

## **ПЕРФЕКЦИОНИЗМ И СУИЦИДАЛЬНЫЕ НАКЛОННОСТИ В ЮНОШЕСКОМ ВОЗРАСТЕ**

*Н.С. Велесевич, Т.С. Гноянец, 4 курс*

*Научный руководитель – М.Л. Шульга, старший преподаватель*

*Полесский государственный университет*

Число зарегистрированных случаев самоубийств среди подростков и молодежи в Республике Беларусь снизилась до 1-2% всех случаев. Отмечается, что за последние 10 лет ситуация улучшилась. Согласно статистике Всемирной организации здравоохранения, в период с 1996 по 2003 год отмечался рост суицидов. В 2009 году была разработана комплексная программа профилактики суицидального поведения, которая поспособствовала снижению числа самоубийств. В период с 2012 по 2019 год уровень самоубийств среди молодежи снизился с 18,3 на 100 000 населения до 16,5.

Многие исследователи (Бек А.Т., Блатт С. Дж., Фрост Р.О.) сходятся во мнении, что депрессия часто сопровождает попытки самоубийства. Однако в качестве возможных факторов риска суицидального поведения были выявлены и другие причины: злоупотребление алкоголем и наркотиками. Кроме того, у подростков с суицидальными наклонностями чаще всего проблемы во взаимоотношениях с родителями [1, с.223].

Модель депрессии Бека утверждает, что у людей, склонных к депрессии, формируются отрицательные когнитивные схемы. В ходе проверки этой модели некоторые психологи предположили, что дисфункциональные установки связаны с суицидальными мыслями. В своем исследовании психиатрических стационарных и амбулаторных пациентов они обнаружили, что как депрессия, так и дисфункциональные установки «помогли объяснить причины возникновения суицидальных мыслей у амбулаторных пациентов» [2, с.305]. Используя 40 пунктов шкалы дисфункционального отношения, они определили 6, которые представляли перфекционизм и чувствительность к критике со стороны социума [3, с. 236].

Психоаналитическая теория депрессии Блатта выделяет анаклитический и интроективный депрессивные типы. У анаклитического типа есть страх быть покинутым, который проявляется в виде чувства слабости и беспомощности в состоянии депрессии. Интроективный тип предрасположен к чувству неадекватности из-за неспособности соответствовать нереалистичным, усвоенным стандартам. Блатт считает, что чувство неадекватности, присущее более перфекционистскому интроективному типу, что создает потенциал для тяжелой депрессии и самоубийства. [4, с. 154] Это похоже на проведенное Беком (1983) различие между социотропным и автономным типами депрессии. Социотропная депрессия возникает в результате проблем во взаимоотношениях с социумом, что приводит к социальному отвержению, в то время как автономная депрессия является результатом нереализованных амбиций.

Оказываемое в учебе давление и неудовлетворенность успеваемостью также были предложены в качестве факторов риска суицидального поведения [5, с.591]. В своем исследовании суицидального поведения у детей латентного возраста (6-8 лет) Конте, Плутчик и Джерретт (1979) обнаружили значительную разницу между суицидальным и не суицидальным отношением учащихся к успеваемости в школе: среди детей, не склонных к суициду, лишь 19% беспокоились из-за низкой успеваемости в школе, в то время как количество детей, склонных к суициду и беспокоящихся об успеваемости в школе, в 2,5 раза больше (48%).

Неудовлетворенность результатами часто упоминается как одна из характеристик людей, склонных к перфекционизму [6, с.72] Бёрнс описал людей с перфекционистскими наклонностями как «постоянно разочарованных своим желанием достичь чего-либо и неспособностью сделать это». Связь между депрессией и перфекционизмом подтверждается Фростом, Мартеном, Лахартом и Розенблейтом (1990), которые в своем исследовании 84 студентов обнаружили значительные корреляции между оценками по Многомерной шкале перфекционизма [7, с. 451] и типами депрессии. В то время как перфекционизм упоминался как возможный фактор риска суицидального поведения [1, с.224], эмпирических данных, подтверждающих это утверждение, было мало.

Нами было проведено анкетирование, цель которого - изучить взаимосвязь перфекционизма и суицидальных наклонностей. Выборка состояла из 81 студента 2-4 курсов Полесского государственного университета, 54 (67%) из которых – девушки, и 27 (33%) – юноши. Средний возраст испытуемых – 20 лет.

По итогам анкетирования были получены следующие результаты:

45% студентов испытывали давление со стороны родителей, которые требовали от них высоких результатов в учебе.

33% опрошенных стремятся либо стремились к идеальным отметкам и учебным показателям.

42% участников сообщили, что им было либо трудно, либо очень трудно справляться со стрессом дома и в университете. Этот стресс был еще более трудным для студенток, или, по крайней мере, студентки не побоялись признать это.

Более 56% студентов чувствовали себя беспомощными из-за невозможности соответствовать личным ожиданиям в течение последнего месяца иногда. Опять же, это было более характерно для девушек, чем для юношей.

Почти 12% участников иногда всерьез задумывались о самоубийстве, в том числе более 3% студентов составили конкретный план относительно того, как совершить самоубийство.

1% студентов признали, что пытались покончить с собой в течение последних 12 месяцев.

Эти результаты свидетельствуют о том, что элементы перфекционизма, такие как высокие личные стандарты и высокие родительские ожидания, не особенно связаны с суицидальными наклонностями. Скорее, основываясь на этих данных, представляется, что люди, которые являются пассивными перфекционистами, находятся в группе риска. Пассивные перфекционисты - это те люди,

которые чрезмерно боятся совершать ошибки и для которых перфекционизм создает препятствия для действий. Активные перфекционисты, которые, по-видимому, не предрасположены к суицидальным наклонностям, - это те, для кого перфекционизм скорее мотивирует, чем препятствует достижению целей.

Хотя результаты коррелируют и не могут указывать на причину и следствие, мы считаем, что пассивный перфекционизм скорее предрасполагает к депрессии и суицидальным наклонностям, чем является симптомом депрессии.

Результаты данного исследования могут быть использованы в качестве базы для дальнейшего изучения данной проблемы. Их также можно использовать в клинических условиях.

#### **Список использованных источников**

1. Atala, K., & Baxter, R. Suicidal adolescents. / Atala, K. – Postgraduate Medicine, 1989. – 223-230 p.
2. Beck, A. T. The development of depression. / Beck, A. T., 1974. – 303-311 p.
3. Weissman, A. N., & Beck, A. T. Development and validation of the Dysfunctional Attitude Scale: A preliminary investigation. / Weissman, A. N., 1978. – 231-248 p.
4. Blatt, S. J. Levels of object representation in anaclitic and introjective depression. Psychoanalytic Study of the Child / Blatt, S. J., 1974. – 107-157 p.
5. Parrish, H. M. Epidemiology of suicide among college students. Yale Journal of Biology and Medicine / Parrish, H. M., 1957. – 585-595 p.
6. Burns, D. D.. The perfectionist's script for self-defeat. Psychology Today / Burns, D. D., 1980. – 70-76 p.
7. Frost, R. O., Marten, P., Lahart, C., & Rosenblate, R.. The dimensions of perfectionism. Cognitive Therapy and Research / Frost, R. O., 1990. – 449-468 p.