
ДАЙДЖЕСТ ИССЛЕДОВАНИЙ В КЛИНИЧЕСКОЙ ПСИХОЛОГИИ И ПСИХОТЕРАПИИ

RESEARCH DIGEST IN CLINICAL PSYCHOLOGY AND PSYCHOTHERAPY

СУИЦИДАЛЬНОСТЬ: РЕЗУЛЬТАТЫ НОВЫХ МЕТА-АНАЛИЗОВ

Настоящий дайджест предлагает информацию о результатах последних мета-анализов по теме суицидов, суицидального поведения и суицидальных мыслей

Для цитаты: Суицидальность: результаты новых мета-анализов // Консультативная психология и психотерапия. 2023. Том 31. № 2. С. 171—176. DOI: <https://doi.org/10.17759/cpp.2023310209>

SUICIDALITY: RESULTS OF RECENT META-ANALYSES

Present digest offers information about results of recent meta-analyses on suicide, suicidal behavior and suicidal ideas.

For citation: Suicidality: Results Of Recent Meta-Analyses. *Konsul'tativnaya psikhologiya i psikhoterapiya* = *Counseling Psychology and Psychotherapy*, 2023. Vol. 31, no. 2, pp. 171— 176. DOI: <https://doi.org/10.17759/cpp.2023310209> (In Russ.).

По данным ВОЗ, ежегодно в мире от суицидов умирает более 700 000 человек. В 2019 г. каждая сотая смерть была результатом суицида.

Среди мужчин показатель суицидов в два раза выше, чем среди женщин. На каждую смерть от суицида приходится в десять раз больше суицидальных попыток. Суицид имеет тяжелые последствия, как для самого суицидента, так и для его окружения.

В последнее время заметно возросло количество попыток обобщить в мета-анализах имеющиеся в области суицидологии научные данные с целью определения потенциальных мишеней для профилактики суицидов.

В настоящем дайджесте мы знакомим читателей с данными трех новых систематических анализов: первый посвящен проблеме подросткового суицида во время пандемии Covid-19; второй рассматривает проблему раскрытия суицидальных мыслей другим людям; целью третьего является поиск наиболее значимых корреляционных связей между разнообразными факторами риска суицидов и их частотой.

Суицидальный спектр у молодежи во время пандемии ковида

В электронном издании группы Lancet итальянские ученые из Университета Турина опубликовали данные мета-анализа на тему суицидальности у молодежи во время пандемии COVID-19.

Авторы отмечают, что молодежь в возрасте от 15 до 30 лет выглядит самой уязвимой группой, и каждая четвертая смерть в этой возрастной категории — это смерть от суицида. Среди его причин упоминается дефицит когнитивного контроля, обусловленный особенностями развития головного мозга подростков, который может повышать риск импульсивного суицидального поведения как дисфункционального ответа на кризисную ситуацию.

В целом, на один завершенный суицид приходится более двадцати суицидальных попыток. Этот феномен хорошо представлен суицидальной пирамидой бельгийского психиатра Кейса ван Хеерингена (van Heeringen): среди молодежи, а также среди взрослых суицидальная симптоматика может рассматриваться как континуум — от суицидальных мыслей в основании пирамиды до суицидального поведения и суицида на ее вершине. Суицидальные мысли считаются начальной точкой такого континуума, но не все, кто сообщает о суицидальных мыслях, впоследствии переходят к действиям. Исследования также показывают, что лишь очень небольшая доля подростков с суицидальным поведением попадает в поле зрения клинических служб, то есть эти проблемы в значительной мере скрыты в сообществе.

Пандемия COVID-19 принесла с собой радикальные изменения в жизнь подростков и молодежи, которые могли как позитивно, так и негативно повлиять на их психическое здоровье. Среди позитивных

влияний отмечают рост сплоченности в семье, усиление связей между ее членами через совместное проведение времени. Среди негативных — ограничение социальных взаимодействий и совместного досуга с друзьями, возможное усиление конфликтов в семье, домашнее насилие, рост тревоги и депрессии. В первые месяцы пандемии отмечен рост показателей психического неблагополучия (например, утяжеление симптомов депрессии и тревоги, расстройств пищевого поведения), но при этом уровень суицидов не показал значимых изменений, несмотря на выраженную связь упомянутых психических состояний с суицидальными попытками.

Целью исследования ученых из Турина было обобщение данных по показателям суицидальности среди молодежи во время пандемии Covid-19. Систематический обзор основывался на статьях из пяти баз данных, опубликованных в период с 01.01.2020 по 27.07.2022 гг. Мета-анализ проводился на материале исследований, посвященных изучению трех элементов суицидального спектра — суицидах, суицидальном поведении и суицидальных мыслях — среди молодых людей в возрасте до 19 лет.

Согласно данным метаобзора показатель суицидов в 2020 году вырос по сравнению с 2019 годом и составил 4,9 случаев на 100 000 человек. Наибольшая частота суицидального поведения была среди молодых людей, имеющих психиатрические диагнозы (25%), в общей популяции этот показатель был равен 3%, а в отделениях неотложной помощи — 1%. Показатель суицидальных мыслей был 17% в общей популяции, 36% — у лиц, имеющих проблемы в области психического здоровья, и 2% — в отделениях неотложной помощи. Сравнение периодов до- и во время эпидемии Covid-19 демонстрирует статистически незначимый тренд к росту суицидального поведения в общей популяции и в отделениях неотложной помощи. Единственный значимый рост обнаружен для суицидальных мыслей среди лиц, страдающих от психических заболеваний.

Согласно интерпретации авторов, во время пандемии тренд изменений уровней трех элементов суицидального спектра соответствует известному паттерну, согласно которому показатель суицидальных мыслей имеет более выраженный рост в сравнении с показателями суицидального поведения и суицидов. Исследователи предупреждают, что правительствам и другим заинтересованным сторонам в начале таких крупных бедствий, как пандемия, следует помнить об уникальных рисках молодежи и принимать проактивные меры, которые были бы обращены к потребностям этой возрастной категории, с целью снижения существующих рисков.

Оригинал: *Bersia M., Koumantakis E., Berchiolla P. et al. Suicide spectrum among young people during the COVID-19 pandemic // eClinicalMedicine. 2022. Publ. 31.10.22. DOI: 10.1016/j.eclinm.2022.101705*

Раскрытие суицидальных мыслей и поведения другим

Раскрытие своих суицидальных мыслей, планов или деструктивных действий другим открывает возможность для вмешательства и првенции. Австралийские ученые опубликовали первый мета-анализ всех существующих исследований, посвященных оценке распространенности раскрытия суицидальных мыслей (СМ) другим в зависимости от того, кому люди об этом рассказывают, и того, какие факторы влияют на раскрытие СМ.

Ученые провели поиск исследований, проведенных в выборках людей, имеющих СМ или продемонстрировавших суицидальное поведение в прошлом (включая умерших в результате суицида), с целью выяснить, раскрывали ли они другим свои СМ. Было проанализировано почти 100 научных работ на общем материале более миллиона человек. Результаты показывают, что менее половины испытуемых (45,9%) делились своими мыслями и планами с другими.

Раскрытие СМ другим оказалось сопряжено с тяжестью психиатрических расстройств, женским полом и большей продолжительностью наличия СМ или суицидального поведения. Частота раскрытия СМ была ниже среди людей, умерших в результате суицида, а также среди сообщавших о них в устной форме, а не в текстовых сообщениях онлайн. Суицидальными мыслями чаще делились с членами семьи, чем с друзьями или специалистам. В целом, от 50% до 60% людей не раскрывали другим свои СМ и, соответственно, оставались неидентифицированными и лишались возможности получить специализированную помощь.

Среди причин нераскрытия СМ авторы упоминают стигму, чувство стыда, боязнь оказаться отвергнутыми или отказ в психологической поддержке, нежелание возлагать свои проблемы на других и уверенность в том, что решения проблемы нет. Особенно выраженным является беспокойство о последствиях раскрытия такой информации в виде госпитализации или нежелательного лечения.

Авторы указывают на важность социальной поддержки, а также более глубокого понимания проблемы суицидов со стороны специалистов. Указывается на роль прямых вопросов о СМ — согласно данным исследований, такие вопросы не усиливают дистресс и не повышают вероятность СМ или суицидального поведения.

Оригинал: *Hallford D.J., Rusanov D., Winestone B. et al.* Disclosure of suicidal ideation and behaviours: A systematic review and meta-analysis of prevalence // *Clinical Psychology Review*. 2023. № 101. eP. 102272. DOI:10.1016/j.cpr.2023.102272

Факторы риска суицида и интервенции на основе современных технологий

По оценкам ВОЗ, более половины всех смертей от суицидов (58%) приходится на возрастную категорию моложе 50 лет, и определение факторов риска на ранней стадии могло бы способствовать усилению целенаправленных воздействий по превенции суицида. При этом существующий массив данных, позволяющих прогнозировать суициды, не содержит эпидемиологических показателей по большинству стран и представлен несистематизированным набором факторов риска.

Так, в систематических обзорах и мета-анализах рассматриваются факторы риска из самых разных областей: в общей популяции и в разных возрастных группах (дети/подростки, взрослые и пожилые), среди заключенных и среди пациентов стационаров; при самых разных психиатрических расстройствах; в разных этнических и культурных средах; у мужчин и женщин; у бедных и подверженных рабочему стрессу и пр. Факторы риска могут быть получены как из разных областей знания (например, биологии, психологии и социологии), так и на разных уровнях одной дисциплины (например, когнитивные процессы, личность и генетика).

Понимание модифицируемых факторов риска, в свою очередь, может направлять развитие инновационных технологий для целей профилактики суицида. Так, современные интервенции рассматривают использование «больших данных», техник машинного обучения, компьютеризированной психотерапии, применение смартфонов, а также различных портативных устройств и нательных сенсоров.

Целью нового канадского систематического обзора и мета-анализа было улучшение текущего понимания суицидальности через определение факторов риска, которые сильнее других ассоциированы с суицидом, с последующим их использованием в качестве мишеней при разработке новых, основанных на современных технологиях интервенций с целью превенции суицидов.

В ходе исследования проведен поиск в четырех базах данных; критериям включения соответствовали 25 работ, выполненных в 19 странах на общем материале 77890 суицидов. По результатам анализа, факторами, статистически ассоциированными с суицидом, оказались любое диагностированное психическое расстройство, неблагоприятные жизненные события, суицидальные попытки в прошлом, низкий образовательный уровень, одиночество или высокий уровень изоляции, множественные хронические физические расстройства, семейная история суицидов, сексуальная травма и принадлежность к женскому полу.

Самые сильные корреляционные связи с суицидом показали коморбидные расстройства (как психические, так и физические) и факторы риска, связанные с поведением. Авторы представили новую иерархическую модель факторов риска суицида, способствующую улучшению понимания феномена суицида и его причин. В статье также намечены направления для последующих исследований с ориентацией на разработку новых возможностей превенции с использованием современных технологий.

Оригинал: *Jha S., Chan G., Orgi R.* Identification of risk factors for suicide and insights for developing suicide prevention technologies // *Human Behavior and Emerging Technologies*. 2023. Art. ID 3923097. DOI: 10.1155/2023/3923097

Составитель-переводчик: Елена Можяева