

<https://doi.org/10.30629/2618-6667-2019-17-4-102-105>

Суицидологическая секция на Европейском психологическом конгрессе (2–5 июля 2019), Москва, Россия

Бойко О.М.¹, Чистопольская К.А.²

¹ ФГБНУ НЦПЗ, Москва, Россия

² ГБУЗ «Городская клиническая больница им. А.К. Ерамишанцева», Москва, Россия

Резюме

Цель: изложить обзор содержания всех выступлений участников suicideдологической секции XVI Европейского психологического конгресса в Москве 2–5 июля 2019 г. **Результаты:** в докладах приведен анализ частоты и проявлений актуальных моделей суицидального поведения. Рассмотрены биологические, психологические и социальные факторы риска суицидальных действий, а также характерные контрпереносные реакции специалистов, помогающие выявить острый суицидальный риск. Сопоставлены отечественные и зарубежные модели суицидального поведения. Приведены ссылки на сайты организаций, которые представляли участники, а также на их статьи и тезисы, опубликованные в сборнике трудов конгресса. **Заключение:** обзор материалов конгресса позволяет составить представление о направлениях развития suicideдологии, современных подходах к превенции, интервенции и поственции suicideдов.

Ключевые слова: конгресс; suicideдология; suicideд; самоповреждение; превенция suicideда; поственция при suicideде; антисуицидальная интервенция; суицидальный риск диагностика.

Для цитирования: Бойко О.М., Чистопольская К.А. Suicideдологическая секция на Европейском психологическом конгрессе (2–5 июля 2019), Москва, Россия, *Психиатрия*. 2019;17(4):102–105. <https://doi.org/10.30629/2618-6667-2019-17-4-102-105>.

Section of Suicidology at the XVI European Congress of Psychology (2–5 July 2019), Moscow, Russia

Boyko O.M.¹, Chistopolskaya K.A.²

¹ FSBSI «Mental Health Research Centre», Moscow, Russia

² CBIH «Eramishantsev Moscow City Clinical Hospital», Moscow, Russia

Summary

The aim: to present a review of all reports given at the section of suicidology during the XVI European Congress of Psychology in Moscow, 2–5 July 2019. **Results:** the essential models of the origins and development of suicidal behavior are presented in reports. The biological, psychological and social risk factors are reviewed, as well as countertransference reactions of the specialists, which help detecting acute suicidal risk. Russian and foreign models of suicidal behavior are compared briefly. Links to web-sites of organizations, which the speakers represent, are given as well as the link to speakers' articles that were published in the Congress book of abstracts. **Conclusion:** review of Congress materials provides insight into the contemporary approaches to prevention, intervention and postvention of suicidal behavior.

Keywords: congress; suicidology; suicide; self-harm; suicide prevention; suicide postvention; suicide intervention; suicidal risk; diagnostics.

For citation: Boyko O.M., Chistopolskaya K.A. Section of Suicidology at the XVI European Congress of Psychology (2–5 July 2019, Moscow, Russia). *Psychiatry*. 2019;17(4):102–105. <https://doi.org/10.30629/2618-6667-2019-17-4-102-105>.

Предваряя содержательную часть обзора, необходимо отметить безупречную организацию и плотность наполнения докладами suicideдологической секции конгресса. Не имея возможности подробно изложить все сообщения, ниже представим краткий смысл доклада каждого выступающего и несколько подробнее рассмотрим материалы основных спикеров.

Suicideдологическая секция XVI Европейского психологического конгресса открылась выступлением президента Американской ассоциации suicideдологии David Covington (США) с докладом о новой стратегии

превенции самоубийств «Zero Suicide», которая заключается в качественно новом понимании суицидального кризиса и помощи в выходе из него. Докладчик указал на огромную значимость положительных примеров: искренние, подлинные истории людей, прошедших через суицидальный кризис и оставшихся в живых, крайне важны для человека, обдумывающего suicideд, и способны вдохновить его на поиск помощи. David Covington утверждает: «заразителен не suicideд, заразителна отвага». Человеку, переживающему острый кризис, самоубийство может казаться единственным

выходом, но если подсказать ему другой путь, показать, что преодоление возможно, это способно удержать его от фатального шага. Данный факт должны учитывать СМИ, сообщающие о случаях самоубийств: требуется всегда включать в подобные статьи истории выживших наряду с информацией, куда можно обратиться за помощью. На платформе yourlifecounts.org собраны личные истории самых разных людей, выживших после суицидальных попыток и выбравших жизнь, а также истории тех, кто потерял близких из-за самоубийства.

Во многих докладах также уделялось большое внимание использованию информационных технологий в превентивном и кризисном вмешательстве. Так, Helen Christensen (Австралия), директор австралийского института The Black Dog, занимающегося исследованиями суицидального поведения и депрессии, в своей лекции рассказала о практических результатах научных разработках, которые помогли снизить уровень суицидов у австралийских аборигенов, а также о программе, направленной на снижение суицидального риска за счет обучения совладанию с нарушением сна. Докладчик сообщила о текущих разработках, которые позволяют отслеживать в режиме реального времени изменение состояния человека, используя показатели личных электронных устройств, и диагностировать суицидальный кризис еще до обращения самого человека за помощью. Эта часть выступления Helen Christensen вызвала активную дискуссию среди участников конгресса.

Свои модели суицидального поведения представили ведущие мировые суицидологи. Часть из них созвучны классической отечественной модели А.Г. Амбрумовой, что заставляет еще раз пожалеть об ограниченной представленности российской суицидологической науки в международных англоязычных изданиях.

Igor Galynker (США), глава лаборатории исследования суицидов при больнице Маунт-Синай в Нью-Йорке, автор нарративной теории суицидального кризиса, и его сотрудница Raffaella Calati рассказали о новом методе диагностики суицидального кризиса с использованием короткого опросника MARIS (модульная система оценки неотвратимого суицидального риска). Наибольший интерес в этом инструменте вызывает акцент на эмоциональной реакции лечащего специалиста, взаимодействующего с потенциально суицидальным человеком. Igor Galynker и его коллеги с впечатляющей открытостью описывают контрпереносные реакции, возникающие у клиницистов, что они с успехом используют в работе. В докладе представлены основные характеристики суицидального синдрома, куда входят:

- ощущение западни/чувство отчаянной безнадежности;
- эмоциональная боль (с отсутствием контроля за своими эмоциями);
- избыточные, чрезмерные руминации (вплоть до затопления);
- паника диссоциативного характера и страх умирания/гипервозбуждение;

- избегание социальных контактов, уклончивые ответы на вопросы о суициде.

К важным факторам, влияющим на развитие такого острого состояния, отнесен суицидальный нарратив — это истории жизни, в которых присутствуют темы социального поражения, унижения и чувства стыда; неумение отказываться от недостижимых целей или, наоборот, успешно преследовать важную цель; восприятие себя как обузы для близких, разрыв значимых социальных связей (нарушение принадлежности к группе), ощущение западни и неспособность вообразить собственное будущее.

Известный суицидолог Konrad Michel (Швейцария), автор краткосрочной психотерапевтической методики для людей после суицидальной попытки (сайт, посвященный этому подходу: assip.ch), поддерживает использование понятия суицидального нарратива и говорит о важности нарративной беседы, общения «на одном языке» с суицидальным пациентом.

Шотландский суицидолог Rory O'Connor, автор интегративной мотивационно-волевой модели суицидального поведения, прочитал лекцию о своем подходе. Модель включает как личностные, так и нейрофизиологические предикторы суицидального поведения, а также объясняет переход от суицидальных мыслей к суицидальным действиям. Он рассматривает антивита́льные мысли и представления, а также несуйцидальные действия и прошлое суицидальное поведение как последнюю, волевую стадию суицидального процесса. Для нее характерно подробное представление антивита́льного поступка, своих похорон, процесса умирания, несуйцидальные самоповреждения, прошлые попытки. Автор считает их формой экспозиции (что перекликается с когнитивно-поведенческим подходом и теорией суицидального поведения американского суицидолога Томаса Джойнера). В это время постепенно снижается интенсивность эмоциональной реакции на угрожающие жизни действия, что облегчает переход к совершению суицидальных действий. Таким образом, известный суицидолог в очередной раз опровергает бытующее представление о том, что «тот, кто говорит о суициде, никогда его не совершит». По мнению Rory O'Connor, главным конструктом мотивационной фазы в его комплексной модели суицидального поведения является внутреннее ощущение западни, вызванное чувством стыда и унижения, зачастую исходящее из несоответствия внутренним стандартам. При этом перфекционизм рассматривается как важный премотивационный фактор суицидального поведения. В качестве одного из физиологических предикторов Rory O'Connor рассмотрел изменение уровня кортизола в стрессовой ситуации, вслед за французским суицидологом Fabrice Jollant показав значимые различия у представителей трех групп: контрольной (без суицидального поведения), группы с суицидальными мыслями и группы с суицидальными попытками. Докладчик наглядно продемонстрировал, как последовательно снижается общий уровень кортизола и его выработка в ответ на стрессовую ситуацию, и связал это с фактом пережитого в детстве эмоционального и физического

насилия. У лаборатории, возглавляемой Rory O'Connor, есть своя страничка, на которой можно ознакомиться с проводимыми исследованиями и мероприятиями: suicideresearch.info.

Fabrice Jollant (Франция), профессор нейropsychiatrii в Университете Париж–Декарт, в своем выступлении обобщил результаты большого числа нейрофизиологических исследований, в которых участвовали лица с суицидальными мыслями, лица с суицидальными попытками в анамнезе и представители нормативных групп. Эксперименты свидетельствуют о нейрофизиологических особенностях обыденного функционирования разных областей коры головного мозга у людей, имеющих опыт суицидальных попыток, но не пребывающих в суицидальном кризисе, что проявляется в склонности к рисковому поведению, в измененных оценках значимости информации, в чувствительности к социальному отвержению, а также в более сильном ответе на негативные эмоциональные состояния других людей (в частности, на гнев). Признается, что такая повышенная сензитивность в общении приводит к острой душевной боли. Докладчик сделал акцент на важности понимания биологических причин суицидального поведения, которое дает возможность более точного выбора мишеней терапевтических воздействий.

Один из разработчиков теории перфекционизма, знаменитый канадский психолог Paul Hewitt в своем докладе определил перфекционизм как защитный способ совладания с ощущением собственной незначительности и высказал убеждение в том, что адаптивного перфекционизма не существует. По его мнению, не стоит называть добросовестность перфекционизмом, так как это понятие иного рода. Докладчик наглядно продемонстрировал, как все виды перфекционизма отрицательно влияют на разные стороны жизни человека, уменьшают вероятность установления столь желаемых человеком близких отношений с другими людьми и приводят к разрушению системы социальной поддержки, что, в свою очередь, формирует суицидальный риск. Исследования Paul Hewitt показывают, что особенно суицидоопасен социально предписываемый перфекционизм, когда человеку кажется, будто другие люди ждут от него идеального исполнения.

Исследователь Kari Dyregrov (Норвегия) представила два доклада. В одном она рассказала об постсуицидальной аутопсии, исследовании, продолжающем традиции основателя суицидологии Эдвина Шнейдмана. Одним из неожиданных выводов ее первого доклада было углубление понимания близкими людьми причины произошедшего в результате подробного и развернутого интервью, которое помогло им самим по-новому увидеть своего погибшего близкого и причины его поступка. Среди факторов суицидального риска докладчик отметила завышенные личностные стандарты и уязвимость к стыду. Также важная информация содержалась в выступлении Kari Dyregrov о поственции суицидов в школе. Наличие четко описанных правил для учителей по взаимодействию с детьми и подростками, горящими вследствие суицида близкого человека, более мягкое, индивидуальное, понимающее отношение к ним дает возможность

избежать катастрофического ухудшения социальной адаптации, что косвенно предотвращает дальнейшее распространение суицидального поведения.

Турецкий психолог Köskun Tolga описал варианты позитивной динамики совладания с переживанием потери близкого человека в результате суицида, что может помочь специалистам в планировании своей работы в области поственции.

Цзе Чжан (Китай, США), профессор социологии Университета Буффало в США и директор Центра превенции суицидов при Шандунском университете в Китае, автор теории социального напряжения при суицидальном поведении, отметил важную роль социальных стрессоров при суициде. Он проиллюстрировал свою теорию наглядными примерами снижения социального напряжения, повлекшими за собой уменьшение показателей суицидального поведения у молодежи. К ним он отнес результат программы «одна семья — один ребенок», поднявшей ценность детской жизни для родителей, а также способствовавшей общему улучшению положения женщин в китайском обществе.

Необходимо отметить доклады российских исследователей. Ольга Никитина из Союза охраны психического здоровья представила профилактическую программу «Вместе», использующую современные технологии при работе с уязвимым контингентом: подростками и молодежью. Докладчик рассказала, что их группа, выделив ключевые суицидоопасные переживания и поведенческие дефициты, выпускает интервью с людьми, являющимися ролевыми моделями для подростков, про то, как они переживали тяжелые времена.

Более того, конкурсы, проводимые создателями программы, направлены на укрепление эмоциональных связей их подписчиков с членами семей, на восстановление между ними более близких и поддерживающих отношений.

Виктория Руженкова (ФГАОУВО «Белгородский государственный национальный исследовательский университет») сообщила о результатах исследования суицидального поведения у студентов-первокурсников медицинского вуза. Было показано, что оно является одной из патологических реакций на высокие учебные нагрузки. По результатам данного исследования в Белгородском медицинском университете были внедрены специальные способы профилактики, которые включают в себя обучение навыкам самопрезентации, совладания со стрессом, в том числе в общении, и тайм-менеджмента.

В докладе Евгении Носовой и Евгения Любова (отделение клинической и профилактической суицидологии МНИИП) были представлены расчеты экономических потерь российского общества вследствие суицидов, что наглядно свидетельствовало в пользу более активного внедрения превентивной работы.

Геннадий Банников (Центр экстренной психологической помощи МГППУ) в двух выступлениях рассказал об уже используемых стратегиях взаимодействия со школами для выявления детей и подростков из группы суицидального риска и о наработках ЦЭПП в превентивной, кризисной, а также поствентивной помощи.

Ксения Сыроквашина (Государственный научный центр социальной и судебной психиатрии им. В.П. Сербского) в совместном с коллегами докладе рассказала о выявленных по результатам аутопсии факторах суицидального поведения в раннем и позднем подростковом возрасте. Она обратила внимание на исключительную важность, которую занимают конфликтные отношения с родителями, что в очередной раз подчеркивает необходимость доступности психологической помощи семьям как одного из важных факторов превентивной работы.

Ильгиз Тимербулатов (Башкирский государственный медицинский университет) сообщил о полученном в республике Башкортостан антисуицидальном эффекте развертывания сети психотерапевтических кабинетов, оказывающих помощь людям в кризисном состоянии.

Евгений Николаев (Чувашский государственный университет имени И.Н. Ульянова) представил доклад с описанием такого фактора суицидального риска, как диссоциативная культурная идентичность.

Ольга Бойко в совместном с Сергеем Ениколоповым (ФГБНУ НЦПЗ) докладе изложила стратегию работы с суицидальной тематикой в группе поддержки для лиц, страдающих психическими заболеваниями. В панельной дискуссии по поводу поственции в школе она акцентировала внимание на организационных и правовых сложностях работы школьных специалистов с детьми из групп риска.

Высокоинформативные доклады представили и сотрудники кризисного отделения ГКБ им. А.К. Ерамишанцева г. Москвы, основанного еще профессором А.Г. Амбрумовой. Ксения Чистопольская в совместном с Сергеем Ениколоповым выступлении представила результаты исследования, в котором были показаны мировоззренческие различия у лиц в остром постсуи-

циде и врачей-психиатров. По мнению авторов, невнимание к расхождениям во взглядах на жизнь и смерть у врачей и суицидальных пациентов способно ухудшать лечебный альянс, а понимание и учет их в работе лучше скажется на исходе терапии. Людмила Миллер рассказала об исследовании жизнестойкости и смысловых ориентаций у людей с разным уровнем суицидального поведения. Галина Романова сделала сообщение об авторской методике, позволяющей оценить установки человека с суицидальным поведением относительно психотерапевтической работы. Ольга Калашникова представила совместное с Дмитрием Леонтьевым, Ольгой Тараненко и Вадимом Гилодом сообщение о паттернах осмысленности в кризисном состоянии и работе с ними.

Закрыло секцию очень информативное и структурированное выступление итальяно-американского психоаналитика Raffaella Calati (Италия, США), посвященное психотерапевтическим интервенциям при суицидальном кризисе, где были представлены данные об их общей эффективности и эффективности различных их компонентов. Представляют интерес и выводы данного выступления, согласно которым не существует стандартного способа вмешательства, в то время как необходима более тщательная диагностика и вытекающий из ее результатов подбор стратегий вмешательства.

По-настоящему эффективным может быть только персонально подобранный тип вмешательства, учитывающий особенности личности человека, ситуации, в которой он находится, и причин, вызвавших суицидальный кризис.

Ознакомиться со статьями и тезисами выступавших специалистов можно по ссылке: https://ecp2019.ru/doc/Book_of_Abstracts_ecp_2019.pdf.

Сведения об авторах:

Бойко Ольга Михайловна, научный сотрудник, ФГБНУ НЦПЗ, Москва, Россия. <https://orcid.org/0000-0003-2895-807X>

E-mail: olga.m.boyko@gmail.com

Чистопольская Ксения Анатольевна, медицинский психолог, ГКБ им. А.К. Ерамишанцева, Москва, Россия. <https://orcid.org/0000-0003-2552-5009>

E-mail: ktchist@gmail.com

Information about authors:

Olga M. Boyko, Research Associate, «Mental Health Research Centre», Moscow, Russia. <https://orcid.org/0000-0003-2895-807X>

E-mail: olga.m.boyko@gmail.com

Ksenia A. Chistopolskaya, Medical Psychologist, Eramishantsev Moscow City Clinical Hospital, Moscow, Russia. <https://orcid.org/0000-0003-2552-5009>

E-mail: ktchist@gmail.com

Для корреспонденции/Corresponding author:

Бойко Ольга Михайловна/Olga M. Boyko

E-mail: olga.m.boyko@gmail.com