

## **В 1993 г. ЧИСЛО САМОУБИЙСТВ ВОЗРОСЛО НА 18. 0 самоубийцах**

Нет людей, застрахованных от самоубийства. Мысли о сознательном уходе посещают сильных и слабых, умных и дураков, добрых и злых. Лекарства от самоубийств есть. Нет панацеи. Что толкает человека на последний в жизни выбор? Об этом беседа нашего корреспондента С. ОСИПОВА с руководителем Всероссийского научно- методического суицидологического центра профессором А. Г. АМБРУМОВОЙ.

ПРИМЕРНО 25% самоубийств совершают психические больные. Столько же приходится на долю совершенно здоровых в психическом отношении людей. Остальные 50% самоубийц относятся к "размытой" группе пограничных нервно-психических состояний.

Причины самоубийств кроются в социальной и психологической дезадаптации человека в условиях неразрешенного конфликта: с детьми или родителями, близким человеком, с государством или с самим собой...

Число самоубийств растет нынче во всем мире. Это неизбежная расплата за блага технического прогресса во всех его проявлениях: индустриализация, урбанизация, дьявольское ускорение темпа жизни, осложнение человеческих взаимоотношений. И, конечно же, главное проклятие нашего времени - бездуховность.

Из факторов, препятствующих самоубийствам, на первом месте стоят сложившиеся в обществе традиции уважения к личности, религиозные нормы. Важна, конечно, и позиция государства, но здесь нельзя перегибать палку: совсем недавно в СССР на полном серьезе и на самом высоком уровне было принято считать, что этот "пережиток прошлого" для строителя социалистического общества нехарактерен, а посему совершавших суицидальные попытки старались причислить к лицам с психической патологией. Нашему суицидологическому центру пришлось приложить немало усилий, чтобы добиться хотя бы того, чтобы неудавшихся самоубийц перестали увольнять с работы.

- Парадокс: суицидологическая служба отстаивает право личности на самоубийство?

- Добровольный уход из жизни - явление безусловно негативное, и с ним нужно бороться. Но не обсуждениями на собраниях. Самоубийство, с одной стороны, - действие сугубо индивидуальное. Но каждый человек живет в социуме. Видимо, что-то в окружающей действительности подталкивает его к последнему выходу. Что? В первую очередь - неблагополучие жизни, которое складывается из неблагополучия в социальной, политической, экономической областях. Все это уже само по себе создает условия для возникновения психологического кризиса, а это - преддверие самоубийства.

- Да, но если бы все вешались от этого самого "неблагополучия"...

- Каждый сталкивается в жизни с разнообразными стрессами: личный разлад, измены, предательства, смерти. Реакция на них может быть разной: одни преодолевают трудности благодаря своему опыту - это конструктивный выход из кризиса. У других собственного жизненного опыта может не хватить. Тогда в действие могут вступить деструктивные механизмы человеческой личности. В итоге - суицидальная попытка, способ разрешить свои трудности не поборов, а уйдя.

### **ПРИМЕТЫ ВРЕМЕНИ**

- Сейчас у нас, похоже, одна большая потенциальная причина для самоубийств: старый уклад жизни сломали, а то, что пока существует вместо нового, выглядит не слишком привлекательно...

- Наше общество переживает сейчас очень рискованный период. После начала перестройки появилась надежда на лучшее, и люди были готовы пойти на временное (пусть даже существенное) снижение уровня жизни. Мы назвали это явление "синдромом выживания", когда организм временно мобилизует все внутренние ресурсы с единственной целью - выжить.

Но сейчас мне как специалисту кажется, что силы у наименее социально защищенной и одновременно наименее психически устойчивой части общества - студентов, инвалидов и пенсионеров - стали иссякать. Уже сейчас в этих социальных группах мы наблюдаем рост числа самоубийств.

Появились и другие, новые для нас причины. Например, самоубийство одного из супругов из-за разрыва межнациональных браков. Вернулось и старое - самоубийство из-за проигрыша в рулетку, из-за коммерческого краха и проч.

1994 год, видимо, будет озаглавлен еще большим количеством самоубийств. Ведь, по статистике Госкомстата, за 8 месяцев 1993 года мы превзошли весь предыдущий год: 40 - 45 случаев на 100 тыс. населения! Север, Зауралье, Удмуртия, Марийская республика дают до 50 случаев. В крупнейших городах России - Москве, Санкт-Петербурге, Нижнем Новгороде - также зафиксирован рост числа самоубийств: 20 - 22 на 100 тыс. населения. Между прочим, в дореволюционной России было всего 3 суицида на 100 тыс.

- А почему в одних странах или регионах самоубийств больше, чем в других?

- Феномен самоубийства - один из самых загадочных в человеческой культуре, и точного ответа на этот вопрос не знает никто. Допустим, на Кавказе и в Средней Азии, где религиозные и национальные институты не столь расшатаны, самоубийств немного: 2 - 8 на 100 тыс. населения в год. В зонах локальных конфликтов, то есть межнациональных войн, самоубийств тоже очень мало: человек, потерявший в результате войны своих близких, кров, имущество, скорее отреагирует на эту крайнюю ситуацию легализованным убийством врага, взяв в руки оружие. Но стоит человеку оторваться от своей родины, пусть даже охваченной войной, как риск пасть от собственных рук резко повышается: выше всего уровень самоубийств среди мигрантов.

Принято считать, что уровень выше 20 случаев на 100 тыс. населения в год является высоким. Мировым лидером по-прежнему остается Венгрия - 50 случаев. Но это только завершённые суициды. Покушения на самоубийства не учитываются ни у нас, ни в других странах, а зря: на 1 успешно завершённую акцию приходится 7 - 10 попыток.

## НЕ УМИРАЙТЕ РАНЬШЕ СВОЕЙ СМЕРТИ

- И все же, как нормальный человек "доходит до такой жизни"?

- Мы знаем два основных психологических механизма самоубийства. Более распространен диалогический вид, когда в конфликт потенциального самоубийцы включено еще какое-либо лицо - как правило, причина психологического кризиса, корень зла. В таких случаях уход из жизни совершается из желания вызвать к себе сочувствие или собственной смертью наказать обидчика. До конца доводится лишь небольшое количество таких самоубийств, и то чаще всего по несчастливому стечению обстоятельств: собирался припугнуть, но допустил передозировку...

Тем, кто столкнулся с такими шантажно-демонстративными попытками, рекомендую воспринимать их всерьез. Надо осторожно порекомендовать связаться с нашей службой или позвонить туда самому.

Совсем другое дело - монологический вид. В его основе - внутренний конфликт, когда человек сам

решает свою судьбу, никого не обвиняя. Обычно это происходит при очень тяжелой трагедии и роковом стечении обстоятельств. Болезнь привела Хемингуэя к творческому тупику. Существенно, что для самоубийства писатель использовал то же самое ружье, из которого застрелился его отец, - свидетельство перенятого у него опыта выхода из тягостной ситуации. Такие состояния суицидологи называют "реакцией отрицательного баланса", когда человек, взвесив все "за" и "против", приходит к выводу, что единственный выход - уйти.

- Какие слои населения, половозрастные группы рискуют в большей степени?

- По данным Центра, все социальные группы подвержены суициду примерно в равной мере. Вот только врачи несколько вырвались вперед, а священники, наоборот, отстали. Проведенные нами исследования подтвердили также распространенное мнение о самоубийственных наклонностях богемы, писателей и вообще людей творческих. У мужчин количество завершенных самоубийств больше, чем у женщин, раза в 3 - 4.

Чтобы расстаться с жизнью, мужчины выбирают огнестрельное оружие, повешение, выбрасывание с высоты. А женщины чаще кидаются под колеса и травятся. Вообще, никакой кардинальной революции в средствах самоуничтожения за последние несколько сот лет не произошло.

#### СЛУЖБА ДОБРОЙ ПОМОЩИ ИЩЕТ ПОДДЕРЖКИ

- Как помочь этим людям?

- Служба предупреждения самоубийств была создана в СССР в 1975 году и уже тогда базировалась на принципах анонимности, отсутствия психиатрического вмешательства и максимального отличия от традиционных лечебных учреждений. Сейчас только в Москве на базе обычных поликлиник действует 11 анонимных кабинетов социально- психологической помощи. Сведения о них можно получить по телефону 963-75-72.

Круглосуточно работает экстренная психологическая служба - телефон доверия: 205-05-50. Единственное в России кризисное отделение, современное и комфортабельное, находится по адресу: Ленская ул., 15, 20-я городская клиническая больница, тел. 471-11-38 и 471-21- 63. Вся наша служба бесплатная, и каждый обратившийся обязательно получит квалифицированную помощь.

В сегодняшнее нелегкое время у нас, как и у всех, множество нерешенных проблем - нехватка медикаментов, оборудования... Обращаюсь к тем, кто мог бы помочь службе, а значит, и тысячам людей, стоящих на грани жизни и отказа от нее. Ибо немного наберется на свете дел более благородных и угодных Богу, чем это.