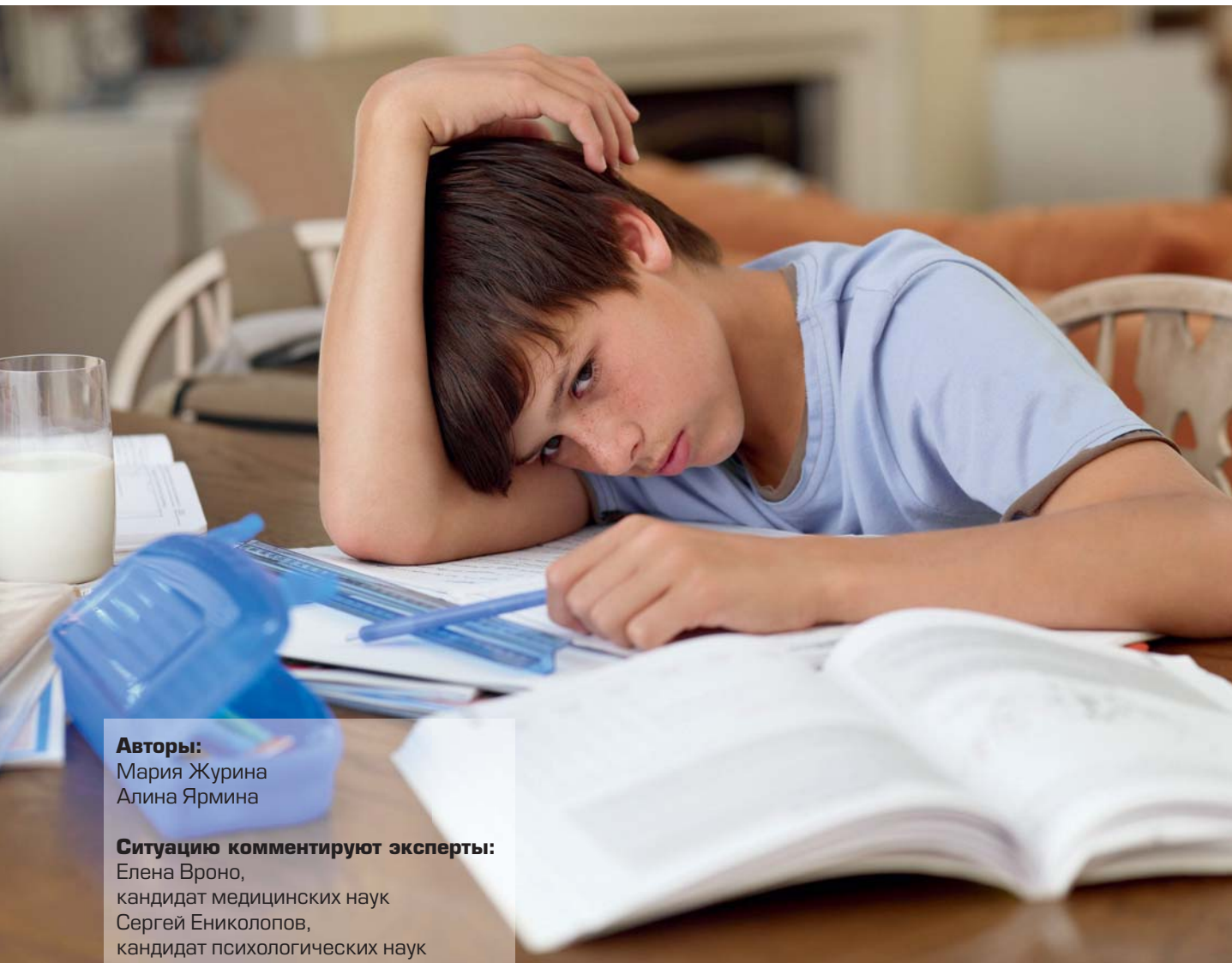


# Когда слов не хватает

Подростковые суициды: какую роль играют всеобщая информатизация, интернет, социальные сети и как предотвратить самое страшное

**Авторы:**

Мария Журина  
Алина Ярмина

**Ситуацию комментируют эксперты:**

Елена Вроно,  
кандидат медицинских наук  
Сергей Ениколопов,  
кандидат психологических наук

❖❖ Все чаще и чаще СМИ сообщают о случаях самоубийства среди подростков. Каждый месяц приносит новые потери. Только в прошедшем феврале на сайте информационного агентства РИА «Новости» сообщается о 19 случаях подростковых самоубийств по России, в марте — о 13 случаях. К сожалению, число самоубийств среди подростков и молодых людей с каждым годом увеличивается во всех странах, однако Россия вот уже более 10 лет — в тройке лидеров.

Не последнюю роль в этой страшной динамике играет интернет как мощное средство коммуникации: молниеносно распространяемая информация о суицидах порождает благодаря так называемому «эффекту Вертера» новые самоубийства. Тем более что подростки вообще склонны к подражанию, созданию кумиров. Сеть — идеальное место для разного рода влияний, агрессии или просто безответственного поведения. В то же время именно через сеть можно многое узнать о человеке, поговорить с ним откровенно и, возможно, предотвратить самое страшное. В этом заключается наша надежда на современные технологии.

Анализ сетевых ресурсов, которыми особенно активно пользуются подростки, проведенный Фондом Развития Интернет, показывает, что суицид стал среди значительной части юных пользователей своего рода «модной темой». Можно найти готовые инструкции про то, как и каким способом лучше это сделать, прочитать истории о тех, кто уже пробовал, и даже поискать компаний. Однако немало и добровольцев, которые пытаются помочь, выслушать, отговорить. Последних все же больше. Ниже мы представляем краткий обзор «суицидальной темы» на популярных русскоязычных сайтах.

### Социальные сети

ВКонтакте. По информации, опубликованной в апреле прошлого года (Электронная газета от 25.04.2011 <http://forum-msk.org/material/news/6120467.html>), в этой социальной сети функционировали, как минимум, 17 крупных групп, содержащих пропаганду самоубийства, с такими названиями, как «Общество любителей повешения», «Любители суицида», «Массовое самоубийство», «Клуб

самоубийц» и другие. На март 2012 года 16 из них прекратили существование. Это говорит о том, что руководство ВКонтакте реагирует на проблему и принимает меры по жалобам самих пользователей или правоохранительных органов. В то же время мониторинг открытых групп ВКонтакте, проведенный Фондом Развития Интернет в марте 2012 года, показал, что существует более 1 тысячи малочисленных (в среднем 10–15 человек) групп, посвя-

### **Печальное лидерство**

Согласно отчету ЮНИСЕФ «Смертность российских подростков от самоубийств», в группе молодежи в возрасте 15–34 года во всех странах мира суицидальная смертность входит в тройку лидирующих причин смерти. В начале нынешнего века в России, наряду с Литвой и Беларусью, отмечались наивысшие уровни самоубийств как среди общего населения, так и среди подростков: рос-

сийские подростки чаще своих сверстников из других стран добровольно расстаются с жизнью. Занимая в начале века лидирующее положение по уровню завершенных подростковых суицидов — 22 самоубийства среди подростков 15–19 лет на 100 тыс. соответствующего населения, — сейчас Россия уступила первенство Казахстану и Беларуси. Тем не менее в 2009 году в России покончили с собой 1379 юношей и 369 девушек в возрасте от 15 до 19 лет.



ценных обсуждению темы суицидов. Многие из них созданы добровольцами для оказания помощи пользователям, размышляющим о суициде. Добровольцы устанавливают контакт с суицидентами, предлагают обсудить их трудности, говорят о том, что, помимо суицида, есть другие способы решения проблем. Некоторые группы содержат скрытую пропаганду. Опасаясь закрытия, в описании группы администрация предупреждает пользователей о том, что эта группа «не пропагандирует самоубийство как способ решения всех проблем и является сугубо информационным ресурсом». И если сообщения, приводящие доводы в пользу добровольного ухода из жизни, удаляются по правилам группы, то, например, объявления «ищу партнера для самоубийства» и вопросы о том, какой самый безболезненный способ умереть, не удаляют. Ответить таким пользователям и «помочь» любой желающий сможет в личном сообщении.

В группах также существуют альбомы с различными изображениями. Встречаются фотографии жертв, избравших различные способы самоубийства (повешенные, застрелившиеся, скончавшиеся от потери крови и т. д.). Среди видеозаписей также есть такие, на которых запечатлены люди, прыгающие с крыш, мостов, повесившиеся. Разумеется, такие видео стилизованы под документальные, а на самом деле сняты с участием каскадеров и специально смонтированы.

**Livejournal.** Внутри этой блог-платформы существует закрытое сообщество для всех,

### Прокуроры бьют тревогу

В июне прошлого года по иску прокурора Ростовской области был закрыт доступ к 20 сайтам, пропагандировавшим более 150 способов суицида. Указанные сайты были доступны для всех граждан, в том числе и для несовершеннолетних. Прокурор Ростовской области Валерий Кузнецов обратился с иском к крупному провайдеру об ограничении на территории Ростовской области доступа к ряду интернет-сайтов, пропагандирующих самоубийство. Внимание прокуратуры привлек факт увеличения в Ростовской области

с 2008 года количества детских суицидов. Если в 2008 году имели место 6 случаев самоубийств несовершеннолетних, то в 2009 году их количество возросло до 13, а в 2010 было зафиксировано уже 22 случая.

В апреле этого года в Алтайском крае прокуратура потребовала в судебном порядке ограничить доступ к девяти интернет-сайтам, содержащим информацию о способах совершения суицида. Эксперты в области психологии, педагогики и лингвистики по результатам оценки материалов, размещенных на этих сайтах, сделали вывод о негативном влиянии содержащейся

кому не безразличны вопросы, имеющие отношение к добровольной смерти. Сообщество создано как «попытка рассмотрения феномена самоубийства в его внешней и внутренней реальности», оно не предназначено для обсуждения практических аспектов суицида, равно как и для подстрекательства к совершению самоубийства. Общая численность — около тысячи человек. Принимают в сообщество при условии наличия свежих записей в личном дневнике. Администрация предупреждает, что записи проходят проверку, подстрекательство пресекается, описание способов суицида не приветствуется. Участники бывают не рады и жизнелюбивым сообщениям от пользователей, активно агитирующих не причинять себе вреда.

**«Мой Мир».** Внутри этой сети также существуют группы с такими говорящими названиями, как «Убей себя», «Клуб самоубийц». Последние сообщения датированы 2009 или 2010 годом, однако если группа открытая, то любой пользователь может прочитать сообщения и общую переписку участников.

**Facebook.** В декабре минувшего года эта сеть запустила в США программу, призванную помочь людям, у которых возникают мысли о самоубийстве. Российские пользователи Facebook также могут сообщать о суицидальных намерениях своих друзей и знакомых. Пользователям, которые оставили подобные сообщения, администрация соцсети отправляет электронное письмо с предложением



позвонить на горячую линию или пройти по ссылке для общения в чате со специалистом. Внутри сети существует страница со списком национальных горячих линий по предотвращению суицидов в разных странах, однако в этом списке не значатся российские телефоны доверия и контакты кризисных психологических центров.

#### Форумы

В Рунете было обнаружено несколько крупных (2–4 тыс. пользователей, около 100 тыс. сообщений) форумов, на которых можно встретить как сторонников суицида, так и призывающих подумать и не торопиться завершать жизнь. Самый крупный из них имеет особое оформление — серые буквы на черном фоне. Участники ведут беседы на разные

информации на нравственное, духовное, психическое, физическое развитие, здоровье и жизнь несовершеннолетних. Такая информация «способствует в скрытой форме формированию установок и личностной направленности на суицидальное поведение, а также может выступить провоцирующим фактором в случае острого переживания, критического состояния ребенка и способствовать реализации принятого решения о суициде», — сообщила пресс-служба краевой прокуратуры. Прокурор Барнаула направил в Центральный районный суд исковое заявление к крупной компании, пре-

доставляющей услуги доступа к интернету на территории Алтайского края, в котором потребовал ограничить детям доступ к сайтам, содержащим информацию, оказывающую негативное влияние на их развитие и здоровье.

27 марта этого года впервые в России в Краснодарском крае был вынесен приговор по делу о доведении до самоубийства с помощью интернета. Осужденная оставляла комментарии унижительного характера под фотографиями бывшего возлюбленного на странице одной из социальных сетей.



## Эффект Вертера

История открытия феномена Вертера уходит корнями в XVIII век. В 1774 году Иоганн фон Гете опубликовал роман «Страдания юного Вертера». Книга, главный герой которой совершает самоубийство, стала очень популярной и вызвала волну самоубийств по всей Европе. Этот феномен был настолько мощным, что власти в некоторых странах запретили роман. Американский социолог Дэвид Филлипс в 1974 году проанализировал статистические данные по самоубийствам в Европе в конце XVIII века. Также Филлипс изучил статистику самоубийств в Соединенных Штатах с 1947 по 1968 год. Он обнаружил, что в течение двух месяцев после каждой публикации новости о каком-либо самоубийстве на первых страницах газет в среднем совершалось на 58 самоубийств больше, чем обычно. Филлипс также выяснил, что тенденция самоубийств порождать самоубийства имеет место главным образом в тех местностях, где первый случай широко освещался в СМИ. Причем чем шире была огласка, которую получил данный случай, тем больше было число последователей. Это, как считает Филлипс, говорит о том, что некоторые неуравновешенные люди, узнав о самоубийстве какого-либо человека, убивают себя в подражание ему. Как правило, последующие самоубийства похожи на первое, возраст жертв незначительно колеблется, часто совпадают способы суицида.

Эффект Вертера иллюстрирует один из главных принципов психологии влияния — принцип социального доказательства: «Люди решают, как им следует поступать в сложных обстоятельствах на основании того, как действовали некоторые другие люди, испытывавшие схожие трудности».

темы — от способов самоубийств до смысла жизни. Например, ветка самого обсуждаемого способа — повешения — начинается так: «Ребята, здесь мы обсудим повешение, как красиво повеситься или повесить кого-то, как и из чего вязать петли, какой длины брать веревку, личный опыт и т. д.».

В одной из веток администрация форума проводит опрос «Цель Вашего пребывания на этом форуме». Большинство (34%) «ищут способы самоубийства», другая большая часть (28%) «ищут понимания и поддержки».

### Поисковики

При вводе слова «суицид» в поисковике Google первые двадцать результатов таковы: примерно 60% — это сайты с нейтральной общей информацией: дается информация о возможных причинах суицида, приведена статистика по странам, полу и возрасту; 20% — это сайты, предлагающие помощь, и оставшиеся 10% — это сайты или форумы для обсуждения, где ведется скрытая пропаганда, описываются и обсуждаются способы суицида.

Произведя поиск картинок по запросам «суицид», «самоубийство», «способы самоубийства» в Яндексe, скорее всего вы увидите изображения с такими сюжетами, как: подросток лежит в ванной и держит в руках лезвие, вокруг кровь; молодой человек стоит на крыше высокого здания, на мосту, подоконнике; девушка подносит горсть таблеток ко рту.

### Сайты, предлагающие помощь

Обычно это сайты психологической поддержки или ресурсы, организованные непрофессиональными психологами, просто людьми, готовыми откликнуться. В поисковике Google при наборе «способы самоубийства» в первых результатах можно увидеть сайты помощи, где добровольцы пытаются выслушивать и отговаривать тех, кто размышляет о суициде. Способы самоубийств здесь описаны с другой стороны — особое внимание уделяется «побочным» эффектам. Дана информация, что попытки самоубийства всеми этими способами могут оставить инвалидом на всю жизнь, суицидент получит серьезные последствия для здоровья, а не легкую смерть: «Лишить жизни человека (тем более себя самого) крайне сложно, равно как и выжить при этом, ничем не навредив организму». Также на таких сайтах указаны телефоны служб доверия, а желающие могут получить онлайн-помощь посредством чатов и электронной почты.

# Елена Вроно: «Достаточно просто захотеть услышать»

Интерес подростков к суицидальной теме, который мы наблюдаем сегодня и который проявляется в том числе и в интернете, — пример информационной эпидемии. Суицидальное поведение вообще очень «заразительно», оно легко поддается героизации, оно очень легко мифологизируется. В подростковой среде подобные идеи распространяются быстро и охватывают большие группы. Это связано с возрастными психологическими особенностями подростков, такими, как внушаемость, легко возникающее снижение настроения, неустойчивость самооценки, очень большие коммуникативные проблемы, когда слов не хватает для того, чтобы выразить свои чувства и мысли, легко наступающая тревога. Почему для распространения подобных «эпидемий» так годятся социальные сети? Именно потому, что подростки испытывают разного рода коммуникативные проблемы. Интернет позволяет осуществлять коммуникацию, не испытывая трудностей, без страха, без опасности быть непонятым, без опасности быть отвергнутым. Это возможность коммуницировать в условиях полной безопасности, — если не сказать безнаказанности. Немалую роль в том, что суицид стал столь популярной темой, играют средства массовой информации. СМИ поддаются искушению обсуждать детали конкретного случая, создают из этих случаев истории с детальными описаниями, создают события. А правильное было бы изображать и анализировать не конкретную историю, а проблему. Это не так увлекательно для читателей (зрителей), но гораздо более безопасно для подростков.

Теперь о самой проблеме. Важно понимать, что рост числа самоубийств среди подростков происходит во всем мире, не только в России. Это можно рассматривать в рамках нарастания и распространения экзистенциального вакуума, который сопровождает усиление технологичности общества. Технологичность способствует разного рода разобщенности. Есть и другие причины. Многие считают — и с этим трудно не согласиться, — что рост подростковых самоубийств напрямую связан с ростом



Елена Моисеевна Вроно — детский психиатр–психотерапевт, кандидат медицинских наук, член правления Общества семейных консультантов и психотерапевтов. Имеет 40 научных публикаций по проблеме изучения и предупреждения суицидального поведения подростков. Наряду с этим публикуется в СМИ, участвует в радио- и телепрограммах, посвященных психологическим и правовым проблемам ребенка в семье и обществе; автор книги «Поймите своего ребенка».

употребления наркотиков. С падением железного занавеса границы сделались прозрачными, в страну хлынули наркотики, которые стали для подростков более доступны, чем, скажем, 15–20 лет назад. За этот период уровень самоубийств подростков значительно увеличился. Кроме того, Россия сильно пьющая страна, легкая доступность и высокое потребление алкоголя — тоже немаловажный фактор.

Как предотвращать случаи суицида? Прежде всего необходимо понимать, если подросток обнаруживает суицидальные намерения, рассматривает самоубийство как способ решения трудной, невыносимой с его точки зрения ситуации, нужно относиться к этому как к реальной угрозе его жизни и здоровью. «Измерять», насколько это серьезно, совершенно не правильно, ему необходимо помочь. Можно ли помочь такому ребенку заочно, перепишываясь в сети? Да, необходимо включаться в общение, дать ему почувствовать, что он не одинок. Это может сделать любой человек, не обязательно специально обученный. Подростки очень высоко ценят любое проявление интереса к себе.

Интерес подростков к суицидальной теме, который мы наблюдаем сегодня и который проявляется в том числе и в интернете, — пример информационной эпидемии.

Нужно ли ликвидировать сайты и группы, на которых обсуждаются вопросы ухода из жизни и таким образом популяризируется суицид? Во-первых, это вряд ли реально. Кроме того, прямой запрет чего бы то ни было редко бывает эффективным. Запреты усиливают интерес, способствуют героизации и мифологизации суицидального поведения.

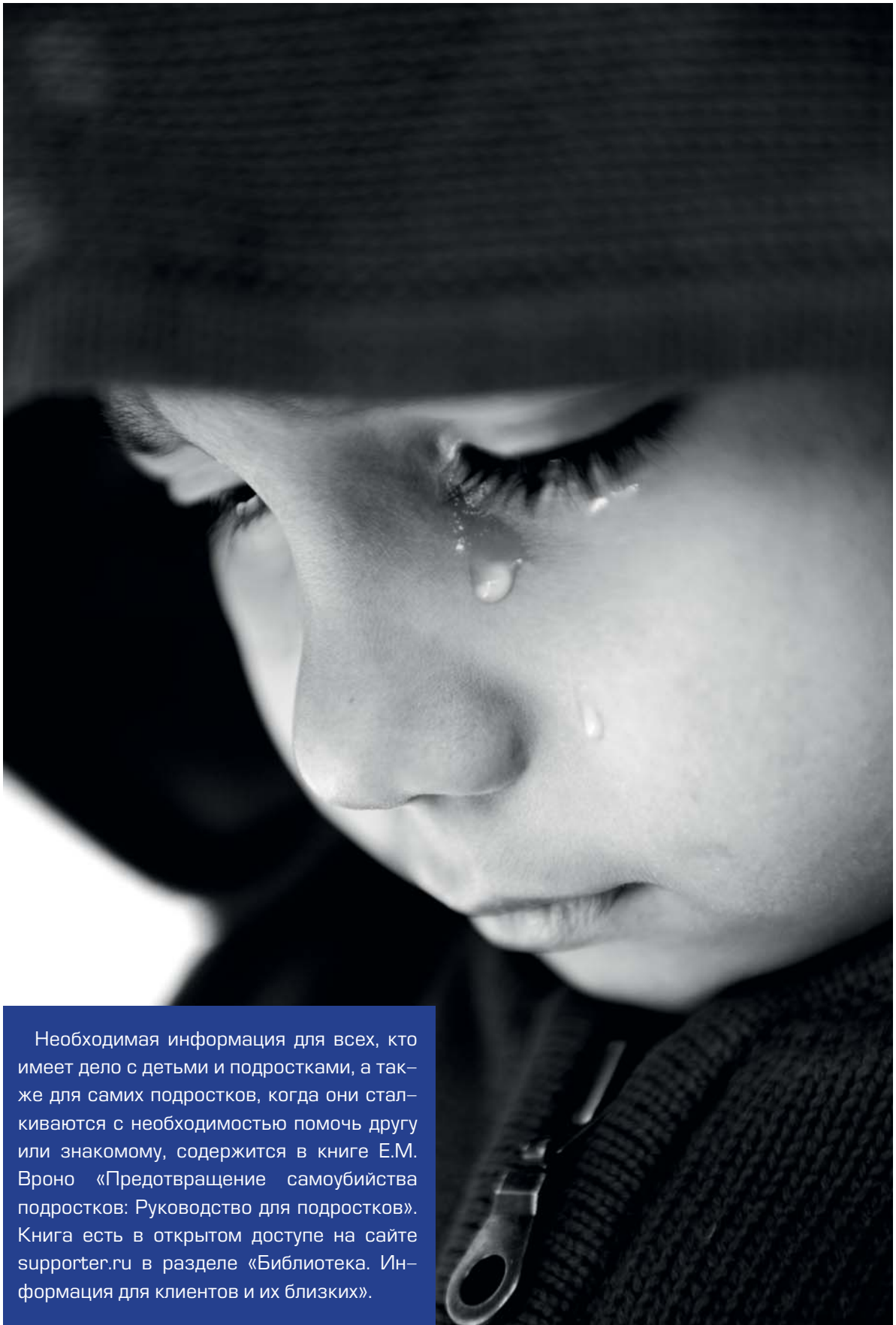
Всем, кто работает с детьми, очень важно уметь распознавать предвестники возможной суицидальной попытки, поведенческие и вербальные. Еще раз подчеркну: для того чтобы попытаться предотвратить суицид, не нужно быть психологом или врачом-психиатром — достаточно захотеть услышать ребенка и проявить некоторое мужество для того, чтобы задать прямые вопросы. Это непросто, но это возможно и достаточно, чтобы предотвратить суицидальную попытку. Важно осознавать, что в реальности существуют суицидальные попытки, которые предотвратить нельзя, когда решение человека абсолютно непреклонно. Не менее важно знать, что подростки часто со-

вершают суицидальные попытки импульсивно, на высоте аффекта, когда попытка направляется остро возникшим аутоагрессивным импульсом. Такую попытку можно и нужно предотвращать: достаточно остановить острый конфликт, если подросток выкрикивает суицидальную угрозу.

Это все, что касается частной жизни. На государственном уровне необходима программа, система мер, которая включала бы и усиление психологической поддержки в школах, и линии помощи, и психологические онлайн-консультации. Исторически так сложилось, что первая линия помощи — телефон доверия — была создана в Англии священником, который не смог предотвратить суицид своей прихожанки. Это было сразу после войны, когда, с одной стороны, был всплеск суицидальной активности, вообще характерный для послевоенного времени, с другой — уникальная человеческая жизнь стала цениться очень высоко. Тогда самаритянами была создана служба, которая всегда готова слушать. Ее эмблемой было и есть детальное изображение человеческого уха. Такие службы, работаю-

щие 24 часа в сутки каждый день, стали создаваться повсеместно. В СССР первый телефон доверия был создан в суицидологическом центре. Сегодня они есть всюду. Казалось бы, вот ключ к разрешению проблемы. Увы: опыт показал, что суициденты составляют совсем не большую часть абонентов служб экстренной психологической помощи по телефону, не более 10%. Рост количества таких служб во всем мире не приводит к видимому снижению числа суицидов. Необходимо развивать и другие направления, создавать образовательные программы, которые всех, кто соприкасается с детьми — от воспитателей детских садов до родителей, — обучали бы элементарным знаниям о суицидах. Это создаст принципиально другую среду. Но обеспечить такой охват под силу только государству.

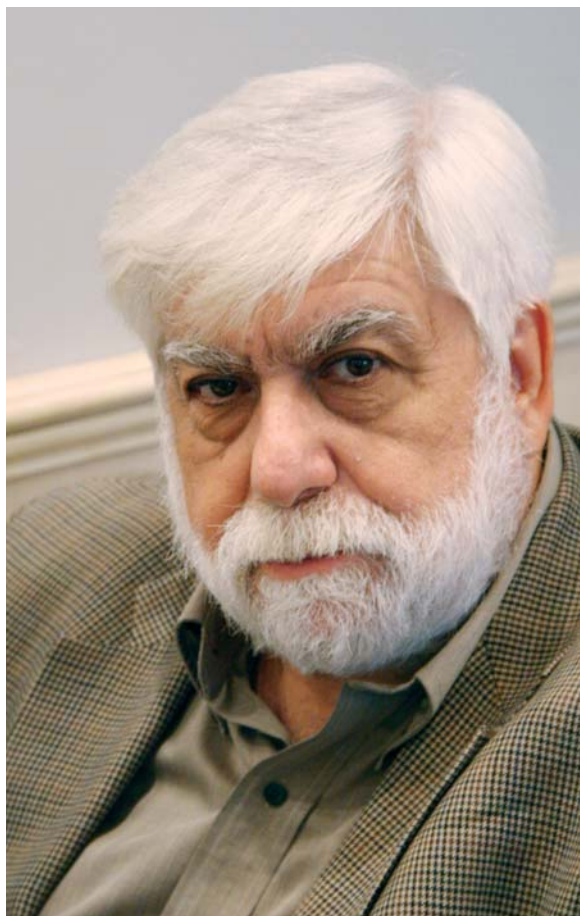
*Беседовала Александра Толстихина*



Необходимая информация для всех, кто имеет дело с детьми и подростками, а также для самих подростков, когда они сталкиваются с необходимостью помочь другу или знакомому, содержится в книге Е.М. Вроно «Предотвращение самоубийства подростков: Руководство для подростков». Книга есть в открытом доступе на сайте [supporter.ru](http://supporter.ru) в разделе «Библиотека. Информация для клиентов и их близких».



# Сергей Ениколопов: «Подростковый суицид — это крик о помощи»



Сергей Николаевич Ениколопов, кандидат психологических наук, руководитель Отдела медицинской психологии Научного центра психического здоровья Российской академии медицинских наук (НЦПЗ РАМН). Автор более 200 научных работ.

— Сергей Николаевич, почему тема суицида, добровольной смерти, стала, можно сказать, популярной в подростковых интернет-сообществах? Что реально стоит за этим?

— На самом деле это общая проблема, интернет здесь служит инструментом. Подростки сами по себе являются группой суицидального риска в силу особенностей переходного возраста — это несформированная стабильная идентичность, часто заниженная самооценка, резкая смена настроения и повышенная чувствительность, ранимость. Все это подкрепляется гормональными, эндокринными изменениями, идет мощнейшая перестройка всего организма, меняется внешность. Поэтому под влиянием возрастных изменений юноши и девушки часто размышляют о метафизических ценностях, в частности о жизни и смерти — это нормально. К тому же в современном обществе происходит некая глобальная инфантилизация — повышается верхний предел перехода во взрослость. Проблемы, которые раньше встречались у 14–16-летних, сегодня преследуют 18-летних и старше.

Другая характерная для человека проблема — это страх смерти. Мы единственные живые существа, которые понимают, что жизнь имеет конец. На глобальном уровне для преодоления страха смерти существует культура, религия, традиции. На индивидуальном уровне это проявляется в стремлении к формированию самоуважения, высокой самооценки, иногда к жадности, к накопительству, к воспроизводству себя через потомство — через детей я буду продолжать свои гены, и тогда это обеспечивает некую бессмертность. Время от времени эти защиты прорываются.

Подростковый возраст вообще самый уязвимый. Подросток смотрит на себя в зеркало и не понимает — то ли он интересный, то ли неинтересный, не знает, как относиться к себе, к чьему мнению прислушаться. И поскольку нет стабильности, то на различные жизненные вызовы и стрессовые ситуации, на которые взрослый человек отреагирует более

устойчиво, подросток реагирует негативным образом, решая проблему радикально. Это позволяет ему сохранить свою самооценку, оставить ее высокой.

Появление темы суицида в интернет-сообществах просто отражает ее популярность. Люди пишут о том, что их волнует. Если бы не было интернета, то же самое отражалось бы в личных дневниках подростков — «я размышляю об этом». И это не обязательно только мысли о самоубийстве — это размышления о смерти, о значимости жизни, о ее цене.

— Можно ли помочь ребенку «заочно», общаясь с ним только в интернете?

— В идеале — можно. Это одна из задач для современных психологов. Вряд ли кто-то может разработать инструкцию, за какие слова в каждом конкретном случае нужно уцепиться, чтобы спасти ребенка. Но абсолютно точно необходимо выявить группу риска, и это требует специального анализа. Всплески суицидов в обществе очень часто ситуативные, но есть и некая стабильность — поэтому психологам действительно нужно браться за работу.

Все линии помощи, онлайн-консультации — весь наш технический аппарат должен быть использован для предупреждения суицидов. Другой вопрос — насколько мы готовы к этому. Это на самом деле некий вызов или запрос на настоящие психологические разработки.

Интернет может помочь, но не окончательно, он скорее выступает как телефон доверия — собеседник не решает проблему, но может поддержать, структурировать мысли, отделить важное от неважного, посмотреть на проблему с другой стороны и понять, что она не такая уж и неразрешимая. Не стоит забывать про скайп — гибриды интернета с телефоном. В случае видеоконсультации есть контакт глаз, можно проследить эмоциональные реакции, тонкие изменения настроения. И клиент также видит своего собеседника, того, кто оказывает ему помощь, видит поддержку, участие.

— Сейчас благодаря интернету есть больше возможностей для общения, и подростки максимально их используют. Но по-прежнему чувствуют себя одиночками. Почему?

— Подросток в принципе чувствует себя одиноким — это просто период в социализации любого человека. Происходит некий отрыв от родителей, переход к значимым сверстникам, которые не всегда хотят обращать внимание, в связи с этим возникает масса сложностей. Отторжение может восприниматься как одиночество, непонимание окружающих. Какие родители могут понять (если бы они помнили себя в этом возрасте, они бы понимали, но они не помнят) волнение мальчика или девочки-подростка по поводу прыща, свидания, принятия, силы — слабости. Это все оценочные ситуации, и они сильно влияют на самочувствие подростка. Он может быть в полной растерянности и чувствовать, что абсолютно одинок. Общение в интернете в таком случае помогает избежать одиночества, найти друзей, поддержку. Но заменяет ли виртуальное общение реальное? Можно ли заменить обычную человеческую улыбку на смайлик, безудержный хохот на десятки смайликов и восклицательных знаков? В интернете непонятно — это просто восторг на словах или за словами действительно скрывается эмоциональная реакция. В разговоре очень важен

невербальный компонент, который при общении в сети полностью исчезает. В интернете происходит коммуникация роботов, безэмоциональных людей, а проблемы для суицидальных личностей в основном эмоционального плана.

Подросток может не услышать, когда родители говорят ему какой он хороший и замечательный человек, как все его любят и ценят. Но достаточно одного похлопывания по плечу или рукопожатия — и он понимает, что жизнь налаживается, есть же люди — и можно вообще ничего не говорить. Подросткам невербальная, эмоциональная составляющая важнее вербальной, в интернете ему предлагают обратиться к тексту, а он уже читал это все.

— Почему случаи суицидов участились именно сейчас?

– Одна из возможных причин — долго длящаяся аномия нашего общества. Когда цели и средства рассогласованы, когда огромное количество людей не чувствует, что правила действуют, когда теряется ощущение, что впереди все будет хорошо, когда мотивация не соответствует тому, что происходит в действительности. Но, возможно, мы просто стали чаще слышать о суицидах из-за работы СМИ.

— Какие симптомы в поведении (включая поведение в сети) должны насторожить взрослых — учителей и родителей?

– Это, как правило, всевозможные депрессивные симптомы — подросток постоянно находится в печальном настроении, не тянется к удовольствиям. На самом деле он часто проговаривает проблему, связанную со смертью, не таится. Можно заметить нарастающую раздражительность, агрессивность — на каждое пустяковое замечание родителей в ответ десять слов, крик, слезы. Иногда бывают срывы и на приятелей, это конечно усугубляет ситуацию. Ссоры с близкими друзьями, которые часто возникают на пустом месте, способны

росток сепарируется от родителей, он хочет, чтобы было что-то, что он может делать один, самостоятельно. В острых вариантах подростки все делают наоборот, наперекор желанию родителей. Поэтому предполагать, что родители могут первыми помочь, не стоит. Именно от контроля ребенок хочет освободиться. Не стоит забывать о двух важнейших характеристиках подросткового возраста — сепарация и группирование с себе подобными. Психологическая служба — безусловно. Но важно осознать, что сейчас она работает по реактивному признаку. То есть вы сначала совершите что-нибудь, а мы вам поможем — потом. Основная задача для психологов на сегодняшний день — разработать методы анализа текстов, продуктов, вербального текста в школе для того, чтобы выявлять группы риска. Бесполезно решать проблему суицида, общаясь со всеми. Это так же, как рассказывать всему классу про алкоголь, курение или секс — одним уже поздно, другим еще рано. Тема суицидов интимная: когда беседуешь индивидуально, можно подстроиться под конкретную проблему и рассчитывать на гораздо большую открытость. Поэтому, безусловно, все линии помощи, онлайн-консультации —

Появление темы суицида в интернет-сообществах просто отражает ее популярность. Люди пишут о том, что их волнует. И это не обязательно только мысли о самоубийстве — это размышления о смерти, о значимости жизни, о ее цене.

усилить ощущение одиночества. Если раньше вечером можно было встретиться с друзьями, то теперь непонятно, что делать — отсюда переживание одиночества и последующие мысли.

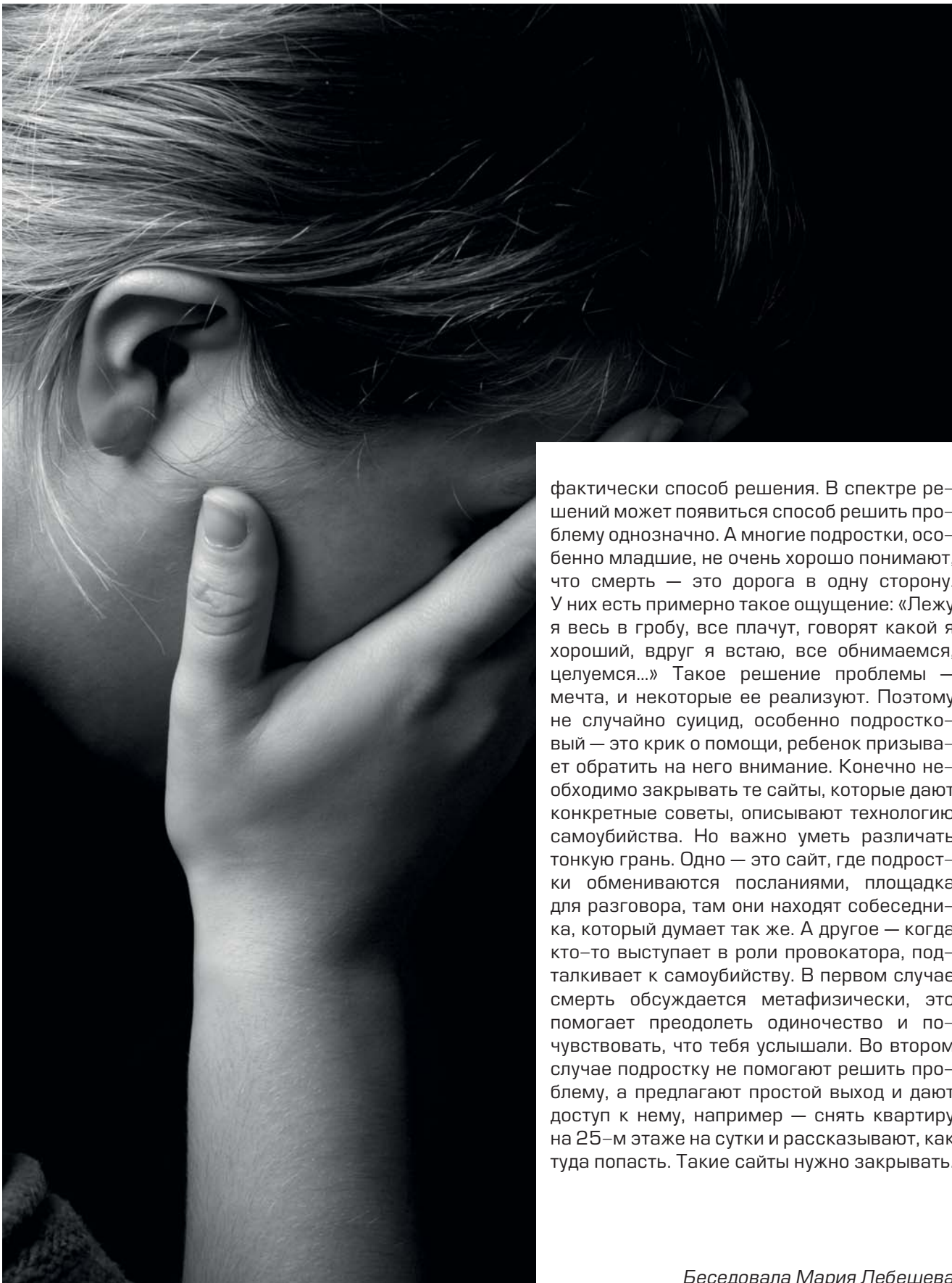
— Какие средства, на ваш взгляд, должно использовать общество (усиление психологической поддержки в школах, усиление родительского контроля деятельности детей в интернете, линии помощи, психологические онлайн-консультации), чтобы предотвращать подобные ситуации?

– Менее всего нужно уповать на родительский контроль. Хорошо, конечно, чтобы родители дружили со своими детьми, были в курсе их душевных переживаний. Но под-

весь наш технический аппарат должен быть использован. Другой вопрос — насколько мы готовы к этому. Это на самом деле некий вызов или запрос на настоящие психологические разработки, притом с мощнейшим использованием интернета.

— Помогут ли в предотвращении детских суицидов такие меры, как отслеживание и ликвидация сайтов и групп в социальных сетях, посвященных этой теме, и привлечение к ответственности владельцев таких сайтов?

– Сайты, которые обсуждают смерть, очень диалектичны. С одной стороны, они отражают ситуацию в данный момент, с другой — подталкивают. Человек может не знать, как решить свою проблему, и любая подсказка — это



фактически способ решения. В спектре решений может появиться способ решить проблему однозначно. А многие подростки, особенно младшие, не очень хорошо понимают, что смерть — это дорога в одну сторону. У них есть примерно такое ощущение: «Лежу я весь в гробу, все плачут, говорят какой я хороший, вдруг я встаю, все обнимаемся, целуемся...» Такое решение проблемы — мечта, и некоторые ее реализуют. Поэтому не случайно суицид, особенно подростковый — это крик о помощи, ребенок призывает обратить на него внимание. Конечно необходимо закрывать те сайты, которые дают конкретные советы, описывают технологию самоубийства. Но важно уметь различать тонкую грань. Одно — это сайт, где подростки обмениваются посланиями, площадка для разговора, там они находят собеседника, который думает так же. А другое — когда кто-то выступает в роли провокатора, подталкивает к самоубийству. В первом случае смерть обсуждается метафизически, это помогает преодолеть одиночество и почувствовать, что тебя услышали. Во втором случае подростку не помогают решить проблему, а предлагают простой выход и дают доступ к нему, например — снять квартиру на 25-м этаже на сутки и рассказывают, как туда попасть. Такие сайты нужно закрывать.

*Беседовала Мария Лебешева*