

ЭФФЕКТ ВЕРТЕРА: ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ МЕХАНИЗМЫ ФОРМИРОВАНИЯ ЭПИДЕМИЙ САМОУБИЙСТВ

Джабборов Отабек Юсупович

Республиканский научно-практический центр судебно-медицинской экспертизы
Навоийский филиал

<https://doi.org/10.5281/zenodo.10499665>

Аннотация: Данная статья проводит исследование психологических механизмов, лежащих в основе эффекта Вертера, явления, в котором литературные, медийные или общественные представления о самоубийстве стимулируют подражательное поведение. Исследование обращает внимание на тематические исследования и примеры, подчеркивая значение эффекта Вертера в формировании эпидемий самоубийств. Привлекая как исторические, так и современные контексты, статья выявляет факторы, способствующие распространению этого явления, и предлагает стратегии предупреждения для преодоления отрицательных последствий влияния. Это исследование имеет важное значение для формирования эффективных подходов к снижению риска самоубийств в обществе.

Ключевые слова: Эффект Папагено, эффект Вертера, суицид, подражание, психологические механизмы, медийное воздействие, профилактика, эпидемии самоубийств.

ВВЕДЕНИЕ

Самоубийства среди детей представляют собой серьезную проблему, особенно в подростковом возрасте, когда молодые люди могут не полностью осознавать ценность своей жизни. Попытки самоубийства в этой возрастной группе могут быть криком, требующим внимания, но, к сожалению, они часто заканчиваются трагическими последствиями. Исследование показывает, что суицидальная активность увеличивается с 14-15 лет, достигая пика в 16-19 лет. Этот период совпадает с трудностями полового созревания, поиском романтических интересов и растущим ощущением взрослости. В более чем 160 странах уголовное законодательство регулирует вопросы ответственности за самоубийство и его связанные деяния, такие как попытка самоубийства и подстрекательство к нему.

На протяжении всей истории человечества отношение к самоубийству было разным и зависело от таких факторов, как культурные, религиозные и социальные условия. Если в некоторых древних обществах к самоубийству относились терпимо, то с возникновением классовых обществ и религиозных институтов самоубийство стало осуждаться более строго и было запрещено законом. Религиозные и светские власти запрещали самоубийство, а помощь в самоубийстве считалась серьезным преступлением [5]. В эпоху Нового времени в Западной Европе происходило постепенное изменение общественного мнения по отношению к самоубийствам и тем, кто их совершает. На это изменение повлияли прогрессивные идеи гуманизма и деятельность европейских ученых эпохи Просвещения. Знаменитые работы Томаса Мора, Джона Донна, Мишеля де Монтеня и Фрэнсиса Бэкона внесли свой вклад в научное понимание суицида. В результате была доказана психологическая обусловленность самоубийства, что привело к осознанию важности диагностических, коррекционных и профилактических мер. Жестокие меры по отношению к самоубийцам осуждались такими философами, как Вольтер и Чезаре Беккариа. В XVIII веке наблюдался феномен «самоубийств-подражателей», подпитываемый сенсационными

материалами СМИ. В XIX веке появились клубы самоубийц, в которые входили представители высшего класса. В этот период активизировались исследования, посвященные самоубийствам, и такие ученые, как Жан-Этьен Доминик Эскироль и Эмиль Дюркгейм, внесли свой вклад в дестигматизацию самоубийства. В XIX веке также произошло признание права на жизнь в качестве фундаментальной ценности [14].

Согласно стандартам Всемирной организации здравоохранения, страны классифицируются по количеству самоубийств на 100 000 населения в год. Узбекистан попадает в категорию стран с низким уровнем самоубийств: за последние три года этот показатель варьировался от 6,2 до 7,4. Однако при изучении данных по регионам наблюдаются значительные различия. В некоторых областях, таких как Ташкентская, Навоийская и Республика Каракалпакстан, уровень самоубийств стабильно высок, что относит их к среднему уровню по классификации ВОЗ. В некоторых районах, включая Ахангаранский район Ташкентской области, город Ангрен и несколько районов в Джизакской области, Республике Каракалпакстан и Навои, зарегистрированы критически высокие показатели. Эти данные свидетельствуют о том, что, хотя в целом в Узбекистане низкий уровень самоубийств, в отдельных регионах и районах он выше, что указывает на необходимость целенаправленных мер и поддержки в этих областях [18].

Суицидальное поведение может принимать различные формы, включая мысли, намерения, угрозы и реальные попытки. Факторы, способствующие суицидальному поведению, включают проблемы в семье, школе или неудачные романтические отношения. Интересно, что исследование опровергает представление о том, что алкоголизм среди подростков связан исключительно с неблагополучными семьями, так как алкоголь становится доступным для людей любого возраста. Употребление алкоголя может служить механизмом бегства или источником утешения, особенно после первого опыта. Исследование также выделяет три типа суицидального поведения у подростков: демонстративное, аффективное и истинное [9,14].

Средства массовой информации занимают значимую и важную роль в изучаемом и известном явлении, именуемом «эффектом Вертера». Этот феномен, тесно связанный с человеческой психологией, иллюстрирует способность средств массовой информации воздействовать на индивидуальное поведение через разнообразные каналы, такие как новостные репортажи, кинематограф и всепроникающая сила социальных сетей.

В отношении самоубийств и их сложных проявлений, способ, которым средства массовой информации изображают эти трагические события, обладает выдающейся силой, поскольку может вызвать заразительный эффект и провоцировать всплеск суицидального поведения у тех, кто находится в уязвимом состоянии. Эксплуатационное или откровенное освещение самоубийств несет в себе тревожный потенциал стать неожиданным образцом для подражания для людей, уже балансирующих на грани собственного самоуничтожения. Графичность такого освещения может неосознанно делать акт самоубийства более доступным и, казалось бы, даже приемлемым для тех, кто уже борется с непреодолимым отчаянием. Таким образом, медийное освещение может непреднамеренно способствовать нормализации суицида, представляя его как мыслимое и жизнеспособное решение для решения многих проблем человека и тяжелых душевных мук.

В современном обществе наблюдается рост использования новейших информационных технологий, особенно социальных сетей, для манипулятивного воздействия на сознание подростков и молодежи. Это воздействие вызывает социальную

дезориентацию, эмоциональное и социальное напряжение, вмешивается в обычный образ жизни. Значительной проблемой становится появление деструктивных моделей поведения, таких как игра «Синий кит». Эта виртуальная игра, использующая тревожные хэштеги, оказывает деструктивное воздействие на сознание современных подростков, стимулируя их к опасным действиям. Об этой тревожной проблеме обеспокоились правоохранительные органы, общественность, ученые и администраторы социальных сетей.

Игра «Синий кит» стала известной в 2015 году и проводилась в открытых группах, доступных для всех желающих. Ее целью было привлечение подростков к самоубийству. Участники, идентифицирующие себя как «киты», вербовали подростков и манипулировали их сознанием, создавая культ смерти. Заслуживает внимания тот факт, что подростки добровольно участвовали в этой опасной деятельности. Факторы, такие как недостаток внимания, отсутствие родительской поддержки, проблемы в общении и в учебе, а также эмоциональные и психологические трудности, способствуют привлечению подростков к суицидальному поведению. Пропаганда суицида осуществляется с использованием изображений и видеороликов, создающих атмосферу саморазрушения и формирующих суицидальную личность [17].

Эта затруднительная ситуация становится особенно опасной для людей, сталкивающихся с серьезными проблемами психического здоровья. Их уязвимость увеличивает вероятность подверженности влияниям и изображениям, создаваемым средствами массовой информации. Очевидно, что их уже хрупкое эмоциональное состояние может быть легче подвергнуто воздействию изображений в средствах массовой информации, поскольку они пытаются разобраться в собственных беспокойных мыслях и эмоциях.

Следовательно, становится ясным, что для средств массовой информации не только важно, но и обязательно относиться к сообщениям о самоубийствах с высшей степенью ответственности, чувствительности и честности. Для достижения этой цели наивысшее значение имеет соблюдение установленных руководящих принципов, способствующих ответственному освещению. Применение этических методов позволяет средствам массовой информации осознанно избегать любых проявлений приукрашивания или романтизации такого глубоко серьезного и трагического вопроса. Эти усилия в согласовании будут служить проактивной защитой от непреднамеренного увековечивания эффекта Вертера и, напротив, способствовать развитию эмпатии, понимания и надежды в обществе в целом [12].

На формирование эффекта Вертера воздействуют множество факторов, оказывающих влияние на явление самоубийств-подражателей. Значительным фактором в этом контексте является медийное освещение. Широкое и сенсационное рассмотрение суицидальных событий в средствах массовой информации может увеличивать вероятность подражания, так как оно может исказить акт самоубийства, придавая ему романтический или привлекательный оттенок. Этот вид освещения может оказывать глубокое воздействие на уязвимые психологические состояния, что подчеркивает важность понимания того, как самоубийства представлены в средствах массовой информации. Если акт самоубийства изображается как героический или похвальный, это может привести к увеличению числа попыток самоубийства, так как люди могут видеть в этом жизнеспособное решение своих проблем [1].

Еще одним важным фактором является идентификация людей с тем, кто покончил с собой. Люди, разделяющие схожие характеристики или опыт с умершим, могут быть более подвержены воздействию эффекта Вертера из-за чувства соприкосновения или связи с погибшим. Эта идентификация может представлять опасность, поскольку она способствует эффекту заражения, когда самоубийство одного человека вдохновляет других подражать этому поступку [4].

Социальное заражение также играет свою роль, особенно в сообществах или социальных сетях, где люди могут поддаваться давлению или влиянию, побуждающему их следовать примеру своих сверстников. Следует также учесть роль психического здоровья и доступности средств. Люди с предварительными проблемами в психическом здоровье или легким доступом к средствам для самоубийства могут быть более уязвимыми перед воздействием эффекта Вертера, так как они более склонны рассматривать самоубийство как решение своих проблем. Следовательно, предоставление поддержки и ресурсов тем, кто сталкивается с проблемами психического здоровья, и принятие мер по ограничению доступа к средствам для самоубийства становится крайне важным [3].

Общее понимание этих факторов служит основой для разработки стратегий предотвращения и вмешательства, направленных на смягчение последствий эффекта Вертера и уменьшение числа самоубийств в обществе. Элиминирование этих глубинных причин и работа над снятием стигмы с психического здоровья могут создать более безопасное и поддерживающее окружение для людей, подверженных воздействию Эффекта Вертера.

Эффект Папагено - это снижение числа самоубийств после изображения персонажей, которые задумываются о самоубийстве, но находят новую цель в жизни. Он назван в честь персонажа оперы Моцарта «Волшебная флейта». Эффект Папагено противоположен эффекту Вертера, который приводит к увеличению числа самоубийств после изображения самоубийства в СМИ. Различные эмпирические исследования подтвердили существование эффекта Папагено, сравнив количество самоубийств до и после показа фильмов или пьес с положительным исходом для суицидальных персонажей. Механизмы, лежащие в основе этого эффекта, до конца не изучены, но теории предполагают, что искусство может влиять на когнитивные, эмоциональные и поведенческие аспекты личности. Предполагается, что искусство может изменять восприятие, настроение и мотивацию, а также служить моделью для социального подражания, когда зрители идентифицируют себя с персонажами и подражают их решениям и действиям [6,13].

В мировой научной области активно исследуются различные аспекты проблемы самоубийств. Исследования охватывают население различных половозрастных групп, создаются региональные медико-социальные портреты суицидентов, проводится глубокий анализ с использованием методов клинической психиатрии. Интересно отметить, что некоторые заболевания, такие как ВИЧ/СПИД, болезнь Хантингтона, рассеянный склероз, язвенная болезнь, почечная недостаточность, повреждение спинного мозга и системная красная волчанка, связаны с повышенным суицидальным риском. Эти результаты подчеркивают важность системного мониторинга психического здоровья у пациентов с подобными заболеваниями и внедрения профилактических мер.

Также отмечается отсутствие доказательных данных о повышенном суицидальном риске при определенных хирургических вмешательствах, таких как ампутация, замена

сердечного клапана и др. Эти выводы подчеркивают необходимость проведения будущих исследований для более глубокого понимания факторов, влияющих на психическое здоровье в контексте различных медицинских вмешательств [19].

В современном обществе проблема суицидального поведения среди детей и подростков представляет собой серьезный вызов для системы здравоохранения, образования и социального благосостояния. Идентификация рисков и разработка эффективных методов профилактики являются неотъемлемой частью стратегии общественного здоровья. В данном контексте рассматривается актуальность использования инструментов для выявления суицидального риска среди детей и подростков в образовательных учреждениях [8].

«Детская шкала безнадежности» А. Бека, «Причины для жизни» для подростков (RFL6A) и «Опросник суицидальной направленности» (ISO630) представляют собой потенциальные средства для проведения скрининга среди данной возрастной группы. Однако, как выявлено в научных исследованиях, каждый из этих инструментов обладает своими преимуществами и ограничениями, и ни один из них не обеспечивает полное соответствие всем критериям, предъявляемым к эффективному инструменту для выявления суицидального риска [11].

В свете вышеперечисленных факторов, продолжение исследований, направленных на адаптацию существующих инструментов и разработку новых, становится важным этапом в области предупреждения суицидального поведения среди детей и подростков. Данный подход, основанный на учете опыта предыдущих разработок, представляет перспективное направление для улучшения системы скрининга и ранней детекции суицидальных рисков среди уязвимой возрастной группы.

Чтобы эффективно смягчить эффект Вертера, можно использовать множество стратегий. Один из наиболее эффективных подходов предполагает ответственное освещение в средствах массовой информации, при котором средства массовой информации проявляют большую осторожность и деликатность при освещении случаев самоубийств, избегая любых форм сенсационности или прославления. Ответственное освещение требует воздерживаться от предоставления подробных сведений о способе самоубийства, а также избегать использования графических изображений, которые потенциально могут спровоцировать уязвимых лиц [10]. Кроме того, средства массовой информации могут играть первостепенную роль, активно распространяя информацию о ресурсах по предотвращению самоубийств и службах поддержки, тем самым обеспечивая осведомленность нуждающихся о доступной помощи [16]. Другой важной стратегией является активное повышение осведомленности общества о психическом здоровье, одновременно работая над дестигматизацией разговоров, связанных с психическими заболеваниями. Расширяя понимание общественностью многогранной природы психического здоровья, общество может способствовать большему чувству сопереживания и поддержки тех, кто сталкивается с риском возникновения эффекта Вертера. Поэтому образовательные программы должны быть продуманно внедрены в школах и сообществах, предоставляя людям необходимые знания и инструменты, необходимые для выявления и оказания помощи тем, кто борется с суицидальными мыслями. Эти программы должны быть направлены на значительное снижение стигматизации, связанной с обращением за помощью, и одновременно поощрять открытые, честные разговоры о психическом благополучии. Кроме того, создание и совершенствование служб охраны психического

здоровья на различных уровнях абсолютно необходимы для эффективного смягчения эффекта Вертера. Повышая доступность ресурсов в области психического здоровья, включая телефоны доверия, консультационные службы и группы поддержки, люди, находящиеся в кризисной ситуации, могут получать жизненно необходимую им поддержку [15]. Наконец, платформы социальных сетей также могут сыграть значительную роль в смягчении эффекта Вертера [2]. Крайне важно, чтобы эти платформы активно применяли меры по выявлению и оперативному удалению любого вредоносного контента, включая посты, призывающие к членовредительству или суициду, и все это при активном продвижении ресурсов по охране психического здоровья и кризисных линий помощи. Эффективно сочетая эти стратегии, общество может работать над минимизацией пагубного воздействия и распространенности эффекта Вертера.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В заключении можно подчеркнуть, что эффект Вертера, основанный на влиянии медиа и литературных произведений на коллективное психологическое состояние, демонстрирует, насколько сильным может быть воздействие информации на массовое сознание.

Психологические механизмы формирования эпидемий самоубийств, раскрытые в рамках данной темы, позволяют лучше понять, какие факторы и процессы способствуют распространению самоповреждающего поведения в обществе. Это важно для разработки эффективных стратегий профилактики и поддержки тех, кто находится в зоне риска.

Дополнительно, исследования в этой области подчеркивают необходимость внимания к контексту и осведомленности об информационном окружении, в котором функционирует общество. Развитие проактивных подходов к предотвращению эпидемий самоубийств включает в себя исследование эффективных мер по снижению негативного воздействия литературы, медиа и онлайн-пространства на психическое здоровье.

Наконец, предстоит продолжить исследования в данной области с целью выявления новых факторов и механизмов, а также разработки более точных и адаптированных методов вмешательства для предотвращения эпидемий самоубийств и создания поддерживающей среды для тех, кто испытывает психологическую уязвимость.

Литература

1. Богомякова О. Н. и др. Комплексный подход в профилактике суицидов и суицидальных рисков несовершеннолетних //Технологическая маршрутизация: методическое пособие. Пермь. – 2017.
2. Ефимова О. И. Возможности Интернет-ресурсов в профилактике суицидального поведения несовершеннолетних //Профилактика зависимостей. – 2018. – №. 4. – С. 49-54.
3. Жихарева Л. В. Социально-психологические особенности суицидального заражения личности в интернет-пространстве //Научное мнение. – 2018. – №. 1. – С. 79-84.
4. Зинчина А. Б., Росоха Ю. С. «Подражательный суицид» как социальная проблема //Редакційна колегія. – 2018. – С. 94.
5. Зотов П. Б. и др. Соматическая патология среди факторов суицидального риска. Сообщение II //Суицидология. – 2018. – Т. 9. – №. 4 (33). – С. 85-108.
6. Игумнов С. А., Коренский Н. В., Шамарова Е. Ю. Контент-анализ сайтов, ориентированных на профилактику суицидального поведения несовершеннолетних //Антология российской психотерапии и психологии. – 2019. – С. 132-133.

7. Клейберг Ю. А. Деструктивная интернет-игра «Синий кит» как девиантологический феномен: постановка проблемы //Пензенский психологический вестник. – 2017. – №. 1. – С. 70-82.
8. Кураликов Д. В., Гарбузов В. В. Этические проблемы суицида—подражания. – 2021.
9. Москвина И. В. РОМАНТИЗАЦИЯ САМОУБИЙСТВА В ЛИТЕРАТУРЕ. «ЭФФЕКТ ВЕРТЕРА» //СОВРЕМЕННЫЕ ПРОБЛЕМЫ ЛИНГВИСТИКИ И МЕТОДИКИ ПРЕПОДАВАНИЯ РУССКОГО ЯЗЫКА В ВУЗЕ И ШКОЛЕ Учредители: Общество с ограниченной ответственностью" Научно-информационный центр" Интернум". – №. 39. – С. 352-356.
10. Носова Е. С., Спасенников Б. А., Александрова О. Ю. Предотвращение самоубийств: от отдельных инициатив до национальных стратегий //Бюллетень Национального научно-исследовательского института общественного здоровья имени НА Семашко. – 2021. – №. 4. – С. 26-39.
11. Павлова Т. С. и др. Диагностика риска суицидального поведения детей и подростков в образовательных учреждениях //Современная зарубежная психология. – 2013. – Т. 2. – №. 4. – С. 79-91.
12. Саврухина В. А., Иванова А. Д. Отношение населения г. Гомеля к использованию фетального материала в лечебных целях //ПРОБЛЕМЫ И ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ СОВРЕМЕННОЙ МЕДИЦИНЫ. – 2021. – С. 110.
13. Салаев Р. А. Суицид: причины и предупреждение (по материалам 24-го Европейского конгресса психиатрии) //Психиатрия. – 2017. – №. 1. – С. 93-96.
14. Талан М. В., Шалагин А. Е., Идиятуллоев А. Д. Правовая регламентация ответственности за посягательства, связанные с побуждением к самоубийству: отечественный и зарубежный опыт //Вестник Санкт-Петербургского университета. Право. – 2022. – Т. 13. – №. 4. – С. 1078-1098.
15. Фесенко Ю. А. Суицидоопасное поведение у несовершеннолетних: анализ и профилактика //Детская медицина Северо-Запада. – 2018. – Т. 7. – №. 1. – С. 328-329.
16. Фондеркина Л. А. К вопросу о социально-психологической экспертизе интернет-информации, формирующей суицидальное поведение подростков //Историческая и социально-образовательная мысль. – 2014. – №. 2. – С. 264-266.
17. Шарипова А. Я., Данилова О. Л. "Синий кит": смертельная игра //СОВРЕМЕННЫЕ ПРОБЛЕМЫ РАЗВИТИЯ ТЕХНИКИ, ЭКОНОМИКИ И ОБЩЕСТВА. – 2017. – С. 210-212.
18. Шоумаров Г. Б., Палуанова З. Д. Факторы суицида и их особенности в республике Каракалпакстан //Современное образование (Узбекистан). – 2020. – №. 11 (96). – С. 3-13.
19. Щербакова Е. Н. Выделение групп суицидального риска в целях организации оказания медицинской помощи этой категории населения //Проблемы здоровья и экологии. – 2021. – Т. 18. – №. 3. – С. 15-22.