

Когнитивные и эмоционально-регуляторные механизмы суицидального поведения.

Переpravina Юлия Олеговна

Студент

*Московский государственный университет имени М.В. Ломоносова, Факультет психологии, Москва, Россия
E-mail: salomaia@yandex.ru*

Каждый в жизни сталкивался с трудными, тяжёлыми ситуациями, при которых мы стараемся решить проблемы тем или иным путём, будь то самостоятельный активный поиск решений (копинг-стратегия разрешения проблем) или обращение к другим людям (копинг-стратегия поиска социальной поддержки). Однако некоторые выбирают иной путь. Копинг-стратегия избегания – поведенческая стратегия, когда человек старается избежать контакта с окружающей его действительностью, уйти от решения проблем. В таких ситуациях кто-то выбирает уход в болезнь, злоупотребление алкоголем, наркотиками (пассивный способ избегания), а кто-то выбирает, к сожалению, радикальный путь – суицид (активный способ избегания). Рассмотрим последнюю ситуацию. Можно ли говорить, что ему больше не на что опереться, что у него нет больше ресурсов для «борьбы», чтобы поднять голову и идти дальше? У любого человека в жизни есть какие-то ценности, смысловые причины просыпаться каждое утро. Существует мораль и нравственность, заставляющие человека задуматься перед таким поступком о семье и близких, о том, что многие люди живут в более страшных условиях, но идут дальше. Таким образом, нам предстаёт ценностно-смысловая организация морального самознания, на которую можно опереться в трудной ситуации. На наш взгляд, это самые сильные и не поддающиеся аргументации причины существования, которым нельзя просто сказать «нет». Это тот наш личный копинг-ресурс, на который опирается каждый человек в кризисной ситуации. Вопрос состоит лишь в том, почему же, при всей их силе, человек всё-таки решается на попытку суицида? Что происходит с копинг-ресурсами, они истощаются или доступ к ним закрыт?

Для начала рассмотрим поведение, направленное на устранение или уменьшение силы воздействия стрессогенного фактора на личность, которое называют копинг-поведением, или совладающим поведением, что есть результат взаимодействия копинг-стратегий и копинг-ресурсов.

Благодаря исследованиям [Hartmann1958; Rapaport1951] впервые было проведено разветвление двух типов саморегуляции — защит и контролей. Сами защитные механизмы начинают пониматься как ограниченная группа относительно «примитивных» операций, обслуживающих Эго, включенное в конфликт инстинктивных влечений; предполагается, что в отличие от них механизмы контроля (или самоконтроля) порождаются сферой Эго, свободной от конфликта (по Х. Хартманну), и могут помочь в познании, оценке, приспособлении к реальности. Дальнейшее развитие этих идей привело к изучению так называемых «когнитивных контролей» и механизмов «совладания», их более или менее сложных целостных моделей, совместно с защитными механизмами образующих «стиль саморегуляции». [1] Мобилизация копинг-ресурсов в стрессогенной ситуации

проявляется в системе «Я»-социальная среда и приводит в действие индивидуальные приспособительные системы самоконтроля и саморегуляции.

Каким же образом достигается адаптация к реальности, если индивид ориентируется в большей степени не на её объективные свойства, а на собственные аффективные состояния. Предполагается нахождение психологической категории, интегрирующей в себе как аффективно-чувственные и оценочные характеристики ресурсов, так и когнитивно-символические способы выбора и осознания стратегии поведения. Такой психологической категорией для нас является аффективно-когнитивный личностный стиль.

У больных с суицидальным поведением обнаруживается когнитивная недифференцированность, которая ограничивает доступ к средствам и способам анализа, прошлый негативный опыт оказывается слитым с текущим[2].

Наш непосредственный интерес состоит в исследовании аффективно-когнитивного стиля совладающего поведения у больных с суицидальными попытками, которые характеризуются нарушениями самоидентичности, саморегуляции и межличностных отношений, а также специфичностью смысложизненных ориентаций и морального самосознания. Таким образом, среди факторов-предикторов суицидального поведения мы придаём решающее значение нарушению ценностно-смысловой организации морального сознания как копинг-ресурсу.

С целью изучения соотношения копинг-стратегий и копинг-ресурсов в индивидуальном стиле саморегуляции разработана схема экспериментального исследования защитных и копинговых механизмов, ценностно-смысловой организации морального самосознания. Разработанная комплексная диагностическая программа включала опросниковые и проективные методы: тест Роршаха, методику «Рисунок Человека», копинг-тест Лазаруса, методику «Индекс жизненного стиля», тест смысложизненных ориентаций (СЖО), модифицированный вариант методики «Девять моральных дилемм», модифицированный вариант методики «Пиктограммы», модифицированный вариант методики «Пословицы», невербальный вариант методики «Моральные дилеммы».

Выдвинуты следующие гипотезы:1) в связи с низким уровнем когнитивной дифференцированности у лиц с суицидальным поведением снижается доступ к копинг-ресурсам, что уменьшает вероятность использования действенной копинг-стратегии; 2) низкий уровень когнитивно-аффективной дифференцированности обуславливает конкретность и «простоту» ценностно-смысловой организации морального самосознания как копинг-ресурса личности, недостаточной эффективности знаково-символической опосредствованности его.

Описанная выше схема исследования применяется в настоящий момент; результаты смогут быть озвучены ко времени начала конференции.

Не имея на сегодняшний день единой теоретической модели суицидального поведения, невозможен единый психотерапевтический подход. Но в соответствии с теориями суицида можно говорить о психодинамической, поддерживающей и когнитивно-бихевиоральной моделях, на практике же гораздо чаще применяются интегративные модели [3]. Работая с такими больными важно подчеркнуть некоторые моменты, стоящие внимания: принять суицидента как личность, установить заботливые взаимоотношения, важно быть внимательным слушателем, по возможности не спорить, задавать вопросы, не предлагать неоправданных утешений, вместе подумать над конструктив-

ными подходами, важность сохранения заботы и поддержки.

Литература

1. Соколова Е.Т. Аффективно-когнитивная дифференцированность/ интегрированность как диспозиционный фактор личностных и поведенческих расстройств. <http://psystu>
2. Соколова Е.Т., Коршунова А.Р. Аффективно-когнитивный стиль репрезентации отношений Я – Другой у лиц с суицидальным поведением. Вестник Моск.ун-та, Сер.14.Психология.2007.№4.
3. Соколова Е.Т., Сотникова Ю.А. Проблема суицида: клинико-психологический ракурс.//Вопросы психологии.2006.№2.с.103-115.

Слова благодарности

Выражаю признательность профессору, д.пс.н. Соколовой Е.Т. за научное руководство и консультацию при подготовке тезисов