

## ЖИТТЄСТВЕРДНИЙ ПОТЕНЦІАЛ РЕЛІГІЙНОЇ ВІРИ У ПСИХОПРОФІЛАКТИЦІ СУЇЦИДАЛЬНОСТІ

*У статті проаналізовано проблему психопрофілактики суїцидальності засобами релігійної віри. У результаті поглибленого теоретично-емпіричного аналізу проблеми доведено необхідність удосконалення в середовищі сучасної студентської молоді навчально-виховних програм, спрямованих на декларовані релігією антисуїцидальні гуманістичні смисли існування, отже, профілактики і корекції жорстокості, відчуженості, прояву особливої уваги до діяльності деструктивних культів, тоталітарних сект, об'єднань і груп, які пропагують аутодеструктивну ідеологію, протидії цим тенденціям.*

**Ключові слова:** аутодеструктивність, суїцид, суїцидальні тенденції, психопрофілактика, студентська молодь.

**Постановка проблеми.** Самогубство – особливо актуальна і складна для вирішення проблема, що завдає значних страждань суїциденту, його сім'ї, негативно впливає на соціум. Зростання чисельності добровільно-передчасних смертей в Україні і в усьому світі серед різних верств населення пояснює необхідність подальшого пошуку ефективних засобів протидії суїцидальності.

Звичайно, цілком позбавити суспільство цього жахливого явища неможливо, ураховуючи всі індивідуально-психологічні особливості та детермінанти виникнення саморуйнівних настроїв чи станів, близьких до цього, але з метою мінімізації суїцидальних дій у світі необхідно шукати найбільш дієвих шляхів гармонізації душевного стану людини, формування стійких вітальних антисуїцидальних диспозицій.

Потужний життєствердний потенціал мають високі гуманістично-релігійні духовно-моральні цінності, релігійна віра, яка сприяє стабілізації психіки індивіда, позбавляє мук переживання екзистенційного абсурду, доводить високий сенс людського існування.

**Аналіз останніх досліджень із проблеми.** Теоретико-методологічною базою дослідження стали концепція релігійної віри як «вершини свідомості» В. Джемса; логотерапія В. Франкла, концепції Е. Фромма, представників гуманістичного напрямку психології (А. Маслоу, Г. Олпорта, К. Роджерса) щодо значущості вітального, антидеструктивного потенціалу віри в Бога, гуманістичних релігій; тлумачення життєдайності гуманістично-релігійних духовно-моральних смислів існування в російській релігійній філософії (М. Бердяєв, Ф. Достоєвський, Л. Толстой, С. Франк та ін.); психологія релігії В. Москальця (трактування релігійної віри як надпотужного антисуїцидального чинника) та ін.

**Мета статті** полягає в обґрунтуванні дієвості вітального потенціалу релігійної віри в психопрофі-

лактиці суїцидальності в середовищі студентської молоді, розширенні системи превентивно-профілактичних заходів появи аутодеструктивності.

**Виклад основного матеріалу.** Зростання рівня суїцидальної активності молоді у світі пояснює необхідність подальшого наукового пошуку дієвих засобів попередження формування суїцидальних тенденцій, розширення системи превентивно-профілактичних заходів появи аутодеструктивності. Суїцид детермінується об'єктивними та суб'єктивними чинниками: нейробіохімічними, диференціально-психологічними, соціальними, соціально-психологічними, культурно-історичними тощо [7].

Формуванню аутодеструктивності сприяє руйнування, втрата ідеалів, падіння рівня зацікавленості духовно-моральними цінностями, поширення індіферентності до релігії, що підсилює болісні екзистенційні переживання людини внаслідок усвідомлення фатальної приреченості, абсурдності земного існування.

Наука не спроможна звільнити людину від мук безутішного існування, тому що не має такого значущого вітакультурного, антисуїцидального потенціалу, як релігія.

Релігійно-культуральні традиції, пов'язані зі ставленням до самогубства, відіграють величезну роль у регуляції суїцидальної активності вірян у багатьох країнах світу. Статистичні дані переконують у тому, що в більшості країн з українським нетерпимим релігійним ставленням до самогубства, низьким рівнем морального індивідуалізму, розвинутою системою колективних уявлень, обов'язкових для всіх членів релігійної громади, рівень суїцидальності суттєво нижчий [2; 4].

Неприпустиме ставлення до самогубства багатьох релігій позитивно впливає на регуляцію суїцидальності в середовищі, але погоджуємося з думкою Е. Фромма про те, що надпотужним є антисуїцидальний вплив гуманістичних релігій

[10]. Ці релігії, засновані на істинно гуманістичних принципах духовної свободи, єднання та любові, незалежні від суспільних пріоритетів, можуть гармонізувати та «врятувати» психіку людини від деструктивного впливу цивілізації, ефективно протидіяти аутодеструктивності. Рятівною у такому разі є не традиційна релігійна свідомість зі своїми законами та заборонами, а власне благодатна сила Бога.

Релігійна віра інтегрує психіку людини на основі високих екзистенційних смислів, долає меланхолію та відчай, які є психічними чинниками суїцидальності, що є вагомою підставою для констатації її високої психопрофілактичної цінності. Відвертаючи увагу людини від душевної скрути, нейтралізуючи руйнівні емоції, релігія формує позитивний погляд на світ, розкриває перед людиною можливість утвердитись у Трансцендентному [6].

У процесі поглибленого теоретико-емпіричного аналізу проблеми нами доведено, що використання вітального потенціалу релігійної віри в психопрофілактиці суїцидальності ґрунтується на: життєствердному релігійному трактуванні людського життя як абсолютної цінності; успішності вирішення релігією основної людської проблеми – скінченності земного існування, що є джерелом болісних екзистенційних переживань абсурдності життя; релігійному тлумаченні хибності вузькоєгоїстичного, утилітарно-меркантильного способу життя, сприятливого щодо формування аутодеструктивності, й орієнтації на високодуховні смисли існування; життєдайності релігійного тлумачення людських страждань; могутньому катарсичному потенціалі віри в Бога; сприянні релігійної віри почуванню людиною душевної гармонії та згоди, отже, протидії формуванню депресивно-невротичних деструкцій у її психіці, сприятливих щодо суїцидальних тенденцій.

Психопрофілактика суїцидальності – складна проблема, для її успішного вирішення повинна мати системний характер, що виражається:

– у своєчасному виявленні осіб із суїцидальними тенденціями (під час спостережень, бесіди, інтерв'ю, за допомогою спеціалізованого діагностичного інструментарію);

– у системі психокорекційних заходів, спрямованих на зміну особистісних настанов, налаштувань потенційного аутодеструктанта, активізацію антисуїцидальних чинників (одним з яких є релігійна віра, її антисуїцидальний потенціал), що попереджують формування суїцидальності;

– у позитивній аксіологічній терапії з найближчим соціальним оточенням суїцидента, насамперед зведенні до мінімуму в їхніх судженнях негативних оцінок: зневаги, осуду, нерозуміння, ігнорування тощо, негативних впливів на психологічний стан і поведінкові реакції суїцидально налаштованої особистості і, навпаки, орієнтації на

високоморальне, шанобливе, сповнене взаєморозумінням та бажанням допомоги, пропаговане релігією ставлення;

– у просвітницьких, інформаційно-навчальних заходах, спрямованих на поширення знань про особливості генезису та формування суїцидальної поведінки, про способи «самопоміди» під час виникнення аутодеструктивних проявів, наявність та характер роботи суїцидологічних служб; у спеціалізованих навчальних суїцидологічних програмах для практичних психологів, спеціалістів, які працюють у сфері суїцидології з урахуванням та використанням антисуїцидального впливу життєдайних основ релігійної віри.

Основою психопрофілактики суїцидальної поведінки є суїцидальна превенція. Знання соціальних, психологічних провісників суїциду може попередити його [8; 9]. Суїцидальна превенція полягає передусім у здатності розпізнавати ознаки небезпеки формування аутодеструктивності на ранніх стадіях суїцидогенезу. Одержимість псевдодуховними поривами, що виявляється у відчуженості, самоізоляції індивіда від оточення, проявах надмірного індивідуалізму, егоїзму, агресії, ворожості в ставленні до інших, максимальній зосередженості на вузькоєгоїстичних меркантильно-утилітарних цінностях, і, навпаки, зниження чи взагалі відсутності (що ще гірше) зацікавленості високодуховним є, згідно з релігійним трактуванням, глибинними джерелами формування суїцидальних тенденцій.

Основне завдання превенції на початковому етапі за відсутності суїцидальних проявів – профілактична, ненав'язлива просвітницько-роз'яснювальна робота зі студентами, спрямована на попередження формування суїцидальних тенденцій в їхній психіці. Підвищення цінності життя з усіма його згодами чи незгодами, формування ставлення до нього як до найвищої людської цінності, натомість ставлення до самогубства – як до зазіхання на найбільш цінне (за релігійним трактуванням) є надзвичайно стабілізуючим, життєствердним кроком у профілактиці суїцидальності. У разі втрати сенсу життя варто зайнятися конструюванням нового, адекватного індивідуальності та можливостям особи із суїцидальним ризиком, зорієнтовуючи на антисуїцидальні гуманістичні смисли існування. Зміцненню антисуїцидального імунітету буде сприяти й активізація таких рис особистості, які покращуватимуть її спілкування з оточенням: щирості, доброзичливості, взаєморозуміння, емпатійності, орієнтації на високі гуманістично-релігійні духовно-моральні цінності.

Формування антисуїцидального потенціалу, долучення до високих релігійно-моральних гуманістичних цінностей може відбуватись у повсякденному житті, зокрема через: забезпечення атмосфери становлення особистості на засадах

людяності, толерантності, милосердя; розвиток та заохочення соціально-благодійної ініціативи в середовищі студентської молоді: щирої допомоги усім нужденним, бідним, немічним, не просто надання їм матеріальної підтримки, а насамперед виявлення душевної теплоти, турботи, уваги; залучення до гуманістично зорієнтованих тренінгів, конференцій, семінарів, міжнародних духовно орієнтованих проектів.

Одним з основних видів превентивних заходів щодо протидії суїцидальності, на нашу думку, є індивідуальна бесіда, основне завдання якої – надання термінової допомоги людині, яка опинилася в складній життєвій ситуації й у поведінці якої простежується ризик формування суїцидальних тенденцій. Така бесіда повинна бути основною й обов'язковою частиною роботи із протидії суїцидальності в середовищі сучасного студентства.

Організація та проведення превентивної бесіди із пресуїцидальною особистістю з використанням антисуїцидального, вітального потенціалу релігійної віри передбачає низку таких етапів (виділення і послідовність яких умовні й цілком допускають їх переструктурування): 1) налагодження емпатійного контакту; 2) з'ясування детермінант антивітального налаштування; 3) усвідомлене об'єктивне сприймання життєвої ситуації; 4) визнання страждання (кризи, проблеми) як духовного випробування; 5) актуалізація духовного потенціалу, вітальних ресурсів; 6) конструктивна зміна особистісної спрямованості; 7) закріплення налаштування на вітально-конструктивну трансформацію життєвих реалій суб'єкта.

Незважаючи на значну гедоністично-меркантильну життєву зорієнтованість сучасної молоді, бесіди щодо благодійного впливу віри в Бога на психіку людини, зокрема й у профілактиці суїцидальних тенденцій, більшість із них цікавлять, спонукають до бурхливих екзистенційних дискусій. Втішає факт небайдужості молодих людей до проблеми самогубства, бажання активно приєднатися до процесу спільного пошуку шляхів протидії формуванню суїцидонебезпечних настроїв.

Розпач, розчарування, тривога, гнітючі «чому саме я?», «чому саме зі мною?» роздирають душу багатьох із нас у часи важких життєвих випробувань. Молодь погоджується, що неефективне втішання інших на кшталт: «таке життя», «час все лікує», «все минеться», «так іноді трапляється». Це невтішні загальні фрази, що видаються порожніми, безликими й навіть відразливими. Ми констатуємо, що кожен по-різному сприймає й реагує на життєві труднощі, страждання: хтось, не піддаючись зневірі та відчаю, мобілізує усі сили на їх подолання, а хтось після зтяжної несприятливої смуги життя, розчаровуючись, вкорочує собі віку, через власне свавілля, прагнучи припинити «цю безглузду суцільну муку». І дискусії про слабоду-

хість чи, навпаки, відважність такого вчинку безглузді, адже не вирішують самої проблеми. Її вирішення приходить з усвідомленням того, «чому йдуть, а чому залишаються».

Людина перебуває в стані багатоаспектних екзистенційних конфліктів: між прагненням до гармонії, досконалості, величі та реальним досвідом недосконалості світу і власної нікчемності, жалюгідності, між устремлінням бути з турботою і любов'ю родинно прийнятою, гармонійно інтегрованою, ідентифікованою соціумом та почуванням і усвідомленням нерозуміння, неприйняття, відчуженості, самотності, між бажанням жити, радіти буттю і тягарем безглуздості, жорстокості, несправедливості, виснажливості життя людини на землі, безнадійної відокремленості людей одне від одного егоїзмом. Не рятують від душевного сум'яття і мрії про майбутні блага, надії на завтрашнє щастя через шокуєче розуміння того, що час – її найлютіший ворог, який невблаганно веде до старості, хвороб, смерті. Залишаючись наодинці з переживаннями, що видають душу, не знаючи, де черпати наснагу та сили для продовження безглуздих життєвих мук, людина відчуває екзистенційну розгубленість, дезорієнтованість, тривогу, фрустраційну стурбованість.

У бесідах зі студентською молоддю ми наголошуємо на тому, що одним з істотних виявів цієї екзистенційної дезорієнтованості як складника «смерті людини» було «інтелектуальне самогубство», психологія якого блискуче розкрита у творчості Ф. Достоєвського (у мініатюрі «Вирок», у «Бісах»). «Розумний самогубець» сам виносить собі вирок унаслідок безглуздості, марності, фатальної приреченості сповнених невгамовними стражданнями людських поривань, претендуючи на цілковиту свободу власного вибору, нехтуючи найціннішим. Мовляв, Бога немає, отже, я сам собі бог і розпоряджуся своїм життям незалежно ні від кого [1, с. 146–148].

У дискусіях зі студентами, спрямованими на розвиток «екзистенційного імунітету щодо суїциду» (так ми умовно назвали світоглядне неприйняття, заперечення цього трагічно-жахливого вчинку), ми намагаємося підвести до розуміння того, що такий вибір не є абсолютно вільним. Адже самогубство – лише втеча (до того ж невідомо куди!), одна з тільки двох безсумнівно можливих реалій для вибору людини – втечі від муки земного життя шляхом самовкорочення його чи прийняття цього життя.

Філософія Ф. Достоєвського має велику педагогічну цінність, переконуючи в необхідності визнання надособистісного смислу існування, віри в Бога для збереження життя людини, для попередження формування суїцидальних настроїв. На прикладі героїв його творчості ми прагнемо наочно проілюструвати молоді, до яких жахливих

наслідків може призвести абсолютизація власного свавілля людини, відмова від усвідомлення своєї божественної сутності.

Велике зацікавлення в студентів викликає філософія абсурдності людського життя А. Камю, від болючої суперечності між прагненням людини до нескінченної, вічної гармонійної родинності зі світом, всеосяжної, космічної значущості й усвідомленням власної мізерності, кінцевості, неминучості смерті, фундаментальної байдужості світу до неї особисто і до кожної особи [3]. Утверджуючи велич людського розуму в прийнятті життєвих реалій й обираючи життя без віри в Бога, А. Камю підсилює почуття людиною абсурдності власних життєвих намагань. Більшість студентів погоджуються із цією думкою. Адже розум людський переконає у фатальній приреченості людського життя, марноті найнестерпніших страждань, що породжує екзистенційний відчай, трощить усілякі екзистенційні надії. А віднесення абсурдності існування людини до компетентності Бога ліквідує його – Абсурд розчиняється у вищій істинності нескінченності буття в Його лоні, до якого людина прилучається вірою [5].

Отже, апелюючи в дискусіях зі студентами до філософських поглядів М. Бердяєва, Ф. Достоєвського, А. Камю, С. К'єркегора, Л. Толстого, М. Шелера, Л. Шестова, В. Франкла, К. Ясперса й інших, ми прагнемо підвести до глибокого усвідомлення зв'язку екзистенційної розгубленості, тривоги, розпачу, фрустраційної стурбованості людини з осмисленням власного становища у світі без Бога. З'ясувалося, що таке усвідомлення дозволяє переосмислити перебіг власного життя, правильно розставити життєві пріоритети.

Уся проблема в тому, що більшість із нас шукає щастя та гармонію там, де їх у принципі знайти неможливо, орієнтуючись на досягнення певних зовнішніх соціально-особистісних благ. Ми намагаємося довести, що більшість із тих, хто вкоротив собі життя, не вписалися в систему прийнятих у суспільстві цінностей, застосовуючи до себе критерії соціальної успішності. Та й, зрештою, хто встановлює такі критерії, – сама людина, якій властиво помилятися, адже чимало суспільно успішних людей, страждаючи від душевної дисгармонії, добровільно покинуло цей світ. Чи не наштовхує це на думку про химерність, хибність світської системи цінностей в умовах швидкоплинного, скінченного людського існування. Мільйони людей будують власне життя, опираючись на спотворену систему цінностей, закінчуючи свої дні в журбі, стомлені почуттям власної нікчемності, відсутністю смислу буття. Неможливо віднайти щастя та гармонію в цінностях нестабільного,

динамічного світу. Людині вкрай необхідна віра в Бога як єдиний на сьогоднішній день непохитний, незмінний орієнтир, який зберігає змістовність життя за будь-яких обставин.

Найкращими аргументами є життєві приклади мільйонів людей, які більш ніж переконують: немає іншої, до такої міри потужної вітальної сили, яка допомогла б вистояти, не зламатись у нелюдських умовах існування нацистських таборів, змиритися й прийняти те, що неможливо прийняти, побачити смисл там, де, здавалося б, немає смислу, як релігійна віра. У бесідах зі студентською молоддю ми не виявили жодної незгоди із цим (як серед віруючих, так і серед невіруючих!), незважаючи на те, що в людському житті відсутні зрозумілі, збагненні для людського розуму свідчення присутності божественних сил. Віра в Бога є єдиним могутнім світоглядним утворенням, яке вирішує основну екзистенційну проблему людини – смертність, сповнює високим смислом існування, вселяє надію на те, що Він переймається долею людства і кожної людини, допомагає збагнути й не втратити власну цінність, усвідомити всю велич покладеної на неї життєвої місії – чи не є це найкращими «ліками» у боротьбі із суїцидальними налаштуваннями.

Ми намагаємося довести, що прийняття релігійного бачення життєвих негараздів, релігійного високодуховного способу життя (що приносить духовну втіху, релаксацію, гідність, спокій та радість буття), не залишає місця для психічної кволості і немічі, що може завершитися суїцидом. Причому потужний потенціал протидії аутодеструктивності закладений у душевній організації кожного, а вибір належить зробити кожному з нас. Інакше кажучи, ми завжди обираємо між істинним та хибним. Вибираючи гармонію, щастя та добробут власними основоположними принципами тут і зараз (до чого закликає віра в Бога), ми наділяємо їх силою, яка вибудовує та спрямовує наше життя, забезпечує надійний імунітет у боротьбі із суїцидальними настроями (як не дивно, із цим не можуть не погодитися навіть невіруючі).

**Висновки.** Проблема психопрофілактики суїцидальності повинна вирішуватися на рівні всього суспільства: шляхом прийняття та дотримання громадянами гуманістично-релігійних духовно-моральних цінностей. Залучення до вирішення проблеми широкої громадськості, духовенства, створення міцних гуманістичних засад навчання та виховання молодого покоління сприятимуть профілактиці жорстокості, поширення деструктивності в молодіжному середовищі, залученню молоді до високих гуманістично-релігійних духовно-моральних цінностей, виробленню в неї потужного антисуїцидального імунітету.

**Література:**

1. Достоевский Ф. Полное собрание сочинений: в 30 т. Москва : Художественная литература, 1981. Т. 23. 424 с.
2. Дюркгайм Е. Самоубство : Соціологічне дослідження. Київ : Основи, 1998. 519 с.
3. Камю А. Бунтующий человек. Москва : Политиздат, 1990. 415 с.
4. Напрасная смерть: причины и профилактика самоубийств / ред. Д. Вассерман. Москва : Смысл, 2005. 310 с.
5. Москалец В., Олійник А. Релігійна віра як антисуїцидальний чинник. *Практична психологія та соціальна робота* : науково-практичний освітньо-методичний журнал. 2009. № 2. С. 71–80.
6. Москалец В. Психологія релігії : посібник. Київ : Академвидав, 2004. 240 с.
7. Психологія суїциду : навчальний посібник / за ред. В. Москальця. Київ ; Івано-Франківськ : Плай, 2002. 249 с.
8. Старшенбаум Г. Суицидология и кризисная психотерапия. Москва : Когито-Центр, 2005. 376 с.
9. Суицидология: прошлое, настоящее: проблема самоубийства в трудах философов, социологов, психотерапевтов и художественных текстах / сост. А. Моховиков. Москва : Когито-Центр, 2001. С. 31–59.
10. Фромм Э. Психоанализ и религия. *Сумерки богов* / Ф. Ницше и др. Москва : Политиздат, 1990. С. 143–221.

**Олейник А. В. Жизнеутверждающий потенциал религиозной веры в психопрофилактике суицидальности**

*В статье проанализирована проблема психопрофилактики суицидальности средствами религиозной веры. В результате углубленного теоретико-эмпирического анализа проблемы доказана необходимость внедрения в среду современной студенческой молодежи учебно-воспитательных программ, направленных на декларируемые религией антисуицидальные гуманистические смыслы существования, следовательно, профилактики и коррекции жестокости, отчужденности, проявления особого внимания к деятельности деструктивных культов, тоталитарных сект, объединений и групп, которые пропагандируют аутодеструктивную идеологию, противодействия этим тенденциям.*

**Ключевые слова:** аутодеструктивность, суицид, суицидальные тенденции, психопрофилактика, студенческая молодежь.

**Oliinyk A. V. Life-affirming potential of religion in psychoprevention of suicidality**

*In the article analysed problem of psychoprevention of religion in counteraction of suicidal tendencies. As a result of the profound theoretical-empiric analysis of the problem it has been proved that it is necessary that special educational programs aimed at antisuicidal humanistic existence senses, declared by religion, should be implanted in modern students' environment. Such programs are to prevent and correct cruelty, aloofness, paying special attention to the activity of destructive cults, totalitarian sects and groups popularizing autodestructive ideology, to resist these tendencies.*

**Key words:** autodestructive, suicide, suicidal tendencies, psychoprevention, religion, students.