

control in the sphere of interpersonal relationships, intensity of pain and its impact on the ability to engage in daily activities, rare use of confrontation as a coping strategy.

**Keywords:** lung cancer, early diagnosis, coping, locus of control, quality of life.

**Funding.** The study was supported by a grant from the Russian Science Foundation (No. 21-18-00434).

## ИССЛЕДОВАНИЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО СОСТОЯНИЯ ПОДРОСТКОВ, СОВЕРШИВШИХ СУИЦИД

Попова Н.В.

ГБУЗ «Научно-практический центр психического здоровья детей и подростков  
им. Г.Е. Сухаревой ДЗМ» (г. Москва)  
vega-n@mail.ru

**Аннотация.** В статье представлены результаты исследования психологического состояния подростков, предшествующего суициду. Анализировались описания подростками своих переживаний, представленные в личных дневниках, интернет-диалогах и продуктах творчества. Были выделены основные особенности и динамика эмоционального состояния, отношения к себе и окружающим, представления о жизни и смерти, особенности мышления.

**Ключевые слова:** подростковый суицид, эмоциональное состояние, исследование продуктов творчества, самооценка, особенности мышления, суицидальный риск.

Проблема подросткового суицида, к сожалению, все еще остается актуальной. Статистика ряда стран свидетельствует о росте числа суицидов среди молодежи, на фоне тенденции к снижению уровня суицидов среди других возрастных групп. Особенности подросткового возраста, связанные с эмоциональным состоянием, заостренными личностными чертами, способами реагирования на стресс и его специфическим переживанием, поведенческими и экзистенциальными реакциями, по мнению исследователей, повышают вероятность нарушения психического здоровья и могут при определенных условиях способствовать развитию суицидального поведения (Положий с соавт., 2019).

Данное исследование является обобщением опыта проведения посмертных психолого-психиатрических экспертиз подростков-суицидентов, накопленного нашим отделением с 2011 года. При назначении посмертной экспертизы следствие ставит перед экспертами ряд вопросов, в том числе: «В каком

психологическом состоянии находился подэкспертный в период, предшествующий суициду?» Сложность данного вида экспертизы заключается в том, что она проводится в отсутствии живого подэкспертного, исключительно по документам. В распоряжение эксперта-психолога предоставляются материалы уголовного дела: свидетельские показания и школьные характеристики, описывающие личностные особенности и поведение подростка, а также медицинская документация. В некоторых случаях следствие предоставляет продукты творчества подростков-суицидентов: личные дневники, записные книжки, школьные сочинения, рассказы, стихи, рэп. Особый интерес представляет переписка в сети интернет, часто – в виде пространных диалогов, ведущихся на протяжении длительного периода времени. Исследование творчества суицидентов имеет давнюю историю, начиная со ставших классическими работ Э. Шнейдмана (Шнейдман Э., 2001), анализирувавшего предсмертные записки, и кончая современными исследованиями интернет-активности подростков-суицидентов (Брябина Т.В. с соавт., 2016). Психологическое исследование лично написанных текстов позволяет, с одной стороны, рассмотреть каждую ситуацию как уникальную, а с другой – выделить общие закономерности развития эмоционального состояния подростков в кризисной ситуации, предшествующей суициду.

**Материал и методы.** Из 63 посмертных экспертиз были выбраны 22 экспертизы, в которых имелись подходящие для анализа тексты, написанные подростками от 12 до 17 лет. Помимо этого, применялся клинико-диагностический метод, позволяющий рассматривать творчество подростка в контексте его жизненной истории. Среди подростков – 16 девушек и 6 юношей. Подавляющее большинство подростков (19 человек) при жизни никогда не попали в поле зрения психиатра и психолога. Тексты девушек представлены личными дневниками, различными записями, художественными произведениями, интернет-перепиской. Тексты юношей – только интернет-переписка. В представленных текстах подростки описывали свои переживания. Период описания колебался от нескольких месяцев до двух лет. При анализе текстов были выделены следующие категории:

- описание своего эмоционального состояния
- отношение к себе
- взаимоотношения с окружающими
- отношение к жизни,
- отношение к смерти
- особенности мышления

**Результаты и их обсуждение.** Первое, на что жаловались подростки, описывая свое эмоциональное состояние - это неопределенная «душевная боль» и «усталость», не связанная с физическим или умственным переутомлением, часто сопровождаемая выраженным психосоматическим компонентом (*«Чувствую какую-то тяжесть», «Больно сидеть и писать в пустоту», «Трудно дышать...задыхаюсь...неужели эта боль реальна?», «Я не чувствую ничего внутри, мое тело бездушно, но оно еще болит»*). Подобное состояние психалгии сопровождалось чувством беспредметной тревоги, душевной пустоты, тоски и одиночества (*«Я боюсь себя, страшно от того, какая я сейчас», «Я закрыта. Я прячусь. Убегаю. На душе так тревожно», «Я ничего не чувствую, в моей душе пустота, в моем сердце дырка»*). Также нередко отмечалось ощущение постоянной скуки и апатии (*«Скучно, ничего не хочется», «Устал, скучно, все надоело»*). При анализе динамики состояния выделялись две группы подростков – с преобладающим пассивным мирозерцанием и пониженным настроением (12 случаев), и с неустойчивым настроением (10 случаев), у которых чувство усталости, тоски и беспомощности сочеталось с периодически возникающими вспышками раздражения, гнева и аутоагрессии (*«Настроение на уровне моей самооценки. Сначала все бесит, теперь все так убого», «Мое настроение постоянно скачет, как я устала от этого»*). Во всех случаях наблюдалась крайне низкая стрессоустойчивость подростков, когда любая мелочь вызывала буквально бурю негативных эмоций, несоразмерных ситуации.

Описывая свои взаимоотношения с окружающими, подростки обнаруживали недоверие и подозрительность. От окружающих ожидали исключительно негативного, враждебного отношения, жаловались на непонимание, равнодушные и даже ненависть с их стороны, субъективно истолковывая любые слова и поступки исключительно в негативном ключе. Приписывание окружающим негативного отношения зачастую было недифференцированным (*«Меня никто не любит, все ненавидят»*). При этом подростки были настолько погружены в свои переживания, что не замечали переживаний других людей, что было особенно заметно в диалогах. Выраженная эгоцентрическая позиция в сочетании с эмоциональной «охваченностью» мешала подросткам понять собеседника и принять его помощь, создавая у них ощущение «изолированности» даже при наличии сочувствующих им друзей. В отдельных случаях отмечались проявления агрессии (например, агрессивные фантазии в отношении обидчиков, издевательство над животными, *«потому что нельзя убить человека»*). Часто встречалось амбивалентное отношение к близким и ожидание от них аналогич-

ного отношения (*«Я вас люблю, но я чувствую, что я вам мешаю, без меня вам будет лучше»*, *«Родители любят меня, но они меня и ненавидят»*).

Подростков-суицидентов отличает своеобразие восприятие своего жизненного пути. В их рассуждениях о своей жизни часто встречается идеализация прошлого. Свое детство они описывают как исключительно прекрасное время, когда еще не было проблем (*«Детство - это прекрасный мир, где никто не умирает»*, *«Хорошо бы опять стать ребенком»*). Настоящее подростки описывали преимущественно в мрачных тонах (*«Вся моя жизнь - ад и вам это докажу»*). Настоящее, по их мнению, безнадежно плохо, все причиняет боль, раздражение, душевную муку. Будущее представлялось неопределенным или мрачным продолжением настоящего. Также отмечался страх перед будущим, отсутствие каких-либо перспектив, агедонические настроения (*«Ничего больше не хочется, уже ничего хорошего не будет»*, *«Если сейчас так плохо, что будет потом?»*, *«У меня нет будущего»*).

Для подростков была характерна романтизация смерти (*«Смерть – это покой души, жить гораздо сложнее»*). Смерть виделась как избавление от страданий, переход в иной, лучший мир (*«Режу вены. Жизнь - система, я так больше не могу. Методом самоубийства от проблем я убежу»*). Отмечались инфантильные представления о смерти, которая понималась не как безвозвратное состояние, а как некий «переход». Предполагалась возможность в той или иной форме «вернуться» и участвовать в жизни близких (*«Я приду к тебе в виде птицы или призрака»*, *«Верю, что после смерти буду рядом с вами»*). Часто можно встретить одновременно страх смерти и непоколебимую решимость уйти из жизни (*«Скоро я буду прыгать, уйду из мира живых, я жду этого, но честно, боюсь»*, *«Я очень боюсь, но я все равно умру... меня не отговаривать»*).

Для мышления подростков-суицидентов было характерно выражение когнитивное сужение, ригидность, обстоятельность, преобладание эмоциональной логики, фиксированность на негативной стороне событий, неспособность принять иную точку зрения, некритичность. Также следует отметить склонность к рассуждательству на абстрактные темы, «игру слов» (*«Вечность не вечна, бесконечность не бесконечна, вечность не бесконечна»*).

**Заключение и выводы.** Тексты, написанные подростками-суицидентами, представляют собой ценный материал для исследования, поскольку наиболее полно отражают специфические особенности мировосприятия, эмоционального состояния, мышления подростков, а также показывают динамику изменения их психологического состояния.

Изменения психологического состояния и мироощущения подростков-суицидентов возникают задолго до совершения суицида, постепенно нарастают, усугубляются и имеют определенную специфику.

Выделенные специфические особенности психологического состояния подростков-суицидентов, особенности их отношения к себе и окружающим, к жизни и смерти могут быть использованы специалистами в работе с подростками и служить маркерами степени суицидального риска.

Данное исследование мы рассматриваем как первый этап, позволивший выделить основные категории для анализа психологического состояния подростков-суицидентов. В дальнейшем, по мере набора материала планируется перейти от качественного анализа к количественным измерениям.

### **Литература**

*Брябина Т.В.* Опыт контент-анализа суицидальных высказываний в сети интернет. / Т.В. Брябина и др. // Вестник ЮУрГУ. Серия «Психология». – 2016. – Т. 9. – № 3 – С. 35–49.

Национальное руководство по суицидологии / Под ред. Б.С. Положего. – М.: Медицинское информационное агентство, 2019. – С. 288–290.

*Шнейдман Э.* Душа самоубийцы. / Э. Шнейдман. – М.: Смысл, 2001. – 315 с.

## **STUDY OF EMOTIONAL STATE OF ADOLESCENTS WHO HAVE COMMITTED SUICIDE**

Popova N.V.

The State Scientific and Practical Center for Children and Adolescents Mental Health  
named after G.E. Sukhareva of the Health Department of Moscow  
(Moscow)

**Abstract.** The article presents the results to a study of the psychological state of adolescents preceding suicide. Teenagers' descriptions of their experiences presented in personal diaries, online dialogues and creative products were analyzed. The main features and dynamics of the emotional state, attitudes towards oneself and others, ideas about life and death were highlighted.

**Keywords:** Adolescent suicide, emotional state in crisis situation, research of creativity products, features of thinking, suicidal behavior, suicidal risk.