

## ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ ПОДРОСТКА КАК ПЕРВОПРИЧИНА СУИЦИДАЛЬНОГО РИСКА

Арсланов А.Н., Бурангулова Ю.Д.

*Арсланов Айнур Нургалиевич –*

*Магистр психологии, педагог-психолог, Муниципальное бюджетное образовательное учреждение «Центр образования №69», г. Уфа*

*Бурангулова Юлия Дмитриевна –*

*студент 4 курса, «Психолого- педагогическое образование»  
профиль «Психология образования», БГПУ им. М. Акмуллы, г. Уфа,*

**Аннотация:** неотъемлемую роль в жизни человека и организации его поведения играет эмоциональное состояние и эмоции. В статье определены особенности проявлений ситуационного и личностного фактора риска суицидального поведения подростка. Описаны основное эмоциональное состояние и эмоции, переживаемые в шаге от самоубийства.

**Ключевые слова:** суицидальный риск, суицид, эмоциональное состояние, депрессия, ситуационные факторы, личностные факторы.

Проблема поведения с суицидальным поведением остается актуальной для нашей страны и мира. Одна из самых тяжелых проблем современного сообщества - проблема суицида, особенно в подростковом возрасте. Суицид является 13-й причиной смерти по всему миру, и периодичность этого явления постоянно растет. Второе место занимают подростки в возрасте 15-19 лет. Неудивительно, что в материалах статистики не хватает внимания и анализирует цифры: каждый год тысяча детей выбирают жизнь смерти, из 15 попыток смерти заканчиваются смертью -2. Более трети молодежи в возрасте от 14 до 17 лет повторяет попытки вести счеты за жизнь, а с каждым следующим возрастает риск смертельных исходов.

Проблема профилактики и других форм суицида становится одной из главных задач общества. Организация здравоохранения считает, что ежегодно около 800 тыс. человек лишаются жизни, и очень много людей совершают попытки самоубийства.

В связи с особой актуализацией вопроса были проведены множество исследований, посвященных изучению факторов риска возникновения суицида у подростков (Н. В. Басалаева, Т. В. Захарова, П. В. Безменов и др.,

Н. В. Карпова, А. Ю. Бархатова, Н. Д. Узлов, М. Н. Семенова), взаимосвязь буллинга и риска суицида у подростков (А. В. Мелехин, А. А. Волочков, И. А. Фурманов, В. Е. Купченко).

Ситуационный фактор риска суицида подростков – отношения с родителями, учителями, друзьями и родными. Психологические факторы: аффективные безнадежности, депрессии, одиночества, тревоги, удовлетворенности жизнью, когнитивистическая оценка себе, состояния жизни, ценность жизни и стратегия поведения по решению задач, зависимость и риск.

Существует два вида суицида. Внутренние суициды - это суициды фантазии о смерти, тенденции к разработке плана, замыслов, намерений и суициды в отношении смерти, жизни. Суицидальные поведения проявляются как суицидальные высказывания или практические суицидальные действия, которые приводят к завершению суицида или остаются попытками.

На базе МБОУ города Уфы прошла диагностическая работа по выявлению суицида подростков в подростковом возрасте.

В исследовании принимали участие 47 учащихся 10 класса Школы среднего образования г. Уфа, в том числе 24 мальчика и 23 девочки в возрасте от 15 до 16 лет.

В исследовании использовались следующие методы для изучения рискованных факторов: диагностика враждебности (по шкале Кука- Медлей) опросник суицидального риска модификация Т.Н. Разуваевой шкала безнадежности (Hopelessness Scale, Beck et al. 1974) «одиночество» опросник С.Г. Корчагиной.

Также использовались данные анкеты.

В процессе опроса и обсуждения была определенная особенность.

Многие преобладали субшкалы «несостоятельности». Отрицательное представление о собственной персоне. Представления о своем несостоятельном, некомпетентном, ненужном, «выключенном» от мира. Это субшкала, которую можно связать с представлениями об физическом,

интеллектуальном, моральном и прочем несостоятельности. Несостоятельство является выражением интрапугивного радикала. Внешний монолог - «Я плохой».

Также доминировала шкала «Временные перспективы». Невозможность конструктивной планировки будущих. Это могло быть результатом сильной погружения в настоящее состояние, трансформации чувства нерешенности текущей ситуации в мировой страх неудачи и поражения в будущем событий.

Подростки, имеющие повышенную агрессивность и доминирующее чувство тревоги, импульсивные, эмоциональные напряженные, весьма подвижные, подвижные.

Подростки, находящиеся в унынии, чувствуют обиду, недоумение, ревность, стыд, чаще пытаются уединиться, меньше общаются, почти не рассказывают о своем переживании.

При различии спектра эмоций, состояний подростков, испытываемых в кризисной ситуации, характерны общие черты – невыносимые душевные боли – психология.

Причиной суицида подростков может быть довольно далеко отставание времени, и эмоциональное состояние может быть пережёвано годами. В момент того, как совершается роковой шаг, эмоция может уже не связываться с определенными событиями, а быть накопителем очередного негативного эмоционального новообразования, который запускает механизм деструктивных поведений.

Поэтому для создания эффективной профилактики суицида необходимо учитывать и ситуационные, и индивидуальные факторы риска такого поведения.

Если рассмотреть особенности проявлений таких факторов в подростковом возрасте, можно считать, что взаимоотношения подростков с близкими людьми, с друзьями и учителями более тесно связаны со своим эмоциональным состоянием, с одиночеством и депрессией, а наоборот, с

ощущением эмоционального спокойствия, спокойного и удовлетворенного в целом жизни.

Важно понимать, что отношения с младшими детьми остаются для него важными. При этом ответственность семьи является важным сдерживающим фактором суицида. И в то же время эти отношения относятся не к выбору пути действия, а к эмоциональному переживанию ситуации.

В то же время взаимоотношения с учителем связаны с пониманием ситуации и оценкой самого себя. При этом выбор стратегии поведения уже больше зависит от отношений к родственникам, соответствующих возрастной норме.

В общем, факторы событий тесно относятся к личности, поэтому необходимо не только работать в рискованной группе, чтобы выстраивать отношения с окружающим окружением, но и совершенствовать навыки конструктивного решения проблем. Важно учесть, что взаимоотношение ребенка с окружающими может быть ресурсом для ребенка в сложной ситуации и фактором риска.

### *Список литературы*

1. Басалаева Н. В., Захарова Т. В. Проблема суицидального поведения подростков: диагностика и профилактика // Международный журнал экспериментального образования. 2019. № 2-2. С. 329–333.

2. Безменов П. В., Серебровская О. В., Портнова А. А., Смирнов И. И., Усачева Е. Л., Вяльцева И. Ю., Романова О. А., Наумец М. И. Динамика ведущих факторов суицидального риска у подростков в результате оказания кризисной психологической помощи // Общественное психическое здоровье: настоящее и будущее: сб. материалов VI Национального конгресса по социальной психиатрии и наркологии. М.: НМИЦ ПН им. В. П. Сербского, 2016. С. 64–65.

3. Белогай К. Н., Борисенко Ю. В., Евсеенкова Е. В., Каган Е. С.,

Морозова И. С. Опыт использования методики «Детская шкала безнадежности» в процессе апробации скринингового метода исследования риска суицидального поведения подростков // Известия Иркутского государственного университета. Серия: Психология. 2018. Т. 24. С. 3–22. DOI: <https://doi.org/10.26516/2304-1226.2018.24.3>

4. Рахимкулова А. С. Нейропсихологические особенности подросткового возраста, влияющие на склонность к рисковому и суицидальному поведению // Суицидология. 2021. Т. 8. № 1. С. 52–61.

5. Грачева А.В., Бажинова А.А. Особенности суицидального поведения в подростковом возрасте Территория науки. 2016. № 4. С. 8-12.

6. Гилинский Я.И. Самоубийство как социальный феномен // Социологический журнал. № 2. С. 39-48.

7. Шнейдман Э. Душа самоубийцы. М.: Смысл, 2001. 132 с.

8. Кочетов А.И. Как заниматься самовоспитанием. 3 е изд. Минск: Высшая школа, 1991. 287 с.

9. Личко А.Е. Психопатия и акцентуации характера у подростков. СПб.: Речь; СПб. НИПНИ им. В.М. Бехтерева, 2010. 256 с.

10. Ильин Е.П. Психофизиология состояний человека. СПб.: Питер, 2005 412 с.

11. Леонова А.Б. Психодиагностика функциональных состояний человека: монография. М.: Московский университет, 1984. 200 с.

12. Ефремов В. С. Основы суицидологии. СПб.: Диалект, 2004. 480 с.