

Оглавление

ЧАСТЬ I. Несуицидальные самоповреждения и рискованное поведение

- Глава 1. Несуицидальные самоповреждения подростков:
распространенность, модели, гипотезы..... 8
- Глава 2. Несуицидальные самоповреждения подростков:
ключевые характеристики контингента..... 47
- Глава 3. Несуицидальные самоповреждения подростков:
непосредственные и косвенные проявления,
критерии диагностики 87
- Глава 4. Самоповреждения подростков и интернет:
кто виноват — что делать..... 118
- Глава 5. Несуицидальные самоповреждения у лиц
призывного возраста..... 141
- Глава 6. Влияние рискованного поведения на физическое
и психическое здоровье подростков..... 177

ЧАСТЬ II. Суицидальное поведение

- Глава 7. Современные модели суицидального поведения
в подростковом возрасте 195
- Глава 8. Суицидологический статус и воспитательные
паттерны у жертв буллинга 216
- Глава 9. Интернет и суицидальное поведение..... 225

Глава 10. Суицидологическая характеристика девушек, имеющих татуировки.....	244
Глава 11. Подростковые постгомицидные самоубийства.....	250
Глава 12. Преднамеренные самопорезы с суицидальной и несуйцидальной целью	262
Глава 13. Образ суицидента в представлениях педагогов-психологов и студентов	286

ЧАСТЬ III. Патогенетические и лечебно-профилактические аспекты

Глава 14. Нейропсихологические изменения подросткового возраста, которые могут влиять на рискованное и суицидальное поведение	299
Глава 15. Несуйцидальные самоповреждения как признак тяжести психологического состояния молодых суицидальных пациентов.....	315
Глава 16. Намеренные несуйцидальные самоповреждения подростков: поиск медицинской помощи	337
Глава 17. О возможных способах снижения уровня рискованного поведения среди подростков и его профилактики	362
Глава 18. Кризисная терапия и программы по предотвращению суицидов в подростково-юношеском возрасте	388
Глава 19. Вопросы психологической помощи и психокоррекционной работы при суицидальном поведении	417

Глава 20. Технология планирования безопасности с подростками в постсуицидальном периоде	426
Глава 21. Система суицидальной превенции: региональный опыт	437
Глава 22. Суицидология в подготовке медицинского профессионала	452
Информация об авторах.....	467

Часть I. Несуицидальные самоповреждения и рискованное поведение

Глава 1

Несуицидальные самоповреждения подростков: распространенность, модели, гипотезы

Е.Б. Любов, П.Б. Зотов

Счастье или несчастье человека в основном является делом его собственных рук.

Дж. Локк

Боль хочет, чтобы ее чувствовали.

Дж. Грин «Виноваты звезды»

Намеренное самоповреждение (deliberate self-harm; англицизм «селф-харм», или далее — СХ) сопровождает историю человечества [1].

Бесноватый «ночью и днем, в горах и гробах, кричал и бился о камни» (Мк.5:1-14), но излечен Иисусом.

Научный, клинический и общественный интерес к СХ вырос. Так, при использовании поискового слова «несуицидальное самоповреждение» в поисковой базе PubMed — более 25 000 источников за последние 10 лет.

Изучение СХ (подростков) — важная научно-практическая проблема в нескольких аспектах:

- 1) масштабов клинико-социального и экономического бремени для пациента, его близких, медицинских служб и общества в целом [2];

2) в свете лучшего понимания природы пагубного (рискованного) для здоровья поведения, включая злоупотребление психоактивных веществ (ПАВ);

3) суицидального поведения (СП) [3, 4].

Игнорирование психических расстройств в СХ и СП подростков чревато неблагоприятными последствиями по мере взросления: ухудшением физического и психического благополучия и ограничениями полноценной (качественной) жизни.

Метод. Глава написана на основе обзора литературы при выборочном поиске в PubMed, PsycINFO, Cochrane Library базах данных с особым вниманием к группам высокого риска, используя поисковые термины *adolesc*, *NSSI* (Non-Suicidal Self-Injury Assessment Tool), *self-harm*. Включены уместные русскоязычные исследования.

Определения

Всякая профессия — заговор против непосвященного (*Б. Шоу*).

Подростковый возраст — переходный период развития человека между детством и зрелостью. Согласно терминологии Фонда ООН в области народонаселения, подростки 10–19 лет (ранний подростковый возраст 10–14 лет; поздний подростковый возраст 15–19 лет) — каждый шестой землянин.

Обычно в литературе о СХ подростки (12–17 лет) и молодые (18–25 лет) формально разделены при обобщенной оценке [5].

Описание «психотипа» подростков традиционно иронично-нелицеприятно с тягой к морализаторству. Но важный общий смысл прослежен взрослыми веками: они — «другие».

Аристотелевы «пьяные без вина «подростки». ...обожают роскошь, у них плохие манеры и нет никакого уважения к авторитетам. ...выказывают неуважение к старшим, слоняются без дела и постоянно сплетничают. ...все время спорят с родителями, они постоянно вмешиваются в разговоры и привлекают к себе внимание, они прожорливы и тиранят учителей (*Сократ*).

Хотел бы я, чтобы между шестнадцатью и двадцатью годами не было никакого возраста или чтобы молодежь могла проспять это время; а то ведь в эти годы у них только и дела, что делать девкам детей, обирать стариков, воровать да драться (*У. Шекспир. «Зимняя сказка»*).

...Для подростка нормально вести себя достаточно длительное время несоответствующим и непредсказуемым образом; бороться с влечениями и в то же время принимать их, противостоять и поддаваться им; любить родителей и ненавидеть их, восставать против них и зависеть от них, глубоко стыдиться посвящать свою мать во все свои дела и жаждать разговора с ней по душам; успешно идентифицироваться с другими, пока идет неустанный поиск своей собственной идентичности; быть более идеалистичным, артистичным, искренним и бескорыстным, чем когда-либо в дальнейшем, но и наоборот, эгоистичным, самодовольным, расчетливым. Такие колебания между крайними противоположностями были бы расценены как стопроцентно патологические в любой другой период жизни... Эго индивида не прекращает экспериментировать (*А. Фрейд*).

Поколение «зет», 1996–2017 г.р., — самое разнообразное и многокультурное поколение; по самоописаниям, глобалисты с быстроменяющейся самоидентификацией, нарушители правил и технические аборигены: социальные медиа, технологии и киберзапугивание оказывают наибольшее влияние.

Поколение снежинок (Generation Snowflake) — ироничное обозначение поколения, взрослого вместе с XXI в.; подчеркивает уязвимость молодых и их уверенность в своей исключительности.

Детство и подростковый период признаны ВОЗ критическими этапами жизненного цикла, в ходе которых формируются закономерности поведения, предопределяющие текущее состояние здоровья и показатели здоровья в будущем [6].

Подростковый возраст — период значимых неврологических и биологических сдвигов, проблем учебы и работы, романтических отношений, роста ответственности и независимости.

Когда мне было четырнадцать лет, мой отец был так глуп, что я с трудом переносил его. Когда мне исполнился двадцать один, я был изумлен, как помнил старик за эти семь лет! (*М. Твен*).

В итоге кумуляции генетических, биологических, психиатрических, психосоциальных и культурных воздействий СХ приурочены к началу полового созревания [7].

Вероятно, сейчас я счастливее, чем прежде, и все же должен признать, что променял бы всего себя, такого, каким стал, на то, чтобы быть тобой, вечно несчастным, нервным, диким, недоумевающим и отчаявшимся 16-летним Стивенем. Злым, объатым тревогой и несуразным, но живым. Потому что ты умеешь чувствовать, а уметь чувствовать — важнее, чем то, как себя чувствуешь. Омертвление души — единственное непростительное преступление, а если счастье на что-то и способно, так это на то, чтобы замаскировать омертвление души (*Ст. Фрай*).

Противна молодость. Противна!

Признаем это объективно.

Она собой упоена,

Хотя не может ни хрена.

Она навязчива, болтлива,

Глупа, потлива, похотлива,

Смешна гарольдовым плащом

И вулканическим прыщом.

(*Д. Быков. «Прощай, молодость»*)

Разнообразные физические, эмоциональные и социальные изменения, в том числе воздействие факторов бедности, жестокого обращения или насилия, усиливают уязвимость подростков к развитию психических расстройств во взрослой жизни.

Как постичь великолепие и полноту юности, если все силы уходят на борьбу с ошибками, с лживыми догмами родителей и длинной вереницы предков? Разве главное земное предназначение молодости — бунтовать, разрушать, убивать? Разве для того дается молодость, чтобы приносить ее в жертву? А юные мечты?! Всегда ли их считать глупыми причудами возраста? Мечты — побег и почки воображения. Попробуйте задушить или исказить юношеские мечты, и вы уничтожите их творца. Там, где не было подлинной юности, невозможна подлинная зрелость... (*Г. Миллер. «Время убийц»*).

«Поколением снежинок» называли рожденных в странах золотого миллиарда после 1990 г. Самые большие хороводы снежинок в старших классах приличных школ. Беззаботные сытые снежинки (представили?) ненавидят насилие (так им кажется); превыше всего безопас-

ность (в том числе эмоциональная); обостренно чувствительны, мнительны и впечатлительны; не привычны к лишениям, тяжелому труду, грубому обращению; нетерпимы к оппонентам; видят историю чередой преступлений, от коих отрекаются (от мировой литературы тоже); убеждены в уникальности и высоко себя ценят; обладают ограниченной фантазией; при несовпадении представлений с реальной жизнью испытывают сильный стресс; охотно делятся интимными переживаниями; политкорректные левые детоцентристы с феминистскими взглядами, вегетарианцы; не терпят тишины и одиночества.

Историческая перспектива СХ

Несмертельные и преднамеренные формы СХ рассмотрены как попытки самоубийства, независимо от намерения добровольно умереть [8].

В дополнение к дискуссии о мотивации, ипостаси СХ привело к путанице.

Научить словам — не дать «знание вещей» (*У. Шекспир. «Буря»*).

Ничто так не враждебно точности суждения, как недостаточное различие (*Э. Берк*).

Термины «парасуицид» [9], «самоповреждения» (self-injury), СХ, «несмертельное преднамеренное самоповреждение» (non-fatal deliberate self-harm) использованы для СХ поведения, не влекущего смерти, независимо от намерения самоубийства. Однако вслед парасуициду нередко «истинное» СП. По определению ВОЗ (1982), парасуицид и суицидальная попытка (незавершенный суицид) синонимичны.

В отечественной суицидологии СХ рассматриваются в рамках аутоагрессивного поведения [10, 11]. Обобщающий термин СХ поведения — сознательные и неосознанные причинение себе несмертельного вреда телесному или психическому здоровью как разрушение или изменение *любых* тканей тела (самопорезы, самоотравление), *независимо от мотивов* или намерения умереть — связано с риском психических

расстройств, суицидального поведения (СП) и иных неблагоприятных последствий [12, 13, 14].

Широкое определение СХ включает несуицидальные СХ (нСХ) и суицидальные попытки [15]. Возможно, этиологически и функционально отличные друг от друга при существенном перехлесте [15] и поведенческое намерение в отношении самоубийства изменчиво [16, 17].

Большинство совершающих СХ не стремятся покончить с собой, и «попытка самоубийства» не применима к широкому спектру намерений, выражаемых сходным поведением [18].

Различают СХ-поведение *прямое*, когда телесные повреждения служат предполагаемой цели и *непрямое*, или *косвенное* [17].

Глава сосредоточена на прямом СХ, а именно, нСХ, но полезно обсудить косвенные формы СХ и рассмотреть, как они связаны с прямым.

Косвенное СХ-поведение [цит. по 19]

Клинический интерес восходит к 30-м годам XX в. Косвенный СХ включает действия, увеличивающие вероятность негативных последствий и/или уменьшающие шанс достижения позитивных [20], а потому определено, вслед психоаналитику К. Меннингеру, полагавшему «членовредительство» (self-mutilation) проявлением ослабленного желания смерти, частичного, или смягченного суицида [21] как «затяжное», «медленное» самоубийство.

Монтгомери Клифт (25 лет), один из первых секс-символов, после вечеринки врезался в столб. Сломал нос и челюсть, скула осталась парализованной. Пристрастился к болеутоляющим и спиртному. СХ актера названо «самым долгим суицидом в истории Голливуда» (умер через 20 лет).

Рембо был живым самоубийцей... Из соображений приличия он мог бы покончить счеты с жизнью в девятнадцать лет, но нет, он все тянул и тянул и, по прихоти, растратив жизнь впустую, сделал нас свидетелями живой смерти... В том, что он превратил успех в такое горькое поражение, и заключалось его торжество. Требовалась дьявольская смелость (пусть и неосознанная), дабы наглядно доказать это (*Г. Миллер. «Время убийц»*).

«Король Голливуда» К. Гейбл, не оправившийся годами после гибели жены, искал смерти летчиком, затем пил и носился на мотоцикле меж съемок, заявляя, что «не ищет смерти, а просто не хочет жить»*.

Осознанное намерение умереть и немедленный личный вред *не* служат ведущими мотиваторами поведения; физический вред и/или боль отставлены от самого поведения, но негативные последствия проявлены в краткосрочной и долгосрочной перспективах [18]. Налицо компромисс, когда некий риск травмы / вреда (возможно, отставленного и необязательного) известен и приемлем как побочный эффект при балансе с желаемыми преимуществами сиюминутного удовольствия [17].

...Стремясь к счастью — человек одновременно, невольно, вынужденно, стремится и к несчастью. Ну — побочный эффект, нежелательная, но обязательная нагрузка в магазине жизненных благ. Если так — то все просто: счастье обжорства — перевешивает несчастье ожирения, склероза, уродливой фигуры, преждевременных болезней и смерти. Счастье пьянства — сильнее несчастья нищеты. Счастье подвига — сильнее несчастья увечья (М. Веллер. «Все о жизни: Стремление к счастью»).

Косвенное СХ представляет спектр намеренных или неосознанных действий, вредных для физического или психического здоровья без стремления к добровольной смерти, как употребление психоактивных веществ (ПАВ); рискованное, делинквентное поведение; анозогнозия опасной телесной болезни [22, 23].

Среди склонных к самоубийству [цит. по 19] рядом с *искаателями смерти* с СП *игроки со смертью*, осознанно стремящиеся к неоправданному риску для жизни; *одобряющие смерть*, осознанно заявляющие о желании смерти без активных действий (видимо, антивитальное настроение).

У самой вершины западного пика лежит иссохший мерзлый труп леопарда. Что понадобилось леопарду на такой высоте, никто объяснить не может (Э. Хемингуэй. «Снега Килиманджаро»).

В субботу вечером словил кайф, напился и улегся на рельсы в ожидании одиннадцатичасового поезда, положив два больших куска цемента себе

* Созвучно: бывает, что не хочется жить, но это еще не значит, что хочется не жить (Ежи Лец).

на грудь и ноги, и поезд подъезжал все ближе и ближе. И он проехал по соседним рельсам рядом со мной вместо того, чтобы проехать по мне (*К. Кобейн*).

Рискованное (для здоровья) поведение — тип вредоносного поведения: вместо желаемого поведения (подросток) осознает высокую вероятность небольшого («а вдруг пронесет») вреда как злоупотребление ПАВ, совместное использование игл, незащищенный секс и промискуитет, участвует в приятном занятии без ожидания вреда (прыжки с тарзанкой).

Каждое следующее поколение находит свой способ сломать себе шею. Новое приключение. Не говоря уж о старом, испытанном — войне (*И. Шоу*: «*Вершина холма*»).

О, эти старания, жажда секундной славы! Мир был мал, человека четыре, пять... и в этом космосе клокотало наше вожделение: доказать. Нежная, сочащаяся, алая плоть детства. <...> Нас всех поразило безумие. Показалось, что ходить и даже бегать по барьеру невероятно легко... Тогда это началось: испытывать волю (*Ю. Трифонов*. «*Дом на Набережной*»).

Как и при нСХ, поведение может причинить физический вред и боль, но опасения подавлены, и первые не служат самоцелью поведения.

Врачи запретили Бродскому курить. Это его очень тяготило: выпить утром чашку кофе и не закурить?! Тогда и просыпаться незачем! (*С. Довлатов*. «*Соло на ундервуде*»).

Хотя — жить можно. Что херово —

курить подталкивает бес.

Не знаю, кто там Гончарова,

но сигарета — мой Дантес.

И. Бродский (три инфаркта и три пачки сигарет в день)

Однако курение, пьянство, зависимость от Сети и непреднамеренные травмы проявлены физическими (диарея, лихорадка, кашель и рвота) и психическими нарушениями [24].

Переживание опасности использовано (экстремалом) для самоуспокоения... когда игры со смертью выглядят как средство борьбы с разрушительной депрессией... Травматофилический процесс по-

добен токсикомании: оба способствуют регрессии в поведении и оба успокаивают... Соотношение между поиском страха и страдания и инстинктом самосохранения позволяет говорить о «перверсии» последнего. «Неонужда», вопреки инстинкту самосохранения обнаруживается как зависимость [25].

Доморощенный эгоцентрик, турист-экстремал «наказан» инфарктом (Н. Плотников. *«Маршрут Эдуарда Райнера»*).

Во второй половине XVIII в. юные девы, чрезмерно увлеченные «ампирной модой» в туниках, смоченных водой, смело выходили на холод и заболели чахоткой. *Journal de mode* в 1802 г., рекомендовал посетить Монмартское кладбище и посчитать жертв «нагой моды».

«Доброкачественный мазохизм», по аналогии с «доброкачественной агрессией» Э. Фромма [26], желание боли с осознанием, что она не вызовет серьезных повреждений.

Комплекс деструктивных страстей (садомазохизм) Фромм называет синдромом ненависти к жизни, за которой возможная хроническая депрессия.

Риск одного приключения дороже тысячи дней благополучия и комфорта (П. Козьмо. *«Вероника решает умереть»*).

Под сенью подсознательного «символического суицида» Э. Дюркгейма, отличающего намерение отказа от жизни и знания о возможных, но необязательных последствиях вредоносного поведения*, малолетние «адские водители» (автоциды — серая зона суицидальной статистики), перенимающих печальный опыт на дорогах: «каждый водит, как живет».

Дед — внуку: ругеров, зацеперов, трейсеров/паркурщиков... в мое время звали ласково — «дебилами» (*из глубин Сети*).

Для разрядки любезного читателя

Руки-ноги перегрызены, весь в шрамах, но не может жить без риска — с плеткой опять в клетку к диким зверям. Всем он известен: Куклачев (*из глубин Сети*).

* Картина жизни: кассиру — привычно-ерническое: «Мне ту синюю пачечку с раком легких».