

DOI: 10.12731/2658-4034-2024-15-6-626

EDN: GUGMIH

УДК 159.9.075



Научная статья |

Педагогическая психология, психодиагностика цифровых образовательных сред

ЖИЗНЕСТОЙКОЕ СОВЛАДАНИЕ КАК ЛИЧНОСТНЫЙ РЕСУРС ПРЕОДОЛЕНИЯ СУИЦИДАЛЬНОГО РИСКА В СТАРШЕМ ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ

В.В. Гагай, Е.И. Алферова

Аннотация

Актуальность. В статье представлены результаты эмпирического исследования личностных ресурсов преодоления старшими подростками суицидального риска. Авторами уточнено понимание личностных ресурсов преодоления суицидального риска как системной характеристики личности, включающей в себя жизнестойкие стратегии совладания, жизнестойкие убеждения, позитивное эмоциональное отношение к будущему и обеспечивающей достаточный уровень психологической устойчивости в трудных жизненных ситуациях.

Цель исследования. Выявление особенности жизнестойкого совладания старших подростков с разным уровнем суицидального риска.

Материалы и методы. «Опросник суицидального риска» (А.Г. Шмелев в модификации Т.Н. Разуваевой), «Тест жизнестойкости Мадди» (адаптированный Д.А. Леонтьевым и Е.И. Рассказовой), методика «Копинг-поведение в стрессовых ситуациях» (КПСС) (Н.С.Эндлер, Д.А.Паркер, в адапт. Т.Л. Крюковой), методика эмоционального отношения к будущему (М.Р. Гинзбург). В исследовании приняло участие 164 подростка (учащиеся 8-х классов обоего пола) общеобразовательной школы г. Сургута.

Результаты. В статье описаны особенности жизнестойкого совладания старших подростков с разным уровнем суицидального риска. Представлены эмпирические данные, свидетельствующие о том, что

низким значениям жизнестойкости и ее компонентов соответствуют высокие значения суицидального риска и, наоборот, высоким значениям жизнестойкости и ее компонентов - низкие значения суицидального риска. На основании полученных эмпирических данных сделан вывод о том, что жизнестойкое совладание выступает в качестве личностного ресурса, помогающего старшему подростку преодолевать трудные жизненные ситуации и тем самым снижать риск суицидального поведения.

Область применения результатов. Показаны возможности использования результатов данного исследования в целях первичной профилактики суицидального риска среди старших подростков, направленной на развитие личностных ресурсов обучающихся.

Ключевые слова: старшие подростки; суицидальный риск; жизнестойкое совладание; жизнестойкие копинг-стратегии; жизнестойкость; позитивное эмоциональное отношение к будущему; превенция суицидального риска

Для цитирования. Гагай В.В., Алферова Е.И. Жизнестойкое совладание как личностный ресурс преодоления суицидального риска в старшем подростковом возрасте // Russian Journal of Education and Psychology. 2024. Т. 15, № 6. С. 274-297. DOI: 10.12731/2658-4034-2024-15-6-626

Original article |

Pedagogical Psychology, Psychodiagnostics of Digital Educational Environments

RESILIENT COPING AS A PERSONAL RESOURCE FOR OVERCOMING SUICIDAL RISK IN OLDER ADOLESCENTS

V.V. Gagay, E.I. Alferova

Abstract

Relevance. The article presents the results of an empirical study of personal resources for overcoming suicide risk in older adolescents. The authors have clarified the understanding of personal resources for overcoming suicide risk

as a systemic characteristic of personality, including resilient coping strategies, resilient beliefs, a positive emotional attitude towards the future and ensuring a sufficient level of psychological stability in difficult life situations.

Purpose. To identify the characteristics of resilient coping in older adolescents with different levels of suicidal risk.

Materials and methods: «Suicide Risk Questionnaire» (A. G. Shmelev modified by T. N. Razuvaeva), «Maddy's Vitality Test» (adapted by D. A. Leontiev and E. I. Rasskazova), «Coping Behavior in Stressful Situations» (CBSS) method (N. S. Endler, D. A. Parker, adapted by T. L. Kryukova), and the «Emotional attitude toward the future» method (M. R. Ginzburg). The study involved 164 teenagers (8th-grade students of both sexes) from a public school in Surgut.

Results. The article describes the features of resilient coping in older adolescents with different levels of suicidal risk. Empirical data are presented indicating that low values of resilience and its components correspond to high values of suicidal risk and, conversely, high values of resilience and its components correspond to low values of suicidal risk. Based on the obtained empirical data, a conclusion is made that resilient coping acts as a personal resource that helps older adolescents overcome difficult life situations and thereby reduce the risk of suicidal behavior.

Scope of results application. The possibilities of using the results of this study for the purposes of primary prevention of suicide risk among older adolescents, aimed at developing the personal resources of students, are shown.

Keywords: older adolescents; suicide risk; resilient coping; resilient coping strategies; resilience; positive emotional attitude towards the future; prevention of suicide risk

For citation. Gagay V.V., Alferova E.I. Resilient Coping as a Personal Resource for Overcoming Suicidal Risk in Older Adolescents. *Russian Journal of Education and Psychology*, 2024, vol. 15, no. 6, pp. 274-297. DOI: 10.12731/2658-4034-2024-15-6-626

Введение

Согласно статистическим данным в последние годы наблюдается тенденция увеличения числа суицидальных попыток и суицидов

среди подростков. В связи с этим возникает вопрос, каким образом можно предотвратить суицидальные действия подростков? Ответ на этот вопрос предполагает изучение предикторов и антипредикторов суицидального риска у подростков.

Одним из основных отечественных психологических подходов к изучению суицидального поведения стала концепция А.Г. Амбрумовой, ключевым в которой является понимание суицида как «социально-психологической дезадаптации личности в условиях переживаемого микросоциального конфликта» [2]. Идее о трактовке суицида как варианта расстройства адаптации, отклоняющегося, асоциального и даже делинквентного поведения придерживаются Е.В. Змановская, И.А. Погодин, Л.В. Зубова и другие авторы. Суицидальное поведение в нашем исследовании понимается как ауто-агрессивное поведение, проявляющееся в виде фантазий, мыслей, представлений или действий, направленных на самоповреждение или самоуничтожение и мотивированных явными или скрытыми интенциями к смерти [16].

А. Г. Амбрумова в своих исследованиях подчеркивает, что в целях профилактики суицидального поведения важным представляется исследование детей, входящих в так называемую группу «суицидального риска» [2]. Под суицидальным риском принято понимать вероятность того, что данный человек совершит суицидальные действия. При оценке суицидального риска в центре внимания исследователей находятся суицидальные мысли, эмоциональное состояние, и соответствующее им поведение. Факторы суицидального риска имеют вероятностный характер. Следовательно, их влияние на возникновение суицидального поведения носит относительный характер. Тем не менее, как отмечают многие исследователи, оценка суицидального риска в подростковой среде позволяет выделить группу риска и, тем самым, повысить эффективность профилактики суицидального поведения среди подростков (К.В. Сыроквашина, Е.Г. Дозорцева и др.) [13].

Проблеме суицидальных рисков в подростковом возрасте посвящены исследования А.Г. Амбрумовой, К.В. Сыроквашиной, Е.Г.

Дозорцевой Е.В. Змановской, И.А. Погодина, Л.В. Зубовой, Н.Н. Васягиной, Е.С. Бариновой и др. К факторам суицидального риска большинство исследователей относят такие особенности личности, как депрессия, одиночество, низкая самооценка, агрессия, дезадаптация, склонность к самоповреждающему поведению и др. Основная характеристика эмоционального состояния подростков с риском суицидального поведения – это чувство беспомощности и безнадежности относительно перспектив на будущее. В исследовании Т.Ц. Тудуповой, Н.Г. Батуевой, Т.А. Парфентьевой при помощи шкалы «Беспомощность» А. Бека выявлены повышенные показатели беспомощности в общей выборке испытуемых [14]. Гармаева Т.В., Будаева Э.В. в своем исследовании выявили, что около 10% старшеклассников характеризуются безнадежным отношением к будущему и 60% учащихся 11 классов имеют отрицательное отношение к будущему [7]. Таким образом, для подростков в целом характерно ощущение беспомощности и отрицательное отношение к своему будущему, что является показателем суицидального риска.

Объяснение механизма возникновения суицидального поведения подростка предложено в гипотезах – «диатез-стресс» Дж. Ковина и Г. Дауни (1991) и теории «психической боли» Э. Шнейдмана (1993). В модели «диатез-стресс» суицидальное поведение является результатом взаимодействия между средовыми стрессами и уязвимости, некоей предрасположенности личности к аутоагрессивному поведению: например установки на восприятия себя как неудачника, трудности совладания со стрессовыми жизненными событиями. Это ведет к ощущению безнадежности и дефициту способности к конструированию позитивного будущего [18].

В теории Э. Шнейдмана суицидальное поведение рассматривается как способ избавления от переживания невыносимости существования без надежды на возможность облегчения. Существенным фактором выделяется эмоциональное состояние переживания безнадежности – беспомощности, сужения когнитивной сферы – невозможности видения вариантов разрешения стрессовой ситуации, фрустрирование, особенно витальных, потребностей личности [13, с. 26].

Таким образом, анализ факторов суицидального риска осуществляется преимущественно с позиций дефицитарного подхода. Задача многих исследователей – выявить нарушения или отклонения на индивидуально-психологическом или социально-психологическом уровне функционирования личности в их связи с суицидальными мыслями, переживаниями и действиями.

В современных исследованиях прослеживается идея о том, что при оценке риска суицидального поведения нельзя ограничиваться односторонним учетом только суицидогенных факторов [5]. Исследователи исходят из того, что превенция суицидального риска в первую очередь должна предполагать выявление и развитие личностных ресурсов обучающихся, от уровня сформированности которых зависит способность подростков противостоять факторам суицидального риска. В Распоряжении Правительства РФ от 26 апреля 2021 года «Об утверждении комплекса мер до 2025 года по совершенствованию системы профилактики суицида среди несовершеннолетних» ставится задача формирования у обучающихся личностных ресурсов, позволяющих преодолевать сложные жизненные ситуации. Поэтому при изучении суицидального поведения подростков акцент делается на исследовании ресурсов личности и ее окружения, помогающих преодолевать трудные жизненные ситуации.

В широком смысле под понятием «ресурс» понимают все то, что может помочь личности действовать, сохраняя психическое здоровье в трудных жизненных обстоятельствах. В качестве таких ресурсов указываются личностные особенности подростка и средовые факторы. Так, например, по мнению S.B. Galligan (et al.) (2010) в качестве защитного фактора суицидального риска у подростков выступает повышенная мотивация достижения успеха [16]. А.Г. Амбрумова и Е.Г. Трейнина характеризуют модель семейных отношений как защитный фактор суицидального риска среди подростков: доброжелательные отношения между членами семьи, получение поддержки от них в трудной ситуации, конструктивное и последовательное воспитание [3]. Б.С. Положий в своей работе также называет семейные защитные факторы от суицидального поведения у детей и

подростков: позитивный уровень общения с ребенком, эффективная дисциплинированность, адекватный родительский контроль [11].

Многими исследователями в качестве личностного ресурса, позволяющего справиться с кризисной ситуацией и снизить риск выбора подростками неадаптивных форм поведения, приводящих к негативным последствиям, рассматривается совладание. К понятию «совладание» близко понятие «копинг». Р. Лазарус и С. Фолкман определяют копинг как динамичное взаимодействие человека с ситуацией, как когнитивные, поведенческие и эмоциональные усилия, направленные на устранение внешних или внутренних противоречий [2]. В нашем исследовании эти понятия используются как синонимы. Совокупность копингов представляют собой копинг-стратегии, которые группируются в копинговые стили. Р. Лазарус и С. Фолкман выделили 3 копинг-стиля:

1) проблемно-ориентированный стиль, направленный на рациональный анализ проблемы, создание и реализацию плана разрешения сложной ситуации, обращение за помощью к другим, поиск дополнительной информации;

2) эмоционально-ориентированный стиль, который является следствием эмоциональной реакции на ситуацию, проявляющейся в виде погружения в собственные переживания, самообвинения, жалоб окружающим на свое положение;

3) стиль избегания, который проявляется в виде попыток не думать о проблеме, отвлечения на другие занятия, игнорирования трудной ситуации [3].

Согласно концепции соответствия когнитивной оценки и совладающего поведения, проблемно-ориентированное совладание является детерминантой более эффективной адаптации в трудной ситуации, чем эмоционально-ориентированное совладание [7; 14]. Однако имеются данные, свидетельствующие о том, что нет однозначной связи между стратегиями совладания и социально-психологической адаптацией. В качестве фактора, влияющего на связь между этими переменными, выступает способность контролировать ситуацию. В исследовании М. Zeidner и Н. Endler показано,

что проблемно-ориентированное совладание более эффективно в контролируемых ситуациях, а эмоционально-ориентированное совладание – в менее контролируемых ситуациях [6].

С точки зрения Ю.В. Попова и А.А. Пичикова в качестве защитного фактора суицидального поведения подростков выступают не только стратегии совладания подростка, но эффективные копинги поведения, принятые в семье [12].

В качестве личностного потенциала / ресурса совладания с трудной ситуацией часто рассматривается, такое свойство личности, как жизнестойкость, тем самым подчеркивая связь жизнестойкости и совладающего поведения. Жизнестойкость (С.Мадди) – «система убеждений индивида о себе, мире, отношениях с ним, которые позволяют выдерживать и эффективно преодолевать стрессовые ситуации». В работе S. Maddi встречается такое понятие, как жизнестойкое совладание, которое характеризуется как активное совладание, направленное на преобразование трудной ситуации за счет жизнестойких копинг-стратегий [4]. S. Maddi в структуре жизнестойкости выделяет такой компонент, как жизнестойкие копинг-стратегии, которые, по его мнению, включают в себя следующие характеристики: понимание ситуации, обнаружение перспективы, решительные действия. С учетом данных характеристик к жизнестойким стратегиям совладания можно отнести копинги, которые характеризуют проблемно-ориентированный стиль совладания (по классификации Р. Лазарус и С. Фолкман). М.А. Одинцова наряду с виктимным стилем выделяет жизнестойкий стиль преодоления трудной ситуации как совокупность копингов, которые характеризуются высоким уровнем активности, направленной на совладание с трудной ситуацией; поиском ресурсов в себе, творческим подходом к решению трудной ситуации [10].

Как указывает Л.А. Александрова, личностное качество жизнестойкости «подчеркивает аттитюды, мотивирующие человека преобразовывать стрессогенные жизненные обстоятельства» [1]. В основе жизнестойкости лежат убеждения человека, которые позволяют ему оставаться активным и препятствуют негативным последствиям стрес-

са. Итак, жизнестойкость как совокупность убеждений выполняет мотивирующую функцию при выборе стратегий совладания. Люди с высоким уровнем жизнестойкости склонны использовать более эффективные копинг-стратегии для совладания со стрессом (планирование решения проблемы, положительная переоценка), в то время как личности с низким уровнем жизнестойкости склонны прибегать к менее эффективным стратегиям (дистанцирование, бегство/избегание).

В качестве личностного ресурса преодоления суицидального риска в некоторых исследованиях называется эмоциональное отношение к будущему. В исследовании Н.Н. Васягиной и др. было выявлено, что в качестве личностного ресурса подростков в контексте преодоления суицидального риска выступает позитивный образ будущего, который связан с оптимизмом и самоподдержкой [6].

Согласно М.Р. Гинзбургу, уровни эмоционального отношения к будущему, как одна из характеристик «смыслового будущего», могут быть представлены двумя полюсами: эмоционально привлекающий и эмоционально угрожающий [8]. Привлекательный образ будущего может мотивировать подростка на активное преодоление трудной ситуации и, наоборот, отрицательный образ будущего может выступать в качестве фактора избегания в трудной ситуации.

Следовательно, положительное эмоциональное отношение к будущему можно рассматривать как копинг-ресурс, помогающий человеку использовать жизнестойкие стратегии совладания в трудных ситуациях.

Как показывает анализ литературы, в качестве личностного ресурса преодоления трудных ситуаций выступает жизнестойкое совладание, которое включает в себя жизнестойкие копинг-стратегии, жизнестойкие убеждения (жизнестойкость) и положительное эмоциональное отношение к будущему. Однако в недостаточной степени выявлены особенности жизнестойкого совладания у подростков с разным уровнем суицидального риска.

Цель исследования - выявление особенности жизнестойкого совладания старших подростков с разным уровнем суицидального риска.

Гипотезой исследования стало предположение о том, что жизнестойкое совладание определяет показатели суицидального риска

старших подростков: высоким значениям жизнестойкого совладания соответствуют низкие значения суицидального риска; низким значениям жизнестойкого совладания соответствуют высокие значения суицидального риска.

Задачи исследования:

- 1) эмпирически определить особенности суицидального риска в общей выборке подростков и в выборках мальчиков и девочек;
- 2) эмпирически определить особенности суицидального риска старших подростков в зависимости от показателей жизнестойкого совладания.
- 3) сформулировать рекомендации по профилактике суицидального риска среди старших подростков.

Материалы и методы

Задача определения особенностей суицидального риска в общей выборке и дифференцированно у мальчиков и девочек решалась с помощью «Опросника суицидального риска» (А.Г. Шмелева в модификации Т.Н. Разуваевой).

Диагностика жизнестойкого совладания осуществлялась с помощью методик «Тест жизнестойкости Мадди» (адаптированный Д.А. Леонтьевым и Е.И. Рассказовой) [9], методика «Копинг-поведение в стрессовых ситуациях» (КПСС) (Н.С.Эндлер, Д.А.Паркер, в адапт. Т.Л. Крюковой), методика «Эмоциональное отношение к будущему» (М.Р. Гинзбурга). Для обработки результатов исследования применялся критериальный анализ (φ-критерий Фишера, t-критерий Стьюдента).

В исследовании принимали участие 164 подростка общеобразовательной школы г. Сургута: учащихся 8-х классов, средний возраст – 14,1 лет (81 девочка и 83 мальчика).

Результаты исследования и их обсуждение

На основе первичных эмпирических данных общая выборка испытуемых была распределена по уровням суицидального риска, которые представлены в таблице 1.

Таблица 1.

Распределение подростков по уровню суицидального риска (n=164, %)

Шкалы	Уровни суицидального риска		
	низкий и пониженный	средний	повышенный и высокий
Демонстративность	78	11,6	10,4
Аффективность	48,8	18,3	32,9
Уникальность	80,5	11	8,5
Несостоятельность	75	15,2	9,8
Социальный пессимизм	36,6	25	38,4
Слом культурных барьеров	87,8	-	12,2
Максимализм	90,9	-	9,1
Временная перспектива	81,7	9,15	9,15
Антисуицидальный фактор	13,4	40,3	46,3
Суммарный показатель	59,1	31,7	9,2

Анализ результатов показывает, что по общему суммарному показателю суицидального риска 59,1% подростков имеют низкий и пониженный уровень суицидальных рисков, а 31,7% - средний уровень, 9,2% - повышенный и высокий уровень. Группу риска составляют подростки с повышенным и высоким уровнем суицидального риска. У подростков этой группы достаточно велика вероятность суицида.

Исследование суицидальных рисков позволило определить степень выраженности каждого показателя как проявления эмоционального состояния подростков. В качестве ведущих факторов суицидального риска выступают такие факторы, как социальный пессимизм (38,4%) и аффективность (32,9%). Повышенный и высокий уровень социального пессимизма имеют 38,45% подростков. Для подростков с высоким уровнем социального пессимизма характерна отрицательная концепция окружающего мира, переживание чувства враждебности со стороны окружающих. У подростков с высоким уровнем аффективности чаще всего эмоции доминируют над интеллектуальным контролем в оценке ситуации.

Остальные факторы суицидального риска у подростков выражены в меньшей степени. От 9 до 12% подростков общей выборки имеют повышенный и высокий уровень выраженности остальных

факторов суицидального риска: слом культурных барьеров - 12,2%, демонстративность - 10,4%, несостоятельность – 9,8%, временная перспектива – 9,15%, максимализм - 9,1% , уникальность - 8,5% подростков. Для этой группы подростков характерны антивитальные ценности, желание привлечь внимание к своим несчастьям, отрицательное отношение к себе, неспособность конструктивно планировать свое будущее, эмоциональная сосредоточенность на неудачах, недостаточное умение использовать свой и чужой опыт.

Пониженный и низкий уровень по большинству факторов суицидального риска выявлен у большинства испытуемых всей выборки. Наибольшее количество подростков имеют пониженный и низкий уровень следующих факторов суицидального риска: максимализм – 90,9%, слом культурных барьеров – 87,2%, временная перспектива – 81,7%, уникальность – 80,5%, демонстративность – 78%, несостоятельность – 75%. Полученные данные свидетельствуют о том, что большинству подростков не свойственно фокусироваться на неудачах, привлекать внимание к своим трудностям, обесценивать свой и чужой опыт. Они имеют положительную концепцию своей личности, витальные ценности, способны конструктивно планировать свое будущее. Перечисленные личностные характеристики можно рассматривать как антисуицидальные факторы, т.к. имеют пониженный и низкий уровень выраженности предикторов суицидального риска.

У 40,3% подростков выявлен средний, и у 46,3% - высокий уровень антисуицидального риска, что указывает на наличие сдерживающих для подростков факторов: ответственность за семью, своих близких, чувство долга перед ними. У 13,4% выявлен низкий уровень, что может указывать на конфликтный характер отношений подростка к своей семье, чувство отчужденности.

Таким образом, в качестве предпосылок суицидального риска для каждого третьего подростка выступают такие личностные характеристики, как отрицательная концепция окружающего мира, переживание чувства враждебности от окружающих и импульсивное эмоциональное реагирование на психотравмирующие события. В

качестве антисуицидальных факторов для большинства подростков выступают такие особенности личности, как ориентация на успех, витальные ценности, способность конструктивно планировать свое будущее, умение использовать свой и чужой опыт, отказ от демонстративности в трудных ситуациях и положительная Я-концепция. Сдерживающим фактором суицидального риска для большинства подростков выступает ответственность за семью, своих близких, чувство долга перед ними.

Для оценки различий в показателях повышенного и высокого уровня суицидального риска у мальчиков и девочек использовался критерий Фишера ϕ . Полученные результаты представлены в таблице 2.

Таблица 2.

Различия в показателях повышенного и высокого уровня суицидального риска у мальчиков и девочек по критерию Фишера ($n=164$, %)

Шкалы	Повышенный и высокий уровень (%)		Результаты математ. статистики
	Мальчики ($n=83$)	Девочки ($n=81$)	
Демонстративность	7,2	13,6	1,33
Аффективность	16,9	49,4	4,55 ($p \leq 0,01$)
Уникальность	3,6	13,6	2,38 ($p \leq 0,01$)
Несостоятельность	0	19,7	5,88 ($p \leq 0,01$)
Социальный пессимизм	30,1	46,9	2,22 ($p \leq 0,05$)
Слом культурных барьеров	8,4	15,6	1,43
Максимализм	8,4	9,9	0,33
Временная перспектива	0	18,5	5,69 ($p \leq 0,01$)
Антисуицидальный фактор	38,5	54,3	2,03 ($p \leq 0,05$)

На основе применения критерия Фишера установлено, что существуют достоверные различия в показателях повышенного уровня суицидального риска между мальчиками и девочками. Количество девочек превышает количество мальчиков с повышенным и высоким уровнем аффективности (ϕ эмп. =4,55; $p \leq 0,01$), уникальности (ϕ эмп. =2,38; $p \leq 0,01$), несостоятельности (ϕ эмп. =5,88; $p \leq 0,01$), социального пессимизма (ϕ эмп. =2,22; $p \leq 0,05$) временной перспективы (ϕ

эмп. = 5,69; $p \leq 0,01$). Также выявлено достоверное различие между мальчиками и девочками по антисуицидальному фактору. Количество девочек с повышенным уровнем антисуицидального фактора больше, чем мальчиков (φ эмп. = 2,03; $p \leq 0,05$).

Таким образом, пол подростка выступает в качестве фактора суицидального риска. Девочки составляют большую часть подростков группы суицидального риска по показателям большинства факторов. Однако более половины девочек имеют повышенный уровень антисуицидального риска, что указывает на наличие у них важного ресурса преодоления трудной ситуации - социальных связей и привязанностей со значимыми для них людьми. По сравнению с девочками мальчики составляют меньшую часть подростков группы суицидального риска по показателям большинства факторов. В то же время количество мальчиков, имеющих прочные социальные связи и привязанности со значимыми людьми, меньше, чем девочек.

На втором этапе исследования общая выборка испытуемых была разделена на три группы в зависимости от уровня суицидального риска: В первую группу вошли подростки, у которых выявлены низкие и средние показатели суицидального риска (низкий уровень суицидального риска) - 41,5 % от общей выборки. Вторую группу составили подростки, у которых преимущественно выявлены низкие и средние значения, но частично (от 1 до 2 факторов) встречались повышенные и высокие показатели суицидального риска (средний уровень суицидального риска) - 39 % от общей выборки. В третью группу вошли подростки с повышенными и высокими показателями суицидального риска по трем и более факторам (высокий уровень суицидального риска) - 19,5 % от общей выборки.

Результаты сопоставления показателей жизнестойкости подростков с разным уровнем суицидального риска представлены в таблице 3.

В группе испытуемых со средним и низким уровнем суицидального риска наибольшее количество подростков имеют средний уровень жизнестойкости и ее компонентов. Группа испытуемых с высоким уровнем суицидального риска представлена преимущественно подростками, которые имеют низкий уровень жизнестойкости (75%) и

ее компонентов – вовлеченности (93,8%), контроля (56%), принятия риска (43,8%). Эти данные свидетельствуют о том, что большинство подростков с высоким уровнем суицидального риска имеют низкий уровень социальной активности и социального интереса, ощущение собственной беспомощности, стремление к комфорту и безопасности. Вследствие этого они испытывают высокий уровень напряжения в трудной ситуации, с которым не могут справиться за счет способов совладания.

Таблица 3.

Уровни жизнестойкости подростков с низким, средним и высоким уровнем суицидальных рисков (%)

Уровень суицидального риска	Вовлеченность			Контроль			Принятие риска			Жизнестойкость		
	Н	С	В	Н	С	В	Н	С	В	Н	С	В
Высокий (n=32)	93,8	3,1	3,1	56,3	40,6	3,1	43,8	50	6,2	75	21,9	3,1
Средний (n=64)	37,5	56,3	6,2	18,8	68,7	12,5	9,4	62,5	28,1	26,6	62,5	10,9
Низкий (n=68)	17,6	64,8	17,6	1,47	67,6	30,9	0	41,2	58,8	7,4	64,7	27,9

Примечание: уровни: Н - низкий, С - средний, В - высокий

В группу испытуемых с низким уровнем суицидального риска входит достаточно большое количество подростков с высоким уровнем жизнестойкости (27,9%) и ее компонентов - вовлеченности (17,6%), контроля (30,9%), принятия риска (58,8%). Ведущим антисуицидальным фактором у большинства подростков является принятие риска – готовность действовать на свой страх и риск и приобрести новый опыт.

Таким образом, для большинства подростков факторами суицидального риска являются жизнестойкость, вовлеченность и контроль, антисуицидальным фактором – принятие риска.

Соотношение показателей суицидального риска и копинг-стратегий представлено в таблице 4.

Сравнительный анализ по t-критерию Стьюдента показал, что подростки с разным уровнем суицидального риска статистически не отличаются в использовании копинга, ориентированного на избегание проблемы. В ситуации, которая субъективно воспринимается

как трудная и, возможно, подростки не знают способа ее разрешения, они используют стратегии избегания, а именно: переключают свое внимание на другие сферы жизнедеятельности, где чувствуют себя более комфортно, общаются с друзьями, ищут поддержки других людей (друзей, значимых для себя людей).

Таблица 4.

Показатели копинг-стратегий подростков с разным уровнем суицидального риска (средние значения)

Уровни суицидального риска	Копинги (средние значения)					
	Проблемно-ориентированный копинг		Эмоционально-ориентированный копинг		Копинг ориентированный на избегание	
	М	σ	М	σ	М	σ
Высокий (n=32)	43,3	9,78	49,6	13,05	39,5	10,21
Низкий (n=68)	47,7	10,97	29,1	8,17	40,5	9,95
t	2		9,6		0,5	
P-уровень	p≤0,05		p≤0,001		-	
Высокий (n=32)	43,3	9,78	49,6	13,05	39,5	10,21
Средний (n=64)	48,2	10,27	38,2	11,05	42,0	8,83
t	2,3		4,5		1,2	
P-уровень	p≤0,05		p≤0,01		-	

Показатели эмоционально-ориентированной копинга отличаются на достоверно значимом уровне у подростков с высоким уровнем суицидального риска от подростков со средним ($t=4,5$; $p\leq 0,001$) и низким ($t=9,6$; $p\leq 0,001$) уровнями суицидального риска. У подростков с высоким уровнем суицидального риска отмечается преобладание эмоционально-ориентированной стратегии реагирования в трудной ситуации: они склонны акцентироваться на переживаемых астенических эмоциях, чувствах беспомощности и невозможности справиться с ситуацией, что тормозит действенные способы разрешения ситуаций.

Показатели проблемно-ориентированного копинга выше и отличаются на уровне статистической значимости у подростков с низким ($t=2$; $p\leq 0,05$) и средним ($t=2,3$; $p\leq 0,05$) уровнем суицидального риска от показателей у подростков с высоким уровнем суицидально-

го риска. Подростки с высоким уровнем суицидального риска чаще используют эмоционально-ориентированные стратегии совладания, подростки с низким уровнем суицидального поведения - проблемно-ориентированные стратегии совладания

Таким образом, независимо от уровня суицидального риска почти половина старших подростков в трудной ситуации используют стиль избегания, который проявляется в виде попыток не думать о проблеме, отвлечения на другие занятия, игнорирования трудной ситуации. Фактором суицидального риска у старших подростков являются эмоционально-ориентированные копинг-стратегии, антисуицидальным фактором – проблемно-ориентированные копинг-стратегии.

Соотношение показателей суицидального риска и интегрального показателя эмоционального отношения к будущему представлено в таблице 5.

Таблица 5.

Результаты эмоционального отношения к будущему подростков с разным уровнем суицидального риска (%)

Уровни суицидального риска	Отношение к будущему		
	Позитивное	Нейтральное	Негативное
Высокий (n=32)	43,8	0	56,2
Средний (n=64)	79,7	4,7	15,6
Низкий (n=68)	88,2	11,8	0

Эмоциональное отношение к будущему характеризуется преобладанием позитивного отношения в группе подростков с низким и средним уровнем суицидального риска. У 88,2% подростков с низким и 79,7% со средним уровнем суицидального риска отношение к будущему окрашено позитивными эмоциями – интересом, спокойствием (оптимизмом), уверенностью в своем будущем. У подростков с низким уровнем суицидального риска негативное эмоциональное отношение к будущему не обнаружено.

У подростков с высокими показателями факторов суицидального риска выявлено, как негативное, так и позитивное эмоциональ-

ное отношение к будущему. Значительная часть – 56,2% подростков данной группы – воспринимают события будущего негативно – с тревогой и страхом или безразличием. Позитивное эмоциональное отношение подростков к будущему представлено во всех группах, однако у подростков с низким уровнем суицидального риска будущее воспринимается более положительно.

Таким образом, высокие показатели положительного эмоционального отношения к будущему определяют низкие и средние показатели суицидального риска, и наоборот, высокие показатели негативного эмоционального отношения к будущему определяют высокие показатели суицидального риска. Негативное эмоциональное отношение к будущему у подростков может усиливать мотивацию избегания и ухода от решения трудной ситуации, тем самым усиливая ощущение безнадежности относительно своего будущего и повышая степень суицидального риска. Положительное отношение к будущему является необходимым условием проявления активности в преодолении трудной ситуации и может рассматриваться как личностный копинг-ресурс. Следовательно, негативное эмоциональное отношение к будущему можно рассматривать как суицидальный фактор, положительное эмоциональное отношение к будущему – как антисуицидальный фактор.

Заключение

Результаты проведенного исследования показали, что низким значениям жизнестойкости и ее компонентов соответствуют высокие значения суицидального риска и, наоборот, высоким значениям жизнестойкости и ее компонентов – низкие значения суицидального риска. Полученные результаты свидетельствуют о том, что в качестве личностных ресурсов старших подростков выступают высокие показатели жизнестойкости, жизнестойких стратегий совладания и положительное эмоциональное отношение к своему будущему, которые являются характеристиками жизнестойкого совладания с трудными ситуациями. Жизнестойкое совладание как личностный ресурс предполагает высокий уровень активности, направленной на поиск

решения трудной ситуации в форме проблемно-ориентированных копинг-стратегий в сочетании с высоким уровнем жизнестойкости и положительным эмоциональным отношением к своему будущему. Жизнестойкие копинг-стратегии выступают как актуальные ответы на воспринимаемую угрозу, жизнестойкость и положительное отношение к своему будущему – как копинг-ресурсы в структуре жизнестойкого совладания.

Полученные в данном исследовании результаты могут быть использованы в качестве теоретического обоснования и разработки программ первичной профилактики суицидального риска среди старших подростков, направленных на развитие личностных ресурсов обучающихся, в частности, жизнестойкого совладания.

Целью первичной профилактики суицидального поведения среди старших подростков должно быть формирование жизнестойкого совладания, а именно: жизнестойких копинг-стратегий, жизнестойких убеждений и положительного эмоционального отношения к будущему.

Информация о спонсорстве. Работа выполнена в рамках государственного задания по науке БУ «Сургутский государственный педагогический университет» на 2024–2026 гг. по теме «Создание психологически безопасной среды в образовательных организациях ХМАО-Югры».

Список литературы

1. Александрова Л.А. К концепции жизнестойкости в психологии // Сибирская психология сегодня: сб. научн. трудов. Вып. 2 / Под ред. М.М. Горбатовой, А.В. Серого, М.С. Яницкого. Кемерово: Кузбассвуиздат, 2004. С. 82-90.
2. Амбрумова А. Г. Суицидальное поведение как объект комплексного изучения // Комплексные исследования в суицидологии: Сб. науч. тр. М.: Московский НИИ психиатрии МЗ СССР, 1986. С. 7-25.
3. Амбрумова А.Г. К вопросу о саморазрушающем поведении подростков / А.Г. Амбрумова, Е.Г. Трейнина // Саморазрушающее поведение у подростков. Л., 1991. С. 29-36.

4. Баева И.А., Гаязова Л.А., Кондакова И.В. Личностные ресурсы психологической безопасности подростков и молодежи в образовательной среде // Интеграция образования. 2021. Т. 25. № 3. С. 482-497. <https://doi.org/10.15507/1991-9468.104.025.202103.482-497>
5. Банников Г.С., Вихристюк О.В., Миллер Л.В., Сеницына Т.Ю. Методические рекомендации психологам образовательных учреждений по выявлению и предупреждению суицидального поведения среди несовершеннолетних. М.: ГБОУ ВПО МГППУ, 2013. 40 с.
6. Васягина Н.Н., Баринаева Е.С., Григорян Е.Н., Шемпелева Н.И. Связь риска суицидального поведения и личностных ресурсов обучающихся // Национальный психологический журнал. 2023. № 1. С. 114-125. <https://doi.org/10.11621/npj.2023.0110>
7. Гармаева Т.В., Будаева Э.В. Психология развития рисков суицидального поведения подростков // Интернет-журнал «Мир науки». 2016. Том 4, № 3. <http://mir-nauki.com/PDF/03PSMN316.pdf/>
8. Гинзбург М.Р. Психология личностного самоопределения. Автореферат ... д-ра психол. н. М.: ПИ РАО, 1996. 61 с.
9. Леонтьев Д.А., Рассказова Е.И. Тест жизнестойкости. М.: Смысл, 2006. 63 с.
10. Одинцова М.А. Психология жизнестойкости. М.: ФЛИНТА: Наука, 2015. 296 с.
11. Положий Б. С. Суициды у детей и подростков в России: современная ситуация и пути ее нормализации / Б. С. Положий, Е. А. Панченко. // Медицинская психология в России: электронный научный журнал. 2012. № 2. http://www.medpsy.ru/mpj/archiv_global/2012_2_13/nomer/nomer16.php
12. Попов Ю.В., Пичиков А.А. Суицидальное поведение у подростков. Санкт-Петербург: СпецЛит, 2017. 366 с.
13. Сыровашина К.В., Дозорцева Е.Г., Бадмаева В.Д., Макушкин Е.В., Шкиль Е.Ю. Клинические и психологические подходы к исследованию проблемы суицидов у подростков // Российский психиатрический журнал. 2017. № 6. С. 24-31. <https://rpj.serbsky.ru/index.php/rpj/article/view/475>
14. Тудупова Т.Ц., Батуева Н.Г., Парфентьева Т.А. Детско-родительские отношения и негативно окрашенные состояния как факторы суици-

- дального риска в подростковом возрасте // Психолог. 2018. № 6. С. 32-40. <https://doi.org/10.25136/2409-8701.2018.6.28068>
15. Холмогорова А.Б., Воликова С.В. Основные итоги исследований факторов суицидального риска у подростков на основе психосоциальной многофакторной модели расстройств аффективного спектра // Медицинская психология в России: электронный научный журн. 2012. № 2. http://www.medpsy.ru/mpj/archiv_global/2012_2_13/nomer/nomer11.php
 16. Galligan S. B. [et al.]. Understanding the link between gender role conflict, resilience, and propensity for suicide in adolescent and emerging adult males // International Journal of Men's Health. 2010. Vol. 9, № 3. P. 201-210. <https://doi.org/10.3149/jmh.0903.201>
 17. Rutz W., Knorrung L., Pihlgren H., Rihmer Z., Walinder J. Prevention of male suicides: lessons from Gotland study // The Lancet. 1995. Vol. 345. P. 524. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(95\)90622-3](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(95)90622-3)
 18. Van Heeringen K. A stress-diathesis model of suicidal behavior // The Neurobiological Basis of Suicide / Eds Y. Dwivedi. CRC Press, 2012. <http://dx.doi.org/10.1201/b12215-7>

References

1. Aleksandrova L. A. Towards the concept of resilience in psychology // Sibirskaya psixologiya segodnya: sbornik nauchny`x trudov [Siberian psychology today: collection of research papers]. Iss. 2 / Edited by M. M. Gorbatova, A. V. Seryy, M. S. Yanitsky. Kemerovo: Kuzbassvuzizdat, 2004, pp. 82-90.
2. Ambrumova A. G. Suicidal behavior as an object of complex study. *Kompleksny'e issledovaniya v suicidologii : Sbornik nauchny`x trudov* [Complex research in suicidology: Collection of research papers]. Moscow: Moscow Research Institute of Psychiatry of the USSR Ministry of Health, 1986, pp. 7-25.
3. Ambrumova A. G. On the issue of self-destructive behavior of adolescents / A. G. Ambrumova, E. G. Treinina. *Self-destructive behavior of adolescents*. Leningrad, 1991, pp. 29-36.
4. Baeva I. A., Gayazova L. A., Kondakova I. V. Personal resources of psychological safety of adolescents and youth in the educational

- environment. *Integraciya obrazovaniya* [Integration of Education], 2021, vol. 25, no. 3, pp. 482-497. <https://doi.org/10.15507/1991-9468.104.025.202103.482-497>
5. Bannikov G. S., Vikhristyuk O. V., Miller L. V., Sinitsyna T. Yu. *Methodological recommendations for psychologists of educational institutions on the identification and prevention of suicidal behavior among minors*. Moscow: MSUPE, 2013, 40 p.
 6. Vasiagina N. N., Barinova E. S., Grigorian E. N., Shempeleva N. I. The correlation between the risk of suicidal behavior and personal resources of students. *Nacional'nyj psixologicheskij zhurnal* [National psychology journal], 2023, no. 1, pp. 114-125. <https://doi.org/10.11621/npj.2023.0110>
 7. Garmaeva T. V., Budaeva E. V. Psychology of development of risks of suicidal behavior in adolescents. *Internet-zhurnal «Mir nauki»* [Web journal «World of Science»], 2016, vol. 4, iss. 3. <http://mir-nauki.com/PDF/03PSMN316.pdf>
 8. Ginzburg M. R. *Psychology of personal self-determination*. Extended abstract of Dr. habil. Sci. (Psy.) dissertation. Moscow: PI RAE, 1996, 61 p.
 9. Leontiev D. A., Rasskazova E. I. *Test of Vitality*. M.: Smysl, 2006, 63 p.
 10. Odintsova M. A. *Psychology of resilience*. Moscow: FLINTA: Nauka, 2015, 296 p.
 11. Polozhiy B. S. Suicides among children and adolescents in Russia: modern situation and ways of its normalization / B. S. Polozhiy, E. A. Panchenko. *Medicinskaya psixologiya v Rossii: elektronnyj nauchnyj zhurnal* [Medical psychology in Russia: digital scientific journal], 2012, no. 2. http://www.medpsy.ru/mpj/archiv_global/2012_2_13/nomer/nomer16.php
 12. Popov Yu. V., Pichikov A. A. *Suicidal behavior in adolescents*. Saint-Petersburg: SpecLit, 2017, 366 p.
 13. Syrovkashina K. V., Dozortseva E. G., Badmaeva V. D., Makushkin E. V., Shkityr E. Yu. Actual clinical and psychological approaches towards problem of suicides in adolescents. *Rossijskij psixiatricheskij zhurnal* [Russian Journal of Psychiatry], 2017, no. 6, pp. 24-31. <https://rpj.serbsky.ru/index.php/rpj/article/view/475>
 14. Tudupova T. Ts., Batueva N. G., Parfentieva T. A. Parent-child relationships and negatively colored states as factors of suicide risk in ad-

- olescence. *Psixolog* [Psychologist], 2018, no. 6, pp. 32-40. <https://doi.org/10.25136/2409-8701.2018.6.28068>
15. Kholmogorova A. B., Volikova S. V. The main results of the study of suicide risk factors in adolescents based on the psychosocial multifactorial model of affective spectrum disorders. *Medicinskaya psixologiya v Rossii: e`lektronny`j nauchny`j zhurnal* [Medical psychology in Russia: digital scientific journal], 2012, no. 2. http://www.medpsy.ru/mprj/archiv_global/2012_2_13/nomer/nomer11.php
 16. Galligan S. B. [et al.]. Understanding the link between gender role conflict, resilience, and propensity for suicide in adolescent and emerging adult males. *International Journal of Men's Health*, 2010, vol. 9 (3), pp. 201-210. <https://doi.org/10.3149/jmh.0903.201>
 17. Rutz W., Knorrung L., Pihlgren H., Rihmer Z., Walinder J. Prevention of male suicides: lessons from Gotland study. *The Lancet*, 1995, vol. 345, p. 524. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(95\)90622-3](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(95)90622-3)
 18. Van Heeringen K. A stress-diathesis model of suicidal behavior. *The Neurobiological Basis of Suicide*. Eds Y. Dwivedi. CRC Press, 2012. <http://dx.doi.org/10.1201/b12215-7>

ДАННЫЕ ОБ АВТОРАХ

Гагай Валентина Васильевна, доктор психологических наук, профессор, профессор кафедры психологии
бюджетное учреждение высшего образования Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Сургутский государственный педагогический университет»
ул. 50 лет ВЛКСМ, 10/2, Ханты-Мансийский автономный округ – Югра, г. Сургут, 628417, Российская Федерация
vgagay@mail.ru

Алферова Елена Ивановна, кандидат психологических наук, старший преподаватель кафедры психологии
бюджетное учреждение высшего образования Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Сургутский государственный педагогический университет»

*ул. 50 лет ВЛКСМ, 10/2, Ханты-Мансийский автономный округ – Югра, г. Сургут, 628417, Российская Федерация
lenalfer@mail.ru*

DATA ABOUT THE AUTHORS

Valentina V. Gagay, Professor of the Department of Psychology, *Doctor of Psychology, Professor*
Surgut State Pedagogical University
10/2, 50 let VLKSM Str., Khanty-Mansiysk Autonomous Okrug – Yugra, Surgut, 628417, Russian Federation
vgagay@mail.ru

Elena I. Alferova, Cand. Sc. Psychology, Senior Lecturer at Psychology Department
Surgut State Pedagogical University
10/2, 50 let VLKSM Str., Khanty-Mansiysk Autonomous Okrug – Yugra, Surgut, 628417, Russian Federation
lenalfer@mail.ru

Поступила 02.11.2024

После рецензирования 10.12.2024

Принята 18.12.2024

Received 02.11.2024

Revised 10.12.2024

Accepted 18.12.2024