

Н СУИЦИДАЛЬНЫЙ РИСК ПОГРАНИЧНОГО РАСТРОЙСТВА ЛИЧНОСТИ.

Эшметова Сугдийона Мурод кизи

Студент 1-го курса Лого-23-4 Alfraganus university, Республика
Узбекистан, г.Ташкент

Аннотация: статья посвящена одному из важнейших деталей пограничного расстройства личности (ПРЛ). В научном обзоре мы обобщим о суицидальном поведении лиц, страдающих пограничным расстройством личности . Суициды являются одной из наиболее актуальных медико-социальных проблем современного общества. Одной из групп высокого суицидального риска являются лица, страдающие психическими заболеваниями. Установлено, что по сведениям западных исследователей, от суицидов погибают 4-10% лиц, страдающих указанным расстройством, суицидальные попытки совершают около 75%.

Ключевые слова: пограничное расстройство личности, суицидальный риск, самоповреждение, эмоциональные переживания, селфхарм.

Тип материала: научная статья.

Расстройства личности - это психические расстройства, включающие в себя длительные, доминирующие модели мышления, воспитания, реакции и отношения, которые вызывают у человека значительный стресс.

Что такое пограничное расстройство личности?

Пограничное расстройство личности - расстройство характеризующее импульсивностью, низким самоконтролем, эмоциональной неустойчивостью, высокой тревожностью. Пограничное расстройство личности имеет не устойчивый характер, который возникает в раннем возрасте и проявляется в течение всей жизни. По статистике данное расстройство выявляется примерно

у 2% населения. У таких людей неудачи в личной сфере с постоянным страхом одиночества. Такие люди часто испытывают сильные эмоции, агрессию.

Пограничное расстройство личности связано с очень сильными негативными эмоциональными переживаниями. Эти переживания очень болезненные, что они хотят найти способ освободиться от этой боли. Для этого они могут попытаться уменьшить свою эмоциональную боль умышленными самоповреждениями, употреблением психотропных веществ и самоубийством. Неуверенность и привязанность ухудшают симптомы ПРЛ.

	В	И	Н	Г	О
Гревозность	Суицидальные мысли	Неустойчивый план		Изменчивость целей	Отсутствие интереса к происходящему
Нестабильные отношения	Неустойчивый образ собственного "я"	РПП		Делегирование / Дегерсонализация	Истерики
Опасное поведение	Импульсивность	ПРЛ бинго		Неспособность управлять собой	Чувств пустоты
Зависимость/уход	Селфхарм	Дефицит эмпатии		Неустойчивая самооценка	Идеализация и обесценивание
Импульсивные действия	Страх быть брошенным	Враждебность		Гиперболизация чувств	Фантомные боли

Причины пограничного расстройства личности

Развитию пограничного расстройства личности могут способствовать гены и факторы окружающей среды. Некоторые люди могут иметь генетическую склонность плохо реагировать на жизненные неудачи, а так же и физиологические факторы (нарушения в работе головного мозга). Визуализация мозга у людей с пограничным расстройством личности имеет аномалии, связанные со структурой, метаболизмом и функциями мозга. Они возникают при таких симптомах, как агрессия и импульсивность, которые на прямую связаны с суицидальными поведениями.

Развитию ПРЛ может оказывать пережитый в раннем детстве стресс. Большинство из людей ПРЛ подвергались физическому, сексуальному или эмоциональному насилию, а так же ранняя потеря родителей.

Почему же люди с пограничным расстройством личности совершают суицид или же суицидальные жесты?

Как я говорила и ранее в 75% людей с пограничным расстройством личности совершают суицид, а в 10% завершается летальным исходом. Это очень серьезные и масштабные цифры. В группе риска молодежь от 15 до 30 лет, у них наибольшей риск суицидальных жестов, суицидальных попыток и успешного суицида. Очень много факторов провоцирующий суицид: одиночество, безнадежность, безвыходность, депрессия, окружение, злоупотребление алкоголем и наркотических веществ.



Суицидальные жесты начинаются с селфхарма. Селфхарм - это, когда люди осознанно причиняют себе боль. Селфхарм для людей с пограничным расстройством личности очень естественное и распространенное поведение. Так они переносят свою душевную боль на другие части тела. При непрерывном селфхарме человек уже не чувствует боль и начинает более глубокие самоповреждения и не осознавая того или иного действия получает сильные травмы, которые могут привести к летальному исходу.

Разновидности селфхарма:

- 1) Порезы. У многих людей с пограничным расстройством личности порезы настолько срослись с личностью, что это для них обыденное дело. Если их жизнь идет ни так складно, как они этого хотят, они могут взять нож, лезвие или бритву и наносить всяческие самоповреждения.
- 2) Прижигание. Люди с пограничным расстройством личности могут прижигать сигареты на своем теле.
- 3) Тупые травмы. Некоторые люди с пограничным расстройством личности бьют кулаком об стену, чтобы выпустить свою эмоциональную боль, что приводит к переломам и трещинам.

Суицидальная попытка может носить демонстративный характер, то есть на самом деле человек с пограничным расстройством личности не хочет умирать. Вот это большое отличие между «я хочу умереть», «зачем мне жить», до истинного намерения умереть. Поэтому суицидальные попытки могут быть направлены не на то, чтобы покончить с собой, а как крик души, крик о помощи, что ему очень одиноко. Это считается последним криком о помощи, после селфхарма и начинается переход от селфхарма до суицидальной попытки. Мы должны понимать, что человек с пограничным расстройством личности не всегда готов расстаться с жизнью. У людей с пограничным расстройством личности может быть большая пропасть между нежеланием жить (но они никогда не пойдут на суицид) и между реальной попыткой суицида. У более адаптированного человека с пограничным расстройством личности в обществе, будет меньше риска и желания совершать суицид. Он может всю жизнь стоять между мыслями «я не хочу жить» при каждом случае, если кто-то сильно обидит их, но идти на суицид не будут. Если же человек менее адаптирован в обществе (нет близких, безработный), у них большая склонность к суициду и повторным суицидальным попыткам. Им настолько одиноко, что некому протянуть руку помощи, нет поддержки в столь трудный час. В одном из приступов безнадежности и отчаянности они совершают попытки самоповреждения и суицида.

Пограничное расстройство личности с возрастом становится более здоровым. Из девяти критериев DSM (Diagnostic and Statistical Manual of mental disorders) минимизируются, а какие-то в общем отпадают, но пятый критерий DSM «суицидальное поведение и самоповреждение» у них сохраняются на протяжении всей жизни. Люди с пограничным расстройством личности всегда находятся в зоне риска и об этом всегда должны помнить его близкие и окружение. Окружение и близкие должны правильно реагировать на их действия. В большинстве случаев окружающие пренебрегают и не поддерживают, не обращают внимания,



и этим усугубляют ситуацию и усиливают суицидальные попытки. Демонстративная суицидальная попытка направлена на помощь и поддержку, но не получая эту поддержку, еще больше погружаются в свое одиночество,

безвыходность, бессмысленность жизни. Таким образом общество не подозревая этого может спровоцировать дальнейшие суицидальные поведение. Не все люди с пограничным расстройством личности демонстративно показывают свою боль и суицидальные попытки. Есть те, которые совершают суицид без оглашения своих намерений.

Иногда родные или друзья замечают признаки суицида. Если вы заметили какие либо признаки или ваш близкий человек, возможно, думает о самоубийстве, но вы не уверены, поговорите с ним. Дайте понять, что он не один, и то, что вы беспокоитесь о нем. Спросите и поясните свои опасения. Предложите помощь и будьте рядом, ни в коем случае не пренебрегайте их жалобы и мысли. Проявление заботы к человеку с пограничным расстройством личности может иметь большое значение и поддержку для них.

По мнению Ирины Молодик автора книги «Карточный дом», у каждого из нас есть пограничные способы реагирования, но у кого-то они глубоко запрятаны, и для кого-то стрессом является жизнь как таковая и потому эти способы превращаются в пограничную организацию личности.

Источник: Marsha M. Laynen; Irina Molodik; psychologist-Yana Sheffer.