

**ЖИЗНЕСТОЙКОСТЬ И ДИНАМИКА СУИЦИДАЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ  
МОЛОДЕЖИ  
RESILIENCE AND THE DYNAMICS OF SUICIDAL BEHAVIOUR AMONG  
YOUNG PEOPLE**

***Сагалакова Ольга Анатольевна,***

*кандидат психологических наук, доцент кафедры клинической психологии,  
ФГБОУ ВО «Алтайский государственный университет», Барнаул*

*E-mail: [olgasagalakova@mail.ru](mailto:olgasagalakova@mail.ru)*

***Труевцев Дмитрий Владимирович***

*кандидат психологических наук, заведующий кафедрой клинической психологии,  
ФГБОУ ВО «Алтайский государственный университет», Барнаул*

*E-mail: [truevtsev@gmail.com](mailto:truevtsev@gmail.com)*

***Sagalakova Olga Anatolyevna,***

*Candidate of Psychological Sciences, Assistant Professor of Clinical Psychology  
Department at Altai State University, Barnaul.*

***Truevtsev Dmitry Vladimirovich***

*Candidate of Psychological Sciences, Assistant Professor, Chairman of Department at  
Altai State University, Barnaul.*

**При поддержке РГНФ (15-16-22017)**

**Аннотация.** Статья посвящена исследованию взаимосвязи снижения ресурсов жизнестойкости и формирования антивитального и суицидального поведения. Антивитальные переживания, мысли и действия рассматриваются как основа формирования суицидального поведения молодежи.

**Abstract.** The article is devoted to the study of the relationship of reduction resilience resources and the formation of anti-vital and suicidal behavior. Anti-vital experiences, thoughts and actions are considered as the basis of the forming of the suicidal behavior of young people.

**Ключевые слова:** жизнестойкость, антивитальное и суицидальное поведение.

**Keywords:** resilience, anti-vital and suicidal behavior.

Риск саморазрушительной (антивитальной и суицидальной) активности сопряжен с ослаблением жизнестойкости. При снижении ресурсов жизнестойкости происходит закономерная эскалация динамики суицидального поведения, имеющая

в качестве начальных этапов – разные формы антивитаальных переживаний, мыслей и поступков. Жизнестойкость определяется как показатель потенциала навыков конструктивно справляться с кризисной жизненной ситуацией, способность к ее преобразованию, своевременной коррекции притязаний в ситуациях повышенных требований к возможностям в текущей ситуации. Жизнестойкость играет буферную (антисуицидальную) роль в ситуации повышенного влияния эмоций на деятельность и поведение [1-3, 5, 9].

Формирование жизнестойкости служит основой профилактики суицидального поведения и антивитаальных поступков через освоение навыков успешного преодоления психологических затруднений и фрустраций значимых мотивов, формирование способности к конструктивному разрешению задач и противоречий возрастного развития. Современная молодежь зачастую не умеет конструктивно справляться с субъективно экстремальными ситуациями, (ситуациями унижения и отвержения), с которыми практически каждый человек рано или поздно сталкивается. Необходимо расширять диапазон стратегий и конструктивных способов поведения в ситуациях стресса, давления, негативного оценивания и пр., в неоднозначных и конфликтных ситуациях коммуникации [1-3, 9, 10].

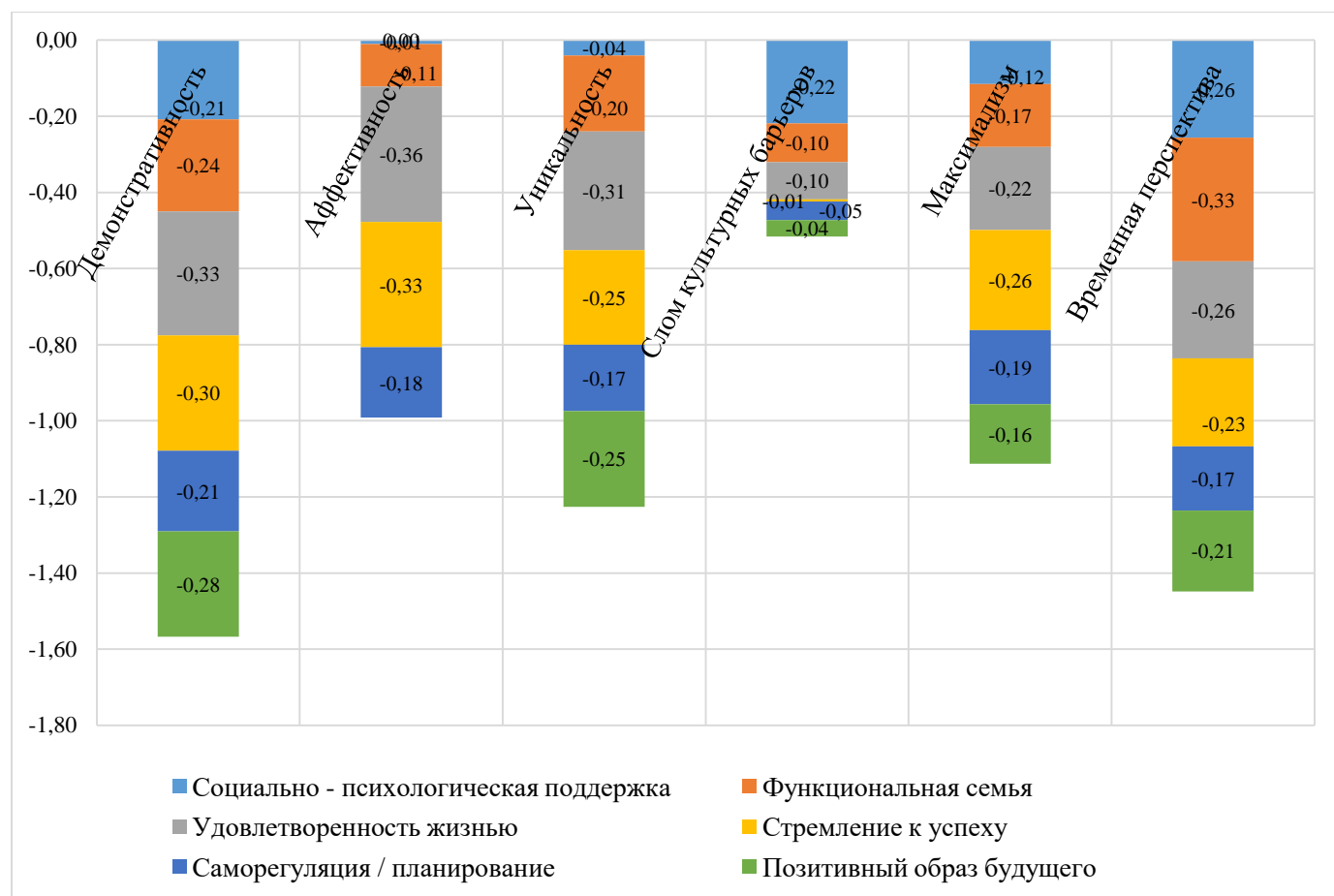
### **Материалы и методы**

В исследовании приняли участие 60 испытуемых (36 – девушки, 24 – юноши, возраст 18-22 лет). В исследовании использованы следующие опросники: 1) «Антивитаальности и Жизнестойкости» (Опросник АВиЖС) О.А. Сагалаковой, Д.В. Труевцева [6, 7]; 4) «Суицидального риска» А.Г. Шмелева (модификация Разуваевой Т.Н.) [4]. Методы математико-статистической обработки данных: корреляционный анализ Пирсона.

### **Результаты**

Анализ корреляционных связей отдельных шкал Опросника суицидального риска и шкал – параметров жизнестойкости показывает отрицательные взаимосвязи

данных показателей. Снижение показателей жизнестойкости приводит к росту ряда предикторов суицидального поведения, а именно: демонстративность как стремление привлечь внимание к затруднениям, своеобразный «крик о помощи»; аффективность как снижение опосредствования эмоционального реагирования; уникальность, выраженная в неспособности учитывать опыт и обобщать его на будущие и текущие ситуации; слом культурных барьеров, связанный с романтизацией суицида и культурными ценностями, оправдывающими суицидальное поведение; максимализм ценностей и установок с ригидностью и фиксацией на неуспехе; потеря временной перспективы, выраженная в затруднении планирования будущего и переживании беспомощности) (Рис. 1, Табл. 1).



**Рис. 1.** Корреляционный анализ шкал суицидального риска и параметров жизнестойкости (ось ординат – коэффициенты корреляции  $r$ ).

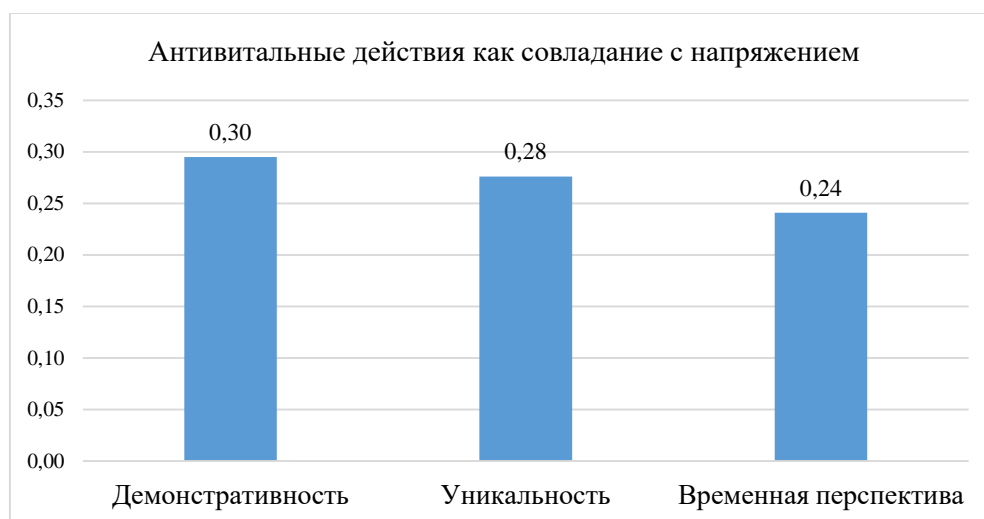
Снижение удовлетворенности жизнью, фрустрация стремления к успешной самореализации и субъективная недоступность позитивного образа будущего связана с повышением вероятности суицидальной направленности поведения, приводит к риску импульсивного, непосредственного поведения в ситуации стресса, радикального саморазрушительного поведения у лиц молодого возраста. Такая закономерность особенно выражена при нарушении социальной ситуации развития, фрустрации психологической безопасности в системе ближайших отношений [8].

**Таблица 1**

**Результаты корреляционного анализа параметров суицидального риска и жизнестойкости**

	Демонстративность	Аффективность	Уникальность	Слом культурных барьеров	Максимализм	Временная перспектива
$r > 0,2$ при $p < 0,06$ (статистическая тенденция); $r > 0,26$ при $p < 0,05$ ; $r > 0,35$ при $p < 0,01$ ; $r > 0,4$ при $p < 0,001$ .						
Социально - психологическая поддержка	<b>-0,21</b>	-0,01	-0,04	<b>-0,22</b>	-0,12	<b>-0,26</b>
Функциональная семья	<b>-0,24</b>	-0,11	<b>-0,20</b>	-0,10	-0,17	<b>-0,33</b>
Удовлетворенность жизнью	<b>-0,33</b>	<b>-0,36</b>	<b>-0,31</b>	-0,10	<b>-0,22</b>	<b>-0,26</b>
Стремление к успеху	<b>-0,30</b>	<b>-0,33</b>	<b>-0,25</b>	-0,01	<b>-0,26</b>	<b>-0,23</b>
Саморегуляция / планирование	<b>-0,21</b>	-0,18	-0,17	-0,05	-0,19	-0,17
Позитивный образ будущего	<b>-0,28</b>	<b>-0,30</b>	<b>-0,25</b>	-0,04	-0,16	<b>-0,21</b>

Актуализация антивитаальных мыслей (о потере смысла жизни, ухода из жизни, о смерти, собственной ненужности и безнадежности) и действия (готовность или опыт самоповреждающего, рискованного поведения) могут служить основой формирования суицидального поведения, выступать предиктором риска парасуицидальной и суицидальной активности молодежи.

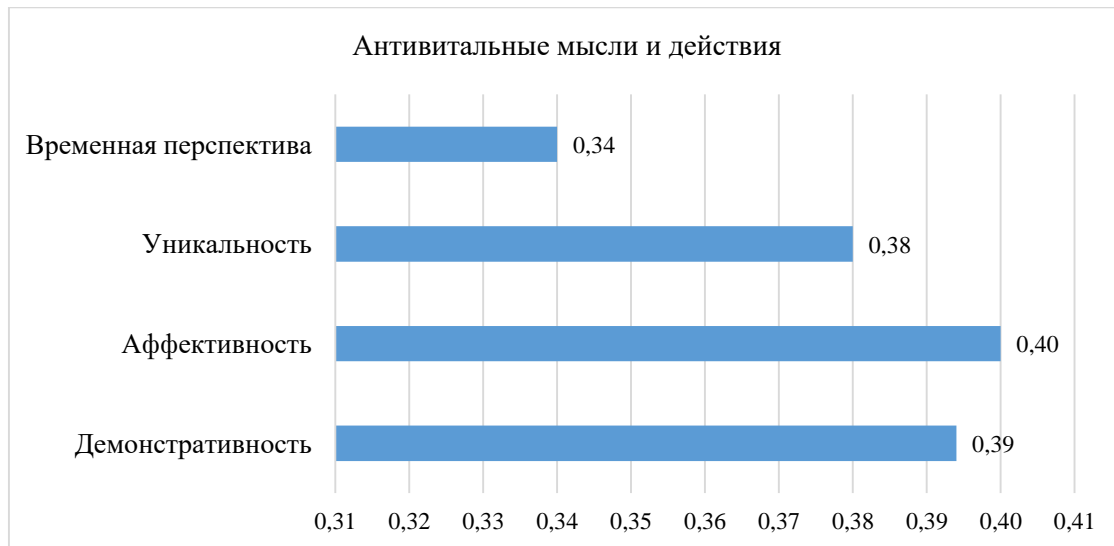


**Рис. 2.** Корреляционный анализ субшкалы опросника АВиЖС «антивитаальные действия как совладание с напряжением» и отдельных шкал опросника суицидального риска. (ось ординат – коэффициенты корреляции r).

Приведенные на Рис. 2 коэффициенты корреляции значимы при  $p < 0,01$ . Готовность совершать антивитаальные действия как дисфункциональный способ снятия аффективного напряжения (шкала АВиЖС) в виде рискованного и самоповреждающего поведения (самопорезы, самоотравления, др.), умышленного причинения себе физической боли и ущерба здоровью связана с повышением вероятности собственно суицидального поведения, в основе которого лежит непосредственное воздействие эмоций в субъективно стрессовых и кризисных ситуациях и системное накопление аффективного напряжения психической деятельности на фоне несформированного адаптивного стиля регуляции эмоций и поведения (Рис. 2).

Динамика суицидального поведения закономерно берет истоки из постепенно нарастающих антивитаальных переживаний и действий, пусть и не имеющих первоначального суицидального личностного смысла, но выступающих «репетицией» и основой развития антивитаального вектора поведения. Антивитаальные действия могут выступать промежуточным этапом при формировании суицидального поведения (например, внешне импульсивного

суицидального поступка как феномен «последней капли» в результате накопленного аффективного напряжения и невозможности с ним совладать).



**Рис. 3.** Корреляционный анализ шкалы опросника АВиЖС «антивитальные мысли и действия» и отдельных шкал опросника суицидального риска. (ось ординат – коэффициенты корреляции  $r$ ).

Приведенные на Рис. 3 коэффициенты корреляции ( $r$ ) значимы при  $p < 0,001$ . Антивитальные мысли и готовность к «репетиционным» антивитальным действиям, первоначально могущим не иметь суицидальной смысловой основы антивитальной деятельности, связаны с риском суицидальной активности молодежи. Шкала «антивитальные переживания» значимо взаимосвязана с параметром суицидального риска «аффективность» ( $r = 0,28$ ,  $p < 0,05$ ). Снижение опосредствования и регуляции эмоций, утрата когнитивного управления над эмоциями сопровождается переживаниями утраты смысла жизни, беспомощностью и безнадежностью.

Снижение составляющих жизнестокости провоцирует риск суицидального и антивитального поведения, при этом начальные этапы антивитального вектора активности, связанные с переживанием потери смысла жизни, ненужности другим,

фрустрацией значимых социальных мотивов и негативным прогнозированием будущего, служат основой нарастания декомпенсации данных переживаний и трансформации их в истинные суицидальные мотивы. В связи с этим становится очевидным, что психологическая работа по профилактике антивиталяного поведения должна быть связана с формированием ресурсов жизнестойкости личности, расширением диапазона данных ресурсов и формированием зрелых компенсаторных стратегий, способов преодоления трудных жизненных ситуаций, стиля саморегуляции и опосредствования эмоций в ситуациях их повышенного влияния на деятельность.

### **Список литературы:**

1. Борисов И.В. Борисов И.В., Гладышева А.Г., Любов Е.Б., Гладышева А.Г., Любов Е.Б. Онтологический взгляд: суицидальное поведение и феномен жизнестойкости // Суицидология. - 2013. - Т. 4, № 2. - С. 35-44.
2. Борисов И.В., Любов Е.Б. Диагностика и экзистенциальная психотерапия суицидального поведения [Электронный ресурс] // Медицинская психология в России: электрон. науч. журн. 2013. N 2 (19). URL: <http://medpsy.ru> (дата обращения: 26.01.2017).
3. Ковалев В.В., Амбрумова А.Г., Тихоненко В.А. Диагностика суицидального поведения. Методические рекомендации. М.: Мин.здрав. РСФСР, Московский НИИ психиатрии МЗ РСФСР, 1980. 55 с.
4. Методические рекомендации по диагностике суицидального поведения / Сост. Т.Н. Гуренкова, О.Ю. Голубева, А.А. Тарасова. - М., 2009. - 108 с.
5. Рассказова Е. И., Леонтьев Д. А. Жизнестойкость как составляющая личностного потенциала // В кн.: Личностный потенциал: структура и диагностика / Науч. ред.: Д. А. Леонтьев. - М. : Смысл, 2011. - С. 178-209.

6. Сагалакова О.А., Труевцев Д.В. Опросник антивитальности и жизнестойкости // Медицинская психология в России: электрон. науч. журн. 2017. N 2(43). С. 2 [Электронный ресурс]. URL: <http://mprj.ru> (в печати).

7. Сагалакова О.А., Труевцев Д.В., Сагалаков А.М. Нарушение когнитивной регуляции социальной тревоги при антивитальном поведении (монография). - Томск: Изд-во Томск.ун-та, 2016.

8. Сагалакова О.А., Труевцев Д.В., Стоянова И.Я., Терехина О.В., Шухлова Ю.А. Социальная тревога в подростковом и юношеском возрасте в контексте психологической безопасности // Вопр. психол. - 2016. - № 6. - С. 63-75.

9. Чистопольская К.А., Ениколопов С.Н. Отношение к смерти после попытки самоубийства: стигматизация и самостигматизация суицидальных пациентов // Вестник психиатрии и психологии Чувашии. - 2015. - Т. 11, № 1. - С. 8-20.

10. Sagalakova, O.A., Truevtsev, D.V., & Sagalakov, A.M. (2016) Cognitive and perceptual selectivity and target regulation of mental activity in personal evaluation situations of social anxiety disorder // International Journal of Environmental and Science Education. N 11 (12). P. 5049-5057.