия и проявления активности: нарушения пищевого поведения; увлечение татуировками, пирсингом; обкусывание и разрушение ногтей, выдергивание и поедание волос; щипание, порезы, царапанье кожи; расчесывание ран, язв, швов, родимых пятен; самоизбиение; самоожоги; неполное самоудушение; вывих суставов пальцев; кусание рук и других частей тела; злоупотребление алкоголем, лекарственными средствами и наркотиками; глотание несъедобных вещей [4, с. 71–72]. Все перечисленные формы поведения направлены на причинение себе вреда.

В западной психологии при изучении и описании данной проблемы для более дифференцированного подхода используются следующие понятия: self-destructive behavior – ‘аутодеструктивное, аутоагрессивное поведение’, self-injury – ‘самоущерб’, self-harm – ‘самовред’, self-inflicted violence – ‘причиненное себе насилие’, self-mutilation – ‘членовредительство’, ‘самоистязание’, ‘самоуродование’, self-injurious behavior – ‘самоповреждающее поведение’ [5].

Рассматривая теоретические подходы к аутодеструктивному поведению на этапе развития классической психологии и основываясь на критерии понимания природы человека, предлагаем условно разделить эти подходы на пессимистические, нейтральные и оптимистические.



Рисунок 1 – Подходы к аутодеструктивному поведению

Исследователи, условно отнесенные к первой группе, признают, что деструктивность заложена в самой природе человека. Т.Н. Городец называет это «пессимистическим» взглядом на человека и его биосоциальную сущность» [6, с. 165]. Здесь принимается, что человек изначально «деструктивен, зол, агрессивен, аморален».

Так, с точки зрения социал-дарвинистов, жизнь социума строится на принципах естественного отбора, борьбы за существование, как в животном мире [7].

К. Лоренц в своей работе «Агрессия, или Так называемое зло» доказывает, что агрессивные явления врожденные и инстинктивно обусловленные, объясняет необходимость агрессии как внешне-, так и внутривидовой для выживания вида в целом [8].

Подобный подход характерен и для психоанализа. С точки зрения З. Фрейда, движущей силой поведения человека является борьба двух инстинктов: Эроса – стремления к жизни и Танатоса – стремления к смерти. Именно Танатос проявляется в деструктивном поведении, агрессии. З. Фрейд подчеркивает, что эта агрессия может быть направлена как вовне, так и на самого себя. При нарушении равновесия между «инстинктом жизни» и «инстинктом смерти» последний может оказаться сильнее, и это может выражаться в антисоциальном поведении, самоповреждении и суициде. Динамика же внутренних конфликтов во многом зависит от раннего развития, и прежде всего от отношений с родителями [9].

К. Меннингер, развивая идеи Фрейда об аутодеструктивном поведении, в частности о суициде, выделяет три необходимые составляющие суицидального поведения, три желания: умереть, убить, быть убитым [10, с. 232]. Если сочетаются все три, велика вероятность суицида. В противном случае это могут быть другие формы аутодеструктивного поведения, целью которых будет не смерть, а запугивание, шантаж, получение некой, возможно неочевидной, выгоды от этого поведения [11].

В аналитической теории К.Г. Юнга огромное влияние на личность оказывают архетипические образы. В жизни человека реализуются те мотивы, сюжеты, которые исторически заложены в его психике и находят свое отражение в мифах, сказках, верованиях. Юнг полагал, что между сознанием и бессознательным существуют компенсаторные отношения и бессознательное всегда пытается дополнить до целого сознательную часть психики. Этот процесс имеет позитивное значение, направлен на выживание и развитие. Даже крайняя форма аутодеструктивного поведения – суицид – рассматривается здесь как попытка духовного перерождения, выхода на новый уровень развития [12].

Эти мотивы встречаются в религиях, мифах и сказках: перевоплощение, перерождение, воскрешение и др. Развитием этих идей занимаются последователи Юнга, например Дж. Хиллман [13]. Он предлагает смотреть на самоубийство не с точки зрения общества, медицины, а с позиции самого человека-суицидента и его души.

А. Адлер полагал, что большую роль в развитии личности играет «комплекс неполноценности». Он появляется в раннем детстве, и в течение всей своей жизни человек находится в поиске путей его преодоления. Если в этом поиске человек встречает непреодолимое препятствие, это приводит к кризисной ситуации, с которой может начаться «бегство к суициду». Суицид рассматривается и как акт мести, и как осуждение тех, кто виновен в чувстве неполноценности [14].

К. Хорни рассматривает аутодеструктивное поведение в тесной связи с невротическим конфликтом и базисной тревогой. Актуализация тревожности в невротической ситуации приводит к ощущению одиночества, беспомощности, враждебности. При этом автор подчеркивает, что разрушающие наклонности могут быть направлены в конфликтной ситуации не только вовне, но и на самого себя, что является причиной аутоагрессивного поведения.

Очень подробно данную проблему рассмотрел Э. Фромм в своей работе «Анатомия человеческой деструктивности». С точки зрения Э. Фромма, на деструктивность человека оказывают влияние социально-экономические и социокультурные факторы. Ученый предлагает делить агрессию на «доброкачественную» и «злокачественную» [15]. «Доброкачественная агрессия – это оборонительная агрессия, которая способствует биологическому выживанию индивида, рода; имеет биологические формы и затухает, как только исчезает опасность» [16, с. 17]. «Злокачественная агрессия, или деструктивность, биологически неадаптивна, присуща только человеку» [17]. Однако вопрос о собственно аутодеструктивном поведении Э. Фромм оставляет без внимания.

Для гуманистической психологии характерен более оптимистический взгляд на человека. Т. е. человек сам по себе «хороший», в нем изначально заложено стремление к саморазвитию, самореализации, самоактуализации. Именно оптимистический взгляд на человеческую природу лежит в основе интерпретации возможностей человека, в том числе относительно его поведения и отношения к самому себе.

Поэтому для К. Роджерса и А. Маслоу при рассмотрении вопросов аутодеструктивного поведения принципиальной становится проблема блокировки самоактуализации личности. Неадекватная самооценка, конфликты между стремлением к самоактуализации и другими потребностями (например, в безопасности, в принятии) становятся причиной проблем личности, которые в конечном итоге могут проявляться в аутодеструктивном поведении.

Феноменологический подход к пониманию аутодеструктивного поведения представлен работами Э. Шнейдмана и Н. Фабероу, чьи исследования являются ведущими в современной суицидологии.

Э. Шнейдман исследовал мифы в обществе относительно сущности суицида и возможных причин его осуществления. Автор выделил общие черты суицидов, описал особенности личности, обуславливающие суицидальное поведение, что нашло отражение в созданной им типологии индивидов: искатели смерти, инициаторы смерти, игроки со смертью и одобряющие смерть [18, с. 236].

Для понимания причин суицида Э. Шнейдман ввел понятие душевной боли, определяя ее как фактор, запускающий механизм саморазрушения и возникающий из-за фрустрации потребностей человека.

Э. Шнейдман и Н. Фабероу разработали метод психологической аутопсии, включающий анализ посмертных записок [19].

Значительно шире взглянул на проблему самоубийства Н. Фабероу, который создал свою концепцию саморазрушающего поведения человека. С его точки зрения, такие явления, как алкоголизм, наркомания, токсикомания, трудоголизм, склонность к риску, пренебрежение советами врача, и прочие проявления деструктивной активности являются, так же как и суицид, поведением, наносящим вред самому человеку и в перспективе способным его убить [20].

С точки зрения представителей бихевиорального и когнитивного подходов, сам по себе человек ни плох и ни хорош. Все дело в том, чему и как он научается в течение жизни.

А. Бандура предлагает рассматривать функционирование человека как продукт взаимодействия поведения, личностных факторов (вера, ожидание, самовосприятие) и влияния окружения (поощрение, наказание). Таким образом, определяя причины аутоагрессивного поведения, мы должны учитывать и личностные факторы, и условия окружающей среды.

Объясняя, почему люди себя наказывают, А. Бандура предполагает, что самонаказание позволяет снизить внутренний дискомфорт в случае, если человек тревожится и осуждает себя, когда нарушает свои внутренние нормы поведения. Рассматривая проблему оценки самооффективности, автор обращает внимание на внешние «воодушевляющие речи», которые способны повысить уровень самооценки. Они же, по мнению автора, запускают механизм самокритики. Чрезмерное самонаказание, если человеку присущи излишне строгие нормы самооценки, может приводить к хронической депрессии, апатии, ощущению никчемности и отсутствия цели. Такое самонаказание может стать причиной алкоголизма, наркомании и других форм аутодеструктивного поведения [21].

Представитель того же подхода А. Бек причиной аутоагрессивного поведения считает негибкое мышление («Жизнь ужасна, альтернатива ей только смерть...»), которое приводит к невозможности оптимального решения возникших проблем [22].

Р. Лазарус и Дж. Хейм выделяют конструктивные и деструктивные стратегии поведения человека в стрессовых и экстремальных ситуациях. Современные исследования показывают, что люди с аутодеструктивным поведением, как правило, используют малопродуктивные стратегии совладания со стрессом [23].

Все психологические подходы к проблеме аутодеструктивного поведения предполагают, что в каждом конкретном случае, говоря об отдельной личности, аутодеструктивное поведение можно предотвратить. При этом с позиции пессимистического подхода на уровне общества эти тенденции неистребимы. Если изменение и возможно, то настолько же медленно, насколько медленно идет эволюция вида.

Однако многолетняя мировая статистика свидетельствует о возможности добиться снижения уровня агрессивного, аутодеструктивного, суицидального поведения в обществе при определенных условиях. Например, ВОЗ, основываясь на этих данных, для сокращения количества суицидов рекомендует конкретные меры: ограничение доступа к средствам самоубийств, надлежащая профилактика и лечение депрессии, алкоголизма, наркомании и токсикомании, подготовка медицинского персонала, соблюдение определенных правил при освещении проблемы в СМИ.

Таким образом, психологические подходы к аутодеструктивному поведению, называя разные причины данного поведения, предполагают, что возможна его профилактика: либо в индивидуальной работе с человеком (З. Фрейд, А. Адлер, Дж. Хиллман и др.), либо за счет индивидуальной и групповой (семья, школьный коллектив) работы (Э. Шнейдман, Н. Фабероу и др.) и работы с обществом в целом, например в рамках эффективной национальной стратегии и практики предотвращения самоубийств (С. Плат, М. Резаян и др.).

Описывая современное состояние проблемы, считаем целесообразным остановиться на точке зрения В.С. Степина, который вводит три исторических типа рациональности и проводит параллель между данными типами и этапами развития науки. Автор выделяет классическую, неклассическую и постнеклассическую науку. Классическая и неклассическая наука характеризуются определенным типом рациональности, которые противопоставлены друг другу. Постнеклассическая наука, согласно В.С. Степину, исследует такое состояние знания, которое обеспечивает построение целостной картины мира, где разные типы рациональности не отрицают друг друга, а делят между собой сферы влияния [24].

Для психологических исследований факт перехода к постнеклассическому этапу развития науки определяется наличием интеграции знания, стремлением к взаимосогласованности теорий. Это означает, что в насыщенном информационными возможностями современном мире любая психологическая теория должна учитывать содержание других теорий. Проведенный анализ позволяет утверждать, что для постнеклассической науки характерно понимание того, что современное научное знание представляет собой различные варианты систематизации и необязательно каждое новое знание должно вписываться в существующее. Постнеклассицизм не отрицает наличие систем и системный характер устройства природы и общества. Речь идет, скорее, о том, что не для всякого нового знания можно выявить системные характеристики его взаимосвязи с существующим знанием, хотя, вероятно, такие взаимосвязи всегда существуют. Сетевой принцип организации знания придает науке открытость. Наука теперь рассматривается не как система, а как сеть, элементы которой могут свободно присоединяться и выходить из нее, не нарушая целостности сети.

Анализируя современные зарубежные подходы к изучению аутодеструктивного поведения, А.В. Ипатов делит их на три группы в зависимости от иерархического уровня анализа поведения: экологический подход (макроуровень), транзактный подход (мезоуровень) и регуляторные модели поведения (микроуровень) (рисунок 2).



Рисунок 2 – Схема уровневой модели анализа

Экологический подход рассматривает соотношение в системе «человек – социальная среда». Саморазрушение является следствием нарушения баланса в системе. Иными словами, причиной аутодеструктивного поведения являются неблагоприятные условия взросления, развития человека. Соответственно, профилактика должна быть сосредоточена на создании безопасной среды, работе с семьей, повышении качества жизни [25].

Транзактный подход основан на идее взаимодействия человека и социальной среды (Р. Лазарус, К. Накано, М. Селигман и др.). Здесь аутодеструктивное поведение рассматривается как своеобразный адаптационный механизм в ситуации стресса, проявляющийся при дефиците личностных ресурсов, каковыми выступают: активность, интеллект, волевые качества, информированность, навыки преодоления сложных ситуаций и пр. Соответственно, профилактические мероприятия должны быть сосредоточены на развитии этих ресурсов у личности [26].

Исследования мезоуровня направлены на выявление предикторов аутодеструктивного поведения, определение факторов риска, анализ механизмов поведения, которые человек использует в различных жизненных ситуациях, прогноз будущих суицидальных тенденций (Д.А. Джобс, И.М. Петерсон, Р.Ф. Девеллис, Дж. Грот-Марнат, К.Н. Нельсон, Д. Пентиук, В. Даунинг, К. Франчини и др.) [27].

В самом общем виде предикторы аутодеструктивного поведения представлены на рисунке 3.



Рисунок 3 – Схема предикторов аутодеструктивного поведения

Важнейшими предпосылками суицидального риска, с точки зрения Э. Шнейдмана, являются психологическая боль и агитация, а также безнадежность (А. Бек, Дж. Браун, Р.Дж. Берник, Б.Л. Стюарт) и самоненависть (Р.Ф. Баумайстер) [28]. Работы Э. Шнейдмана, представляющие суицидальные тенденции через понятие «шторма в голове», позволили разработать теорию ABC [29], описывающую суицид через изменения эмоциональной и когнитивной сферы личности, а также в поведении.

Уточнение этой модели привело к появлению модели суицидального барометра (SBM) (М.Дж. Крэл, И. Сакинофски), используемой для оценки суицидального риска. Данная модель основывается на эмпирических доказательствах того, что самоубийство является изменчивым состоянием, что имеет серьезные последствия как для текущего, так и для будущего личного риска суицида [30].

Г.С. Банников, Т.С. Павлова, К.А. Кошкин и А.В. Летова предлагают объединить существующие суицидальные риски в следующие группы: актуальные (безнадежность, одиночество, внутренняя напряженность) и потенциальные (личностные акцентуации, психологические характеристики семейного функционирования) [31]. И далее можно работать с ними в рамках регуляторного подхода, особенностью которого является попытка рассмотреть динамику взаимодействия личности и среды [32].

Д.А. Леонтьев, говоря о крайней форме аутодеструктивного поведения – суициде, обращает внимание на то, что большинство концепций данного поведения выделяют различные детерминанты, которые приводят к суициду [33]. Это особенности личности, особенности среды или взаимодействие особенностей личности и среды. Но, как правило, редко отмечается свобода выбора самой личности. Собственно сознательность и активность самой личности в построении своей жизни выпадает из анализа аутодеструктивного поведения. Возникает ощущение, что если мы создадим безопасную среду, займемся развитием личностных ресурсов, то проблема суицида исчезнет. Но опыт профилактической работы показывает, что это не так. Хотя следует отметить, что подобные меры способствуют снижению уровня суицидов.

В связи с этим можно выделить два крайних подхода к данной проблеме. С одной стороны, изучение биологической и генетической обусловленности данных видов поведения, с другой – экзистенциальная психология, предлагающая рассматривать человека как способного делать свободный выбор.

В.А. Розанов, делая подробный обзор исследований по проблеме генетической предрасположенности к суицидальным формам поведения, выделяет три уровня детерминации: 1) генетическая предрасположенность к определенным качествам (агрессия, депрессия, стресс-уязвимость и др.), 2) решающая роль ранних этапов развития и формирование «уязвимого фенотипа», 3) активная ковариация генов и среды. «Данные классической психогенетики говорят о том, что гены вносят существенный вклад в суицидальное поведение» [34, с. 3].

Для доказательства влияния генов на аутодеструктивное поведение человека проведены полномасштабные исследования в США, Дании, Швеции и других странах. Исследования касались людей разных возрастов: подростков, взрослых, пожилых людей [35].

Так, А. Рой, проведя исследование более чем 11 000 пациентов психиатрических клиник, показал, что совершение суицида биологическими родителями повышает риск суицидальной попытки у их детей при наличии у них различных психических расстройств, чаще всего аффективного расстройства [36].

Он же проводил исследование влияния генов и среды на суицидальное поведение, используя близнецовый метод. Было выявлено 176 близнецовых пар, где один из близнецов совершил суицид, из них 9 пар, где самоубийство совершили оба близнеца. 7 пар принадлежали к монозиготным парам (таких пар было 62) и только 2 пары – к дизиготным (из 114) [37].

В Швейцарии исследование проводилось среди родственников 83 951 лиц, совершивших суицид [38]. В Дании исследованы суицидальные настроения 5 483 приемных детей [39]. Все эти исследования говорят о том, что гены, семейная история вносят значительный вклад в суицидальное поведение человека.

Тем не менее генетики утверждают, что одной генетической предрасположенности к определенным формам поведения мало. Для формирования определенного фенотипа необходимы внешние, средовые условия. При этом последние данные показывают, что средовые факторы раннего детства «оставляют следы» в геноме, что сопровождается поведенческими последствиями и нарушениями психического здоровья. При переживании ранней психотравмы формируется приобретенная стресс-уязвимость, которая может не проявляться вплоть до первых жизненных трудностей в подростковом возрасте. Иными словами, даже при наличии генов уязвимости благополучно пройденный период детства позволяет обеспечить психическое здоровье человека [40].

В данном контексте важно отметить, что и у животных при определенных условиях могут наблюдаться проявления самоповреждающего поведения, аутоагрессии, в некоторых случаях заканчивающиеся смертью. Подобное поведение у животных встречается чаще всего вследствие фрустрации каких-либо потребностей или в контексте социального стресса [41].

Человек отличается от животных тем, что он свободно и осознанно имеет возможность выбрать смерть. Сама возможность самоубийства делает человека более свободным. Однако она противоположна мысли о том, что жизнь полна смысла при любых обстоятельствах. Суицид лишает человека возможности развиваться дальше, в том числе через опыт преодоления трудностей и переживания страдания. В случае суицида жизнь становится поражением. Именно в этом контексте – необходимости учитывать участие человека в выборе стратегии поведения – в последнее время за рубежом в суицидологических исследованиях активно применяется опросник «Причины жить». При этом личные регуляторы (осмысленность жизни, оптимизм) являются более значимыми по сравнению с культурным давлением или страхами [42].

Зарубежные исследования аутодеструктивного поведения, суицидального риска направлены не столько на создание обобщенной теории, сколько на конкретный результат. Как правило, они имеют четкую практическую направленность.

В период с 1994 по 2003 г. в Европе происходило снижение числа суицидов среди подростков. Это пытались объяснить и успехами программ суицидальной превенции, и усилением работы по предупреждению насилия в семье, и доступностью психологической и медицинской помощи, в том числе работой с депрессивными состояниями. Очевидно, все эти и ряд других направлений улучшают ситуацию с суицидами, однако достоверно доказать, что именно в большей степени способствовало данному снижению, так и не получилось, а с 2004 г. снова начался постепенный рост [43].

Сейчас в Европе реализуется порядка 13 различных программ по диагностике и профилактике суицидов среди различных возрастных групп, в том числе среди детей, подростков и молодежи. Это SEYLE («Сохранение и расширение жизненных возможностей подростков в Европе»), We-Stay (работа в Европе по борьбе с прогулами среди молодежи), Supreme (предотвращение самоубийств через интернет и продвижение в СМИ основ сохранения психического здоровья) [44].

Последние исследования убедительно доказывают, что профилактическую работу необходимо проводить не только с непосредственной группой риска, но и с группой «невидимого» или потенциального риска. Именно поэтому большинство подобных программ предполагают: специальную подготовку педагогов и школьного персонала, просвещение родителей, работу с деструктивными семьями, профилактику рискованного и девиантного поведения (в том числе различных форм аутодеструктивного поведения), информирование по вопросам психического здоровья и доступность психологической помощи.

Выводы

Систематизация теоретических подходов к изучению проблемы аутодеструктивного поведения позволяет обозначить признаки перехода от классического к постнеклассическому этапу развития психологической науки.

Классический и неклассический этапы характеризуются направленностью на самоукрепление статуса каждой из наук, постоянной борьбой за свое междисциплинарное положение, а также приоритетом получения практически полезных научных результатов в процессе решения методологических вопросов. Именно борьба психологии за право называться экспериментальной наукой вынудила ее в свое время отказаться от изучения субъективного опыта, к чему сегодня наука снова возвращается. В постнеклассический этап попытки защитить статус дисциплины любой ценой сменились более конструктивной тенденцией к критическому осмыслению своих достижений, постановкой методологических вопросов и попытками их решения в соответствующих исследованиях.

Проблема аутодеструктивного поведения человека становится мультидисциплинарной. Все более отчетливо прорисовывается необходимость интегрального подхода, который учитывал бы все детерминанты аутоагрессивного поведения и одновременно предполагал бы возможность выбора варианта поведения личностью.

Систематизация подходов обеспечивает комплексный характер изучения условий и факторов возникновения аутодеструкций и прогнозируемых паттернов аутодеструктивного поведения. К их числу отнесены: определенная генетическая предрасположенность к аутодеструктивному поведению; биологические предпосылки – обмен веществ, гормональный фон; условия раннего развития ребенка с формированием стресс-уязвимости; усиление социально-психологического стресса в обществе; периодически происходящие изменения в обществе. Но при этом не следует забывать, что человек свободен выбирать, как ему поступить. Человек строит свою жизнь согласно своим ценностям и смыслу, причинам жить. И в конечном итоге выбор «быть или не быть» всегда за ним.

Ссылки и примечания:

1. Работа выполнена при финансовой поддержке РФФИ в рамках научно-исследовательского проекта № 18-013-00210 А «Разработка стратегии суицидальной превенции в школе: комплексная оценка суицидальных тенденций, нечеткая модель, факторы риска развития, направления профилактики».
2. Горобец Т.Н. Сознание и аутодеструкция // Вестник Московской государственной академии делового администрирования. Серия: Философские, социальные и естественные науки. 2013. № 1 (19). С. 165–174.
3. Ипатов А.В. Психологические детерминанты аутодеструктивного поведения подростков и механизмы его коррекции : автореф. дис. ... д-ра психол. наук. СПб., 2017. 52 с.
4. Чуева Е.Н. Самоповреждающее поведение детей и подростков // Вестник КРАУНЦ. Гуманитарные науки. 2017. № 1 (29). С. 71–77.
5. Галкина Е.А., Дегтярев А.В. Отклоняющееся поведение и аутоагрессия у несовершеннолетних с модификациями тела [Электронный ресурс] // Психология и право. 2015. Т. 5, № 1. С. 90–107. URL: <http://psyjournals.ru/psyandlaw/2015/n1/76156.shtml> (дата обращения: 15.08.2018) ; Чуева Е.Н. Указ. соч.
6. Горобец Т.Н. Указ. соч. С. 165.
7. Там же.
8. Лоренц К. Агрессия, или Так называемое зло. М., 2017. 352 с.
9. Суицидология: прошлое и настоящее. Проблема самоубийства в трудах философов, социологов, психотерапевтов и в художественных текстах / сост. А.Н. Моховиков. М., 2013. 569 с.
10. Там же. С. 232.
11. Там же.
12. Там же.
13. Хиллман Дж. Самоубийство и душа. М., 2004. 272 с.
14. Суицидология: прошлое и настоящее ...
15. Трошина Н.В. Проблема деструктивности и агрессии: социально-философский аспект // Теория и практика общественного развития. 2014. № 9. С. 20–22.
16. Фромм Э. Анатомия человеческой деструктивности. М., 1994. 447 с.
17. Там же. С. 17.
18. Суицидология: прошлое и настоящее ... С. 236.
19. Там же.
20. Моховиков А.Н. Телефонное консультирование. М., 2001. 494 с.
21. Хьелл Л., Зиглер Д. Теории личности. 3-е изд. СПб., 2008. 607 с.
22. Цит. по: Руженков В.А., Руженкова В.В., Боева А.В. Концепции суицидального поведения // Суицидология. 2012. № 4 (9). С. 52–60.
23. Ипатов А.В. Указ. соч.
24. Степин В.С. Теоретическое знание: структура, историческая эволюция. М., 2000. 743 с.
25. Ипатов А.В. Указ. соч.
26. Там же.
27. Потенциальные и актуальные факторы риска развития суицидального поведения подростков (обзор литературы) / Г.С. Банников, Т.С. Павлова, К.А. Кошкин, А.В. Летова // Суицидология. 2015. № 4 (21). С. 21–32.
28. Там же.
29. Yamokoski C.A. ABC'S of Suicidology: The Role of Affect in Suicidal Behaviors and Cognitions : a dissertation presented to the graduate faculty of the University of Akron in partial fulfillment of the requirements for the degree Doctor of Philosophy. Akron, 2006. 176 p. ; Yamokoski C.A., Scheel K.R., Rogers J.R. The Role of Affect in Suicidal Thoughts and Behaviors // Suicide and Life-Threatening Behavior. 2011. Vol. 41, iss. 2. P. 160–170. <https://doi.org/10.1111/j.1943-278X.2011.00019.x>.
30. Тотаро С., Тоффол Е., Скорчо П. Предупреждение суицидов и интернет: риск и возможности // Суицидология. 2016. № 4 (25). С. 32–41.
31. Потенциальные и актуальные факторы ...
32. Ипатов А.В. Указ. соч.
33. Леонтьев Д.А. Экзистенциальный смысл суицида: жизнь как выбор // Московский психотерапевтический журнал. 2008. № 4 (59). С. 58–82.
34. Розанов В.А. Гены и суицидальное поведение // Суицидология. 2013. № 1 (10). С. 3–14.
35. Там же.
36. Roy A., Rylander G., Sarchiapone M. Genetic Studies of Suicidal Behavior // Psychiatric Clinics of North America. 1997. Vol. 20, iss. 3. P. 595–611. [https://doi.org/10.1016/S0193-953X\(05\)70332-4](https://doi.org/10.1016/S0193-953X(05)70332-4).
37. Suicide in Twins / A. Roy, N. Segal, B. Centerwall, C. Robinette // Archives of General Psychiatry. 1991. Vol. 48, iss. 1. P. 29–32. <https://doi.org/10.1001/archpsyc.1991.01810250031003>.
38. Familial Clustering of Suicide Risk: A Population Study of 11.4 Million Individuals / D. Tidemalm, B. Runeson, M. Waern, E. Carlström, P. Lichtenstein, N. Långström // Psychological Medicine. 2011. Vol. 41, iss. 12. P. 2527–2534. <https://doi.org/10.1017/S0033291711000833>.
39. Розанов В.А. Гены и суицидальное поведение.
40. Effects of Glucocorticoids on Gene Transcription / R. Hayashi, H. Wada, K. Ito, I.M. Adcock // European Journal of Pharmacology. 2004. Vol. 500, iss. 1–3. P. 51–62. <https://doi.org/10.1016/j.ejphar.2004.07.011> ; Kumar R, Thompson E.B. Gene Regulation by the Glucocorticoid Receptor: Structure:Function Relationship // Journal of Steroid Biochemistry and Molecular Biology. 2005. Vol. 94, iss. 5. P. 383–394. <https://doi.org/10.1016/j.jsbmb.2004.12.046> ; Labonte B., Turecki G. The Epigenetics of Suicide: Explaining the Biological Effect of Early Life Environmental Adversity // Archives of Suicide Research. 2010. Vol. 14, iss. 4. P. 291–310. <https://doi.org/10.1080/13811118.2010.524025>.
41. Розанов В.А. Эволюционно-этологические аспекты суицида // Суицидология. 2017. № 3 (28). С. 3–21.
42. Леонтьев Д.А. Указ. соч.
43. Суициды в России и Европе / под ред. Б.С. Положего. М., 2016. 212 с.
44. Там же.

References:

Bannikov, GS, Pavlova, TS, Koshkin, KA & Letov, AV 2015, 'Potential and relevant risk factors for development of suicidal

- behavior of adolescents (review of literature)', *Suitsidologiya*, no. 4 (21), pp. 21-32, (in Russian).
- Chueva, EN 2017, 'Self-injurious behavior of children and adolescents', *Vestnik KRAUNTS. Gumanitarnyye nauki*, no. 1 (29), pp. 71-77, (in Russian).
- Fromm, E 1994, *The anatomy of human destructiveness*, Moscow, 447 p., (in Russian).
- Galkina, EA & Degtyarev, AV 2015, 'Deviant behavior and self-aggression in adolescents with body modifications', *Psikhologiya i pravo*, vol. 5, no. 1, pp. 90-107, viewed 15 August 2018, <<http://psyjournals.ru/psyandlaw/2015/n1/76156.shtml>>, (in Russian).
- GOROBETS, TN 2013, 'Consciousness and self-destruction', *Vestnik Moskovskoy gosudarstvennoy akademii delovogo administrirovaniya. Seriya: Filosofskiy, sotsial'nyye i yestestvennyye nauki*, no. 1 (19), pp. 165-174, (in Russian).
- Hayashi, R, Wada, H, Ito, K & Adcock, IM 2004, 'Effects of Glucocorticoids on Gene Transcription', *European Journal of Pharmacology*, vol. 500, iss. 1-3, pp. 51-62. <https://doi.org/10.1016/j.ejphar.2004.07.011>.
- Hillman, J 2004, *Suicide and the soul*, Moscow, 272 p., (in Russian).
- Hjelle, L & Ziegler, D 2008, *Personality theories: basic assumptions, research, and applications*, 3rd ed., St. Petersburg, 607 p., (in Russian).
- Ipatov, AV 2017, *Psychological determinants of self-destructive behavior of adolescents and mechanisms for its correction*, D.Phil. thesis abstract, St. Petersburg, 52 p., (in Russian).
- Kumar, R & Thompson, EB 2005, 'Gene Regulation by the Glucocorticoid Receptor: Structure: Function Relationship', *Journal of Steroid Biochemistry and Molecular Biology*, vol. 94, iss. 5, pp. 383-394. <https://doi.org/10.1016/j.jsbmb.2004.12.046>.
- Labonte, B & Turecki, G 2010, 'The Epigenetics of Suicide: Explaining the Biological Effect of Early Life Environmental Adversity', *Archives of Suicide Research*, vol. 14, iss. 4, pp. 291-310. <https://doi.org/10.1080/13811118.2010.524025>.
- Leontyev, DA 2008, 'The existential meaning of suicide: life as a choice', *Moskovskiy psikhoterapevticheskiy zhurnal*, no. 4 (59), pp. 58-82, (in Russian).
- Lorenz, K 2017, *On aggression*, Moscow, 352 p.
- Mokhovikov, AN 2001, *Telephone counseling*, Moscow, 494 p., (in Russian).
- Mokhovikov, AN (comp.) 2013, *Suicidology: past and present. The problem of suicide in the writings of philosophers, sociologists, psychotherapists and in art texts*, Moscow, 569 p., (in Russian).
- Polozhy, BS (ed.) 2016, *Suicides in Russia and Europe*, Moscow, 212 p., (in Russian).
- Roy, A, Rylander, G & Sarchiapone, M 1997, 'Genetic Studies of Suicidal Behavior', *Psychiatric Clinics of North America*, vol. 20, iss. 3, pp. 595-611. [https://doi.org/10.1016/S0193-953X\(05\)70332-4](https://doi.org/10.1016/S0193-953X(05)70332-4).
- Roy, A, Segal, N, Centerwall, B & Robinette, C 1991, 'Suicide in Twins', *Archives of General Psychiatry*, vol. 48, iss. 1, pp. 29-32. <https://doi.org/10.1001/archpsyc.1991.01810250031003>.
- Rozanov, VA 2013, 'Genes and suicidal behavior', *Suitsidologiya*, no. 1 (10), pp. 3-14, (in Russian).
- Rozanov, VA 2017, 'Evolutionary and ethological aspects of suicide', *Suitsidologiya*, no. 3 (28), pp. 3-21, (in Russian).
- Ruzhenkov, VA, Ruzhenkova, VV & Boeva, AV 2012, 'Concepts of suicidal behavior', *Suitsidologiya*, no. 4 (9), pp. 52-60, (in Russian).
- Stepin, VS 2000, *Theoretical knowledge: structure, historical evolution*, Moscow, 743 p., (in Russian).
- Totaro, S, Toffol, E & Skochcho, P 2016, 'Prevention of suicides and the Internet: risk and opportunities', *Suitsidologiya*, no. 4 (25), pp. 32-41, (in Russian).
- Tidemalm, D, Runeson, B, Waern, M, Carlström, E, Lichtenstein, P & Långström, N 2011, 'Familial Clustering of Suicide Risk: A Population Study of 11.4 Million Individuals', *Psychological Medicine*, vol. 41, iss. 12, pp. 2527-2534. <https://doi.org/10.1017/S0033291711000833>.
- Troshina, NV 2014, 'The problem of destructiveness and aggression: social and philosophical aspect', *Teoriya i praktika obshchestvennogo razvitiya*, no. 9, pp. 20-22, (in Russian).
- Yamokoski, CA 2006, *ABC'S of Suicidology: The Role of Affect in Suicidal Behaviors and Cognitions: a dissertation presented to the graduate faculty of the University of Akron in partial fulfillment of the requirements for the degree Doctor of Philosophy*, Akron, 176 p.
- Yamokoski, CA, Scheel, KR & Rogers, JR 2011, 'The Role of Affect in Suicidal Thoughts and Behaviors', *Suicide and Life-Threatening Behavior*, vol. 41, iss. 2, pp. 160-170. <https://doi.org/10.1111/j.1943-278X.2011.00019.x>.