

## Возможности психодиагностических методов для оценки суицидального риска

Научный руководитель – Ушков Федор Игоревич

*Скоморовская Екатерина Евгеньевна*

*Студент (специалист)*

Московский государственный университет имени М.В.Ломоносова, Факультет психологии, Кафедра экстремальной психологии, Москва, Россия

*E-mail: skomorovskayaee@ty.msu.ru*

### Аннотация:

Данное исследование направлено на выявление предикторов и индикаторов суицидального поведения у различных слоев населения, рассмотрение суицида как крайней формы аутоагрессии, а также методик, которые существуют на данный момент и используются в качестве психодиагностики суицидального риска с целью оказания своевременной помощи людям, оказавшимся в кризисном состоянии.

### Abstract:

This research aims to identify predictors and indicators of suicidal behavior across diverse populations, examine suicide as an extreme form of self-aggression, and review the current methodologies employed for the psychodiagnostics of suicide risk in order to provide timely assistance to individuals experiencing a crisis.

Ключевые слова: суицид, самоубийство, суицидальный риск, аутоагрессия, кризис, психодиагностика, психодиагностические методики.

Keywords: suicide, suicide risk, self-harm, crisis, psychodiagnostics, psychological assessment tools.

По данным Всемирной Организации Здравоохранения в 2019 году свыше 700 тысяч человек покончили с собой, это означает, что почти каждая сотая смерть в мире - самоубийство. За день убивают себя около 2300 человек, а из этого можно сделать вывод, что суициды совершаются каждую минуту (по данным Генерального директора ВОЗ доктора Тедроса Адханом Гебрейесуса - каждые 40 секунд).

Согласно определению, данное в “Большом психологическом словаре”, агрессия - это мотивированное деструктивное поведение, противоречащее нормам (правилам) сосуществования людей в обществе, наносящее вред объекту нападения (одушевленному и неодушевленному), приносящее физический ущерб людям или вызывающее у них психологический дискомфорт (отрицательные переживания, состояние напряженности, подавленности, страха и тп)” (Мещериков, Зинченко, 2002, с.16).

Аутоагрессия, как один из видов агрессии, выражается в двух формах: суицидальном поведении, а также парасуицидальном поведении (самоповреждении, членовредительстве) (Менделевич, 2005). Однако стоит отметить, что несуйцидальный селф-харм, как отмечает Зотов (2020), является предиктором самоубийства, таким образом, опасность самоповреждения может быть как переоценена, так и недооценена.

Самоубийство (то же что и суицид) - это умышленное, добровольное, сознательное, самостоятельное и в достаточной мере саморазрушительное самоповреждение с целью лишения себя жизни.

Суицидальные намерения не появляются просто так. Можно выделить две фазы социально-психологической дезадаптации, которые могут привести к попытке самоубийства: предрасположенная фаза является совокупностью факторов, которые могут послужить предиктором возникновения суицидального поведения; и сама суицидальная фаза.

Также необходимо отметить, что кризисное состояние может привести к развитию суицидальных намерений, поэтому важно своевременно его отследить, в этом психологам может помочь психодиагностические методики по выявлению кризисного состояния. Стоит отметить, что ни одну методику нельзя использовать по отдельности, очень важен комплексный подход с использованием методов наблюдения, беседы и результатов других методик.

Оценить кризисное состояние могут такие методики как “переживание кризиса личностью”, методика диагностики оперативной оценки самочувствия, активности и настроения”, тест Люшера, “опросник травматического стресса”, “шкала осознанного выбора и самосознания, методика “дом-дерево-человек”, “рисунок несуществующего животного”.

Центральное место в исследовании занимает анализ существующих психодиагностических методов, используемых для оценки суицидального риска. Были рассмотрены различные типы методов. Клиническое интервью и сбор анамнеза являются неотъемлемой частью диагностического процесса. Они позволяют получить важную информацию об истории жизни человека, его текущем состоянии и факторах, способствующих суицидальному поведению. Особое внимание уделяется анализу пресуицидального синдрома, включающего сужение сознания, аффективные нарушения и конкретизацию планов суицида.

Существуют 2 типа опросников по оценке суицидального риска. К первой группе относятся методики с прямыми вопросами о наличии суицидальных тенденций, а ко второй группе - методики, связанные с определенными аспектами поведения и переживаний, сопутствующие суицидальному поведению и усиливающие его. Мы рассмотрели структурированные опросники и шкалы, такие как опросник суицидального риска (ОСР), СР-45, опросник суицидальных мыслей (“Adult Suicidal Ideation Questionnaire”, ASIQ), шкала суицидальных мыслей Бека, “цель в жизни”, “измерение уровня ауто- и гетероагрессии”, госпитальная шкала тревоги и депрессии, опросник депрессивности А.Т. Бека позволяют получить количественную оценку различных аспектов суицидального риска, что облегчает мониторинг состояния пациента и оценку эффективности проводимой терапии. Однако, важно учитывать, что данные методы могут быть подвержены влиянию социальной желательности и не всегда отражают глубинные переживания человека.

Проективные методики, рисуночные тесты, предоставляют возможность исследовать скрытые аспекты личности, выявить неосознаваемые конфликты и мотивы. Интерпретация результатов требует высокой квалификации специалиста и может быть достаточно субъективной. Хорошей альтернативой может послужить методика психодиагностики суицидальных намерений (ПСН-1).

Психофизиологические методы, в частности экспресс-методика “Сигнал”, направлены на объективную оценку психоэмоционального состояния и выявление паттернов реагирования, связанных с суицидальным риском. Однако, эти методы требуют специального оборудования и подготовки специалистов.

Проведенный анализ показал, что не существует универсального психодиагностического инструмента, который был бы одинаково эффективен для всех людей и во всех ситуациях. Оптимальным подходом является использование комплекса методов, позволяющих получить разностороннюю информацию о состоянии пациента и факторах, способствующих суицидальному поведению.

Вследствие данной проблемы, было принято решение о проведении эмпирического исследования, направленного на адаптацию и валидизацию на русскоязычной выборке “Опросника экзистенциальной тревоги” (The Existential Concerns Questionnaire (ECQ)) (Bruggen, Klooster, Westerhof, 2017). Конструктом является экзистенциальная тревога, проявляющаяся в осознании конечности существования, переживании бессмысленности и изоляции, рассматривается как важный фактор, способствующий возникновению суи-

цидальных мыслей и намерений.

Существуют различные опросники, которые изучали схожие конструкты, такие как страх перед смертью, экзистенциальные вопросы, отношение к будущему, нейротизм и др. Такие исследования проводились как на выборке нормы, так и на патологии. Если мы говорим про взаимосвязь патологии и тревоги относительно отношения к смерти, уже некоторые первые исследования продемонстрировали связь между психопатологией и тревогой смерти, а различные психотерапевтические модели подчеркивают, что клиницисты, помогающие людям с жалобами на психическое здоровье, должны еще обращать на экзистенциальный опыт.

Современные эмпирические исследования экзистенциальной тревоги могут быть затруднены отсутствием хорошо проверенного, всеобъемлющего инструмента, охватывающего широкий спектр экзистенциальных проблем.

В качестве валидизирующего опросника была использована методика, которая уже ранее была адаптирована К.А. Чистопольской, О.В. Митиной, С.Н. Ениколоповым, Е.Л. Николаевыми и др. (Чистопольская, Митина, Ениколопов, 2017) «Страх смерти».

Стоит отметить, что опросник «Страх смерти» многошкальный, шкалы представляют собой «избегание темы смерти», «принятие-приближение смерти», «страх смерти», «принятие смерти как бегства», «нейтральное принятие смерти». Мы планируем рассмотреть связь нашего опросника как с общей шкалой, так и отдельно с каждой из субшкал.

Мы выделили ожидаемые связи подшкал с ЕСQ:

Fear of Death (Страх смерти): Мы ожидаем положительную корреляцию с ЕСQ. Чем выше страх смерти, тем выше должна быть экзистенциальная тревога. Death Avoidance (Избегание смерти): Мы ожидаем положительную корреляцию с ЕСQ. Чем больше человек избегает мыслей о смерти, тем выше его экзистенциальная тревога (возможно, как способ справиться со страхом). Neutral Acceptance (Нейтральное принятие смерти): Мы ожидаем отсутствие значимой корреляции с ЕСQ. Нейтральное отношение к смерти не должно быть связано с экзистенциальной тревогой. Approach Acceptance (Принятие-приближение): Мы ожидаем отрицательную корреляцию с ЕСQ. Чем больше человек принимает смерть как часть жизни и стремится к пониманию ее смысла, тем ниже должна быть экзистенциальная тревога. Escape Acceptance (Принятие-избегание): Связь может быть сложной. С одной стороны, принятие смерти как способа избежать страданий может снижать тревогу, с другой стороны, такое принятие может быть вызвано сильной тревогой. Поэтому корреляция может быть слабой положительной или отсутствовать.

На настоящем этапе в целях адаптации и валидации опросника ЕСQ приняло участие 334 респондента, и осуществляется подготовка к проведению с контрольной группой, состоящей из лиц, имеющих в анамнезе попытку аутоагрессивного действия.

Адаптация и валидизация ЕСQ позволит получить новый инструмент для оценки суицидального риска и разработать более эффективные стратегии профилактики.

### Источники и литература

- 1) Любов Е. Б., Зотов П. Б. Несуицидальные самоповреждения подростков: общее и особенное. Часть I // Суицидология. 2020. №3 (40).
- 2) Менделевич В.Д. Психология девиантного поведения: учеб. пособие – СПб.: Речь, 2005. – 445 с.
- 3) Мещериков Б.Г., Зинченко В.П. Большой психологический словарь. 3-е изд., 2002.
- 4) Психология кризисных и экстремальных ситуаций: учебник / под ред/ Н.С. Хрусталёвой. 2-е изд., стер. – СПб.: Изд-во С.-Петерб. ун-та, 2022. – 748 с.

- 5) Чистопольская К. А., Митина О. В., Ениколопов С. Н., Николаев Е. Л., Семикин Г. И., Озоль С. Н., Чубина С. А. Создание кратких русскоязычных версий опросников "Отношение к смерти" и "Страх личной смерти" // Суицидология. 2017. №4 (29).
- 6) van Bruggen V., Klooster P., Westerhof G., Vos J., Kleine E., Bohlmeijer E., Glas G. The Existential Concerns Questionnaire (ECQ)–Development and Initial Validation of a New Existential Anxiety Scale in a Nonclinical and Clinical Sample // Journal of Clinical Psychology, 2017. 73(12)