

## СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ СКОЄННЯ САМОГУБСТВ У МОЛОДІЖНОМУ СЕРЕДОВИЩІ В УКРАЇНІ

### SOCIO-PSYCHOLOGICAL ASPECTS OF SUICIDE AMONG YOUNG PEOPLE IN UKRAINE

*У статті розглянуто стан вчинення самогубств в Україні через призму молодіжного середовища. Суїциди становлять другу за поширеністю причину смерті молодих людей у віці від 15 до 29 років. Більше молодих життів забирають лише автокатастрофи. Важливо навчити молодих людей тому, як долати стресові ситуації.*

*Самогубство – тема актуальна в усі часи. Ставлення до неї залежить від релігій та морально-етичних норм і традицій. Самогубства належать до явищ соціальної патології. Вони завдають шкоди суспільству та особистості. Поширення самогубств змушує запроваджувати ефективні програми для їх профілактики та подолання. Повністю запобігти суїциду не можна. Зниженню рівня самогубств можуть сприяти статті в засобах масової інформації про скоєння самогубств та їх наслідки у всій страшній реальності.*

*Варто серйозно ставитися до ознак, які вказують на потенційний ризик скоєння самогубства, та вміти розрізняти ранні ознаки суїцидальних намірів. Отже, в багатьох молодих людей, які закінчують життя самогубством, була спроба суїциду раніше. Деякі суїциданти досить чітко говорять про свої наміри. Усі загрози повинні сприйматися серйозно. Відбувається зміна поведінки: активні стають замкненими; нерішучі здійснюють ризиковані вчинки. Токсикоманія, наркоманія, алкоголізм. Незвичні покупки: прагнення купити зброю, мотузку та інші речі, які викликають підозру. Відмова від власності: дарування власних речей. Зміни в уживанні їжі, порушення сну, тривожність, неврівноваженість, утрата інтересу до діяльності. Пропуски навчальних занять, емоційні вибухи. Бажання закінчити своє життя може проявитись у малюнках, поезії, записах у щоденнику. Раптові стани ейфорії – людина має щасливий вигляд після тривалого депресивного стану – можуть означати, що вона відчуває полегшення від остаточного прийнятого рішення про скоєння самогубства. Часті інциденти, скарги на фізичний стан організму, гіперактивність, агресивність, неадекватна поведінка*

*з метою привернення уваги або досить тривале переживання горя після втрати когось.*  
**Ключові слова:** *молодь, суїцид, профілактика, девіація, суспільство, держава.*

*The article considers the state of suicide in Ukraine through the prism of youth environment. Suicides are the second most common cause of death for young people between the ages of 15 and 29. More young people die from car crashes. It is important to teach young people how to overcome stressful situations.*

*Suicide-a topic relevant at all times. The attitude to it depends on religions and moral and ethical norms and traditions. Suicides belong to the phenomena of social pathology. They harm society and the individual. The spread of suicides forces the introduction of effective programs to prevent and overcome them. You cannot completely prevent suicide. Media coverage of suicides and their horrific consequences can help reduce the suicide rate.*

*It is necessary to take seriously the signs that indicate a potential risk of committing suicide and be able to distinguish the early signs of suicidal intentions. Thus, many young people who commit suicide have tried to commit suicide before. Some accidents quite clearly talking about their intentions. Threats should be considered. There is a change in behavior: active become closed; indecisive commit risky actions. Substance abuse, drug addiction, alcoholism. Unusual purchases: the desire to buy weapons, rope, and other things that arouse suspicion. Giving up property: donating your own things. Changes in food intake sleep disturbance, anxiety, unbalance, loss of interest in activities. Skipping school, emotional outbursts. The desire to end your life can be manifested in drawings, poetry, diary entries. Sudden (unexpected) States of euphoria: a person has a happy appearance after a long depression, may mean that she is relieved by the final decision to commit suicide. Frequent incidents, complaints about the physical state of the body, hyperactivity, aggression, inappropriate behavior to attract attention or a long enough experience of grief after the loss of someone.*  
**Key words:** *juveniles, suicides, prophylactics, deviation, society, state.*

УДК 364.277, 343.614  
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2020.11.17>

**Шевченко О.М.**

к.психол.н., доцент,  
доцент кафедри суспільних наук  
Житомирський національний  
агроекологічний університет

**Постановка проблеми.** Соціальна небезпечність і шкода, яких заподіює самогубство суспільству, полягає в завданні матеріальної шкоди, впливає на демографічний, соціальний та економічний стани держави. Це потребує розроблення ефективних програм профілактики даного виду девіації. Соціально-профілактична діяльність має на меті виявлення, усунення та нейтралізацію причин і умов самогубств. Вона є системою соціально-економічних, суспільно-політичних, організаційних,

правових та виховних заходів, що проводяться державою і суспільством для того, аби усунути зазначені причини, сприяти формуванню правомірної, високоморальної поведінки громадян. Заходи профілактики соціальних відхилень повинні охоплювати життєдіяльність особи в усіх сферах суспільства. Серед молоді суїциди – найпоширеніша причина смерті після дорожніх аварій. Статистика свідчить, що кількість самогубств випереджає чисельність насильницьких смертей. У результаті терак-

тів, війн та інших конфліктів включно із кримінальними та побутовими вбивствами гинуть менше людей, ніж від суїцидів. За кількістю самогубств на душу населення Україна перевищує середньосвітові показники на понад три чверті (18,5 випадків на 100 тис. – проти 10,5). У цій роботі актуальним для нас є вивчення й використання досвіду та стратегій різних інституцій у сфері молодіжної політики для мінімізації цього явища.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Проблеми самогубства привертають увагу багатьох науковців. Їх аналізу і висвітленню присвячено низку праць. Самогубство та шляхи його попередження вивчали Ю.В. Александров, С.В. Бородін, Я.І. Гілінський, В.В. Кошинець, М.П. Мелентьев, О.Р. Ратінов, Л.М. Шестопалова, Д.І. Шустов, П.І. Юнакевич, Н.М. Ярмиш, які висловлювали думки щодо причин його існування, способів попередження, дефініції та розуміння. Особливості сприйняття суїциду релігією аналізувалися з оглядово-історичної точки зору в контексті обраного вченими напряму дослідження – правового, психологічного або медичного.

Серед дослідників, які моніторять питання суїцидів, слід відзначити викладача навчальної дисципліни «Психологія суїциду» та автора навчального посібника «Психологія суїциду» Федоренко Р.П. Самогубства у сфері юридичної психології досліджували Медведєв В.С., Яковенко С.І., Суліцький В.В. та ін.

**Постановка завдання.** У своїй роботі ми намагалися детально розкрити причини вчинення самогубств, акцентуючи увагу на молоді, та визначити особливості роботи соціальних педагогів, психологів та ін. фахівців щодо попередження суїцидальних проявів серед населення України. Ми плануємо використовувати матеріали цієї публікації в навчальному процесі під час вивчення теми «Соціологія молоді», а також під час навчально-виховних заходів у гуртожитках ВНЗ.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Під час несподіваних економічних спадів і підйомів старі соціальні норми руйнуються, люди втрачають соціальну і життєву орієнтацію, що сприяє зростанню девіацій, самогубств. Особливо актуальною ця проблема є в суспільстві на перехідних етапах його розвитку. Соціальна незахищеність, економічна нестабільність, політичний хаос зумовлюють інтенсивний процес відчуження. Означене вище в першу чергу позначається на молоді – незахищеній соціальній групі.

Жодна з теорій самогубства не є всеосяжною. Американська енциклопедія «Злочин та справедливість» ще у 1979 р. визначила такі основні теорії причин самогубства: – **соціологічна** – стверджує, що рівень вчинення самогубства змінюється пропорційно ступеню

інтеграції населення; – **психологічна** – пояснює самогубство як форму агресії, спрямовану проти себе; – **біохімічна** – має своїм підґрунтям зв'язок депресій із самогубством. Дійсно, можна простежити певні зв'язки суїциду із кліматичними, географічними, астрономічними, біологічними та іншими умовами середовища проживання, але їх не можна назвати усталеними [1, с. 20].

Цікавим є факт, що Всесвітня організація охорони здоров'я (ВООЗ) навіть встановила міжнародний день запобігання самогубствам (10 вересня). Статистика свідчить: кожного року від самогубств помирають від 800 тисяч до одного мільйона осіб. Разом із тим офіційні дані фіксують лише наявні випадки суїциду, тому реальне число самогубств, на думку дослідників, є більшим. Приблизно 20 млн. осіб щороку здійснюють невдалі спроби суїциду, що тягне за собою психологічні наслідки як для самогубця, так і, мінімум, для шістьох осіб у його оточенні [8].

Психологи стверджують, що причини суїциду різноманітні і полягають не тільки в особистісних переживаннях і обстановці, яка травмує психічно, але й у соціально-економічній та моральній організації суспільства. Вони визначили **основні мотиви самогубств серед молоді**: **1.** Переживання образи, самотності, відчуженості, неможливість бути зрозумілим. **2.** Реальна або уявна втрата батьківської любові, нерозділене кохання, ревності. **3.** Переживання, пов'язані зі смертю одного з батьків, розлучення батьків. **4.** Почуття провини, сорому, образи, незадоволеності собою. **5.** Страх перед ганьбою, глузуванням, приниженням, покаранням. **6.** Любовні невдачі, сексуальні ексцеси, вагітність. **7.** Почуття помсти, погроз, шантажу. **8.** Бажання привернути до себе увагу, викликати жаль, співчуття. **9.** Співчуття або наслідування приятелів, героїв книг, кінофільмів.

Щодо останнього мотиву, то психологи давно помітили пряму залежність між кількістю самогубств, які демонструють телебачення та інші ЗМІ, і реальною кількістю самогубств серед молоді в суспільстві [5]. У час бурхливого розвитку ЗМІ, комп'ютерних ігор із поширеними в них некрофілією, садомазохістським смакуванням смерті, в тому числі й суїцидальної, ці тенденції поглиблюються. Англійський учений К. Хоутон, вивчаючи наслідки показу в популярному серіалі епізоду, де герой гине через передозування парацетамолом, дійшов висновку про те, що повідомлення або демонстрація самогубств у ЗМІ призводять до збільшення і загальної кількості суїцидів і кількості випадків використання окремих способів самогубства [3, с. 63].

Заслугове на окремий розгляд проблема суїциду за допомогою Інтернету. В інтер-

нет-просторі набрало обертів небезпечно явище, сутність якого – схилення за допомогою соціальних мереж до суїциду. Воно мало вигляд гри, останнім завданням у якій має стати самогубство. Йдеться про Інтернет-спільноти «Групи смерті», що з'явилися у 2016 р. у соціальній мережі «ВКонтакте». У таких спільнотах є детальні інструкції щодо способів суїцидів. Через посилений інтерес у соціальних мережах до цих груп фахівці кіберполіції радять батькам більш пильно ставитися до інтересів та способу життя своїх дітей, а за наявності тривожних ознак пояснювати необхідні правила власної безпеки і поведінки, паралельно інформуючи правоохоронців [6]. Водночас дорослим треба звертати увагу на зміни в поведінці особи. Основними **поведінковими ознаками участі у «групах смерті»** є: відчуженість, втома, постійне бажання спати, заборона дорослим втручатися у власний простір, спілкування в Інтернет-мережі посеред ночі, поява порізів на тілі, зникнення з дому на деякий час. Одразу треба розпочинати відверту розмову із приводу того, з якою проблемою особа має справу. Людина має відчувати, що їй допоможуть вийти із гри та захистять від зловмисників. Якщо не вдається встановити контакт, то треба негайно звертатися до кваліфікованого психолога. Вельми корисним, на наш погляд, є створення і соціальна реклама «телефонів довіри» для екстреної допомоги, спрямованої на вжиття заходів із негайного відвернення суїцидальних спроб. Сьогодні в Інтернет-просторі спостерігається цікаве явище – громадськість сама віднаходить способи протидії розглядуваному явищу. Зокрема, в соціальній мережі з'являються групи, які встановлюють кураторів груп смерті та спрямовують відомості в кіберполіцію.

Ефективність попередження самогубств залежить від вирішення масштабних соціальних, економічних, культурних, медичних, правових та інших проблем, які зумовлюють існування цього явища в нашому суспільстві. Необхідний комплексний підхід до його профілактики. Така діяльність може бути розвинена, перетворена на постійну функцію певних державних органів і громадських організацій лише тоді, коли для цього є необхідні умови. По-перше, мають сформуватися виразні уявлення про природу самогубства, його причини. По-друге, для розвитку соціально-профілактичної діяльності необхідні відповідні матеріально-технічна та організаційна бази. Заходи профілактики самогубств, які проводить суспільство, повинні бути диференційовані за місцем і часом. Практично важливо знати, коли, на що, яким чином слід впливати і чи впливати взагалі.

Розрізняють первинну і вторинну профілактику суїцидальної поведінки. Первинна

профілактика – заходи (соціально-економічні, медичні, психологічні, педагогічні та ін.), спрямовані на запобігання виникненню самогубств. Вторинна профілактика – заходи, спрямовані на послаблення суїцидальних тенденцій і попередження повторних. Перший центр із попередження самогубств було організовано у 1948 р. в Австрії. У 1953 р. зазначена служба з'явилася в Англії, у 1955 р. – у Лос-Анджелесі. Одним із важливих напрямів первинної профілактики суїцидальної поведінки є контроль характеру повідомлень про самогубства в ЗМІ, а також інформування населення про наявну систему надання медико-психологічної допомоги. У пресі, радіо та телебаченні має бути широко подана інформація про діяльність «телефонів довіри», центрів соціально-психологічної допомоги, кризових відділень, куди можуть звертатися по допомогу люди, які переживають кризовий стан. За своїм змістом і організацією профілактична робота має об'єднувати засоби соціального, психологічного, медичного, правового, педагогічного характеру і бути безперервною, послідовною.

Особливу увагу слід приділяти проведенню профілактичних заходів серед молоді. У зв'язку із цим виявлення та вивчення виявів девіантної поведінки осіб у навчально-виховних закладах мають реалізуватися за такими **напрямами роботи**: – **психопрофілактика** – своєчасне попередження відхилень у розвитку особистості; – **психологічна експертиза** – вивчення психічних якостей, здібностей та перспектив розвитку окремої особистості, спілкування; – **психологічна прогностика** – розроблення і застосування моделей поведінки групи та особистості в різних умовах життєдіяльності, проектування змісту індивідуального розвитку та складання життєвих планів, визначення тенденцій розвитку; – **психолого-педагогічна корекція** – здійснення психолого-педагогічної роботи щодо усунення відхилень в індивідуальному розвитку та поведінці, формування адекватної соціально корисної життєвої перспективи; – **психологічна просвіта** – підвищення психологічної культури всіх учасників навчально-виховного процесу.

Реаліями сьогодення, які безпосередньо впливають на невирішеність проблеми саморуйнівної поведінки, є те, що спеціалізована суїцидологічна допомога надається епізодично, окремими фахівцями-науковцями у великих містах України (Київ, Харків, Одеса, Львів, Запоріжжя). Основні лікувальні заходи спрямовано на купіювання психопатологічних виявів. Психотерапевтична робота із суїцидентами практично не проводиться. В Україні й досі не прийнято закони та інші нормативні акти, що регламентують надання спеціалізованої та кваліфікованої допомоги хворим із такими виявами. Відсутність спеціалізованої

суїцидологічної служби в Україні зумовлена ще й тим, що в нашій державі офіційно не існує такої професії (спеціалізації), як суїцидолог. Безумовно, це не означає, що проблемою суїциду соціальні педагоги, психологи, лікарі та інші фахівці не займаються взагалі. Однак це безпосередньо впливає на відсутність прямого фінансування з боку держави програм, спрямованих на роботу з особами, які мають аутоагресивні вияви. Питання організації системи надання суїцидологічної допомоги має вирішуватися в загальнодержавному масштабі [4, с. 27].

Узагальненими рекомендаціями, які допоможуть налаштувати контакт з людиною, схильною до самогубства є такі: **ВИСЛУХОВУЙТЕ, ОБГОВОРЮЙТЕ, БУДЬТЕ УВАЖНІ, СТАВТЕ ЗАПИТАННЯ, ПІДКРЕСЛЮЙТЕ ТИМЧАСОВИЙ ХАРАКТЕР ПРОБЛЕМ.**

**Під час** психологічного **консультування осіб, які мають намір вчинити самогубство**, існують певні **правила**. Із такими клієнтами потрібно частіше зустрічатися, звертати їх увагу на позитивні аспекти життя. Дізнавшись про намір клієнта вчинити самогубство, слід залучити до роботи значущих людей (близьких, друзів). Клієнт може в будь-який час зателефонувати консультанту. У випадку високої вірогідності самогубства слід поінформувати близьких клієнта, обговорити питання про госпіталізацію. Консультант не повинен дозволити клієнту маніпулювати собою і пам'ятати – якщо клієнт дійсно хоче покінчити з життям, ніхто не здатний його зупинити. Консультант зобов'язаний детально, в письмовій формі документувати свої дії, щоб у разі нещастя довести професійність і вживання всіх заходів для уникнення катастрофи [2].

Вирішення проблеми зниження самогубств серед населення вимагає дій із боку систем охорони здоров'я, професійних психіатрів і державних чиновників. Щодо фаховості спеціалістів із надання допомоги молоді з різних питань, у т.ч. суїцидального спрямування, слід зазначити, що в Україні цей аспект потребує легітимізації та вдосконалення. Хоча в західних індустріальних державах це питання на державному рівні вирішене, все ж трапляються і парадокси. У США глава спеціалізованої служби психологічної допомоги при Пенсільванському університеті (вік 52 роки) вистрибнув із 17-го поверху будівлі в центрі Філадельфії. Він займався допомогою студентам у запобіганні суїцидів, пропрацювавши у вищезгаданому університеті півроку. Раніше

він більше 10 років пропрацював у Корнельському університеті експертом зі стресостійкості. У померлого залишилися дружина і троє дітей. Він не залишив передсмертної записки, але раніше скаржився на проблеми на роботі. Напередодні переїзду у цьому ВНЗ масово здійснювалися самогубства – за останні 6 років 14 студентів наклали на себе руки [7].

Висновки із проведеного дослідження. Отже, на сучасному етапі розвитку суспільства ми можемо спостерігати багато чинників, які впливають на виникнення суїцидальних тенденцій серед молоді. Тому важливим аспектом є створення в соціумі атмосфери високої духовності, поваги до особистості та її внутрішнього світу. Люди повинні відчувати турботу і свою потрібність. Необхідним є поєднання зусиль багатьох інституцій у рамках єдиної державної програми, спрямованої на захист фізичного, психічного та психологічного здоров'я кожного громадянина. До такої загальноукраїнської програми мають бути внесені питання, вирішувати які належить Міністерству охорони здоров'я, Міністерству юстиції, Міністерству освіти і науки та МВС.

#### ЛІТЕРАТУРА:

1. Васильченко Л.В. Суїцид в Україні. *Безпека життєдіяльності*. 2005. № 8. С. 18–22.
2. Кочюнас Р. Основы психологического консультирования. Москва : Академ. проект, 1999. 240 с.
3. Науменко А. Дитячий суїцид – ганьба дорослим! *Віче*. 2008. № 18. С. 58–63.
4. Рибалка В.В. Психологія суїцидальних тенденцій проблемної особистості. Київ : Шкільний світ, 2009. 128 с.
5. Скаковська Л.А. Практичному психологу про суїцид. *Практ. психологія та соц. робота*. 2005. № 4. С. 57–62.
6. «Групи смерті»: у кіберполіції шокували кількістю щоденних повідомлень про зникнення дітей. URL : <https://tsn.ua/ukrayina/grupi-smerti-ukiberpoliciji-shokovali-kilkistyus-schodennih-povidomlen-prozniknenniyaditey-889229.html> (дата звернення: 13.01.2020).
7. НП у відомому університеті: низка самогубств триває, «новою жертвою став...». URL : <https://politeka.net/uk/news/incidents/1180036-chp-v-izvestnom-universitete-chereda-samoubijstv-prodolzhaetsja-novozhertvoj-stal> (дата звернення: 13.01.2020).
8. Як розпізнати потенційного самогубцю і допомогти йому: статистика суїцидів та поради психологів. URL : <https://www.5.ua/suspilstvo/yak-rozpoznaty-potentsiinoho-samohubtsiu-i-dopomohy-iomustatystyka-suitsydiv-ta-porady-psykholohiv-198887.html> (дата звернення: 13.01.2020).