«У МЕНЯ В ГРУДИ ТАКОЙ КАМЕНЬ!..»

ЕЖЕГОДНО ОКОЛО 57 ТЫСЯЧ ЧЕЛОВЕК ДОБРОВОЛЬНО УХОДЯТ ИЗ ЖИЗНИ

Это почти в 4 раза больше по сравнению с советским периодом. С чем связан такой смертоубийственный всплеск? Ответ на вопрос кажется очевидным: для многих великие потрясения в стране обернулись катастрофой, бедностью, безработицей, отсутствием перспектив... Но и это, оказывается, не главное.

ФОТО АЛЕКСАНДРА МАТЮШКИНА

БОГАТЫЕ ТОЖЕ ПЛАЧУТ

Меня попросили подождать... У заведующего кризисным отделением Московского НИИ психиатрии Вадима Гилода был посетитель: мужчина лет 38, на первый взгляд вполне благополучный, уверенно смотрящийся, хорошо одетый... Оказалось, накануне он чуть не выбросился из окна. У него был солидный доход, элитная квартира и еще недавно цель - построить большой красивый дом для себя и любимой. Но она ушла к другому. И теперь этот мужчина не знал, ради чего ему работать и жить.

- В обществе сложилось представление, - говорит Вадим Моисеевич, - что если человек обеспечен, то у него автоматически есть и все остальные радости жизни. На самом деле деньги еще никого не застраховали от личных драм. А вот переживают их богатые люди очень остро. Он же богатый, то есть все может купить, - и вдруг осечка.

В этом отделении отсутствует больничный белый цвет. Потолки - и те цветные. Мягкий, приглушенный свет. Так создается атмосфера почти домашняя, покоя и уюта. Но все очень скромно - хорошо послужившая мебель, старые двери... Да и ремонт не мешало бы сделать. Когда преуспевающий человек, оказавшийся здесь, наконец отходит от своих проблем, он начинает выражать некоторое неудовольствие скромностью интерьера. «Значит, вернулся к жизни», - шутят в стационаре.

В Москве в больнице имени Ганушкина тоже есть отделение для людей, пытавшихся покончить с жизнью. Но они страдают тяжелыми расстройствами психики. В этом же стационаре помогают здоровым людям. Просто в груди у них, как сказал один пациент, «такой камень, что не знаю, как перенести эту боль». Примерно в половине случаев это поняли родные и близкие, привели сюда. Кто-то нашел в себе силы прийти сам или позвонить на телефон доверия, где его убедили обратиться за специальной помощью. Но примерно половина направляется из института Сербского и некоторых больниц, где им спасли жизнь уже после попытки самоубийства. Социальное положение пациентов самое разное: примерно 40 процентов людей бедных, 30 процентов - со средним достатком и столько же богатых. Последней категории прийти в стационар сложнее всего. Они с большим трудом признают, что у них есть проблемы, с которыми самим уже не справиться. Кроме того, серьезный бизнес в нашей стране невозможен без больших жертв. А значит, им никого особо и не жаль, включая себя и самых близких. Среди этих близких - женщины.

Жены «новых русских» попадали в кризисный стационар не однажды. «Все эти женщины очень похожи, - говорит главный психотерапевт отделения Алексей Паршин. - Их целью было выйти замуж за богатого человека. Они рассчитывали снимать с жизни одни сливки. Но им даже в голову не приходило, что муж может ею хвастать на вечеринках - и презирать дома. Он ведь тоже женился из вполне определенных соображений. У него уже был большой дом, красивая машина, а теперь вот купил и топ-модель. Как ни парадоксально, но среди бизнесменов очень много закомплексованных людей. Все их достижения, начиная от состояния и до красивой жены, продиктованы потребностью самоутверждения. Обычно так поступают люди, которым в детстве недоставало любви. А вот научиться любить в зрелом возрасте очень сложно».

Уже несколько лет пациентом Алексея Паршина является один очень богатый человек. Когда-то он решил, что для счастья ему надо 5 миллионов долларов. Тогда он построит чудесный дом, женится и станет наслаждаться жизнью... Деньги заработал, женился, появился ребенок... А счастья нет. Он обнаружил, что не может верить женщинам. Потому что в бизнесе никто и никому не верит. Развелся. Подруги сменялись одна за другой. В состоянии алкогольного опьянения чуть не застрелился. Долго лечился. Сейчас опять зарабатывает деньги.

«Это единственное, что он по-настоящему умеет делать», - говорит Алексей Николаевич.

- Конечно, деньги как таковые не являются злом, - говорит Вадим Гилод. - Проблемы возникают внутри самого человека. У гармоничной личности все ресурсы распределены равномерно. Человек работает, любит, воспитывает ребенка, имеет хобби, чему-то учится... Если что-то и уходит из его жизни, он с этим справляется. Ведь остается что-то другое. Однако многие бизнесмены целиком сосредоточены на бизнесе. Это не позволяет им рассмотреть не только проблемы и потребности тех, кто рядом, но даже свои собственные внутренние задачи. Неудивительно, если они теряют бизнес, то тем самым теряют и себя. А это уже опасно для жизни.

СМЕРТЕЛЬНЫЕ ИГРЫ

Алексей Паршин называет их клубами самоубийц. Ночные гонки по бездорожью на дорогих иномарках, экстремальные виды спорта... За подобными развлечениями нет достижений человеческого духа. Случается, они заканчиваются смертельным исходом, а уж увечья их участники получают отнюдь не редко. И тем не менее участвуют. Если раньше в одиночку, то сейчас целыми клубами. Как правило, клубы состоят из людей обеспеченных, потому что экстремальные развлечения стоят дорого. «Совсем не обязательно называться клубом самоубийц, чтобы по сути таковым и быть, - говорит Алексей Николаевич. - Любой экстремальный вид спорта, понятно, опасен для жизни. Значит, занимаются им люди вполне определенного психического склада, которым нужны сильные ощущения. А ничего сильнее, чем ощущение на грани исчезновения, не существует». Почему такие игры со смертью, как никогда ранее, стали популярны в нашей стране? «Я не уверен, что эти люди в полной мере осознают реальность смерти, - считает Паршин. - В дореволюционной России существовала культура умирания, а русская литература многократно описывала уход человека. Достаточно вспомнить «Смерть Ивана Ильича» Льва Толстого. Приходит возраст, а с ним понимание, что все дела сделаны, жизненный путь завершен... При этом человек не обязательно должен болеть. Он просто лежит в постели и постепенно слабеет. Потом священник его причащает. И человек испустил дух. Такой культуры умирания больше не существует. При советской власти о смерти вообще старались не говорить ни в школе, ни в обществе. Сейчас в этом смысле мало что изменилось. Человек, особенно молодой, черпает информацию о жизни и смерти главным образом из кино, песен обкуренных групп... Представления из этой помойки он принимает за реальность. Возможно, поэтому с той же смертью стали так легко общаться».

Играют, однако, со смертью сейчас во многих сферах жизни. Термин «игроки» не случайно закрепился за политиками. Потому что сама политика превратилась в один из самых экстремальных видов деятельности. Буквально каждая избирательная кампания любого уровня для кого-то из ее участников заканчивается большой человеческой драмой.

...Этого мужчину многие знают из программ телевидения. Ему около сорока лет. Он импозантен, энергичен, успешно занимается бизнесом. Трудно поверить, что он пытался покончить с жизнью. В предыдущую избирательную кампанию он баллотировался в Госдуму по одному из московских одномандатных округов. И проиграл, но как-то весело. Даже самые близкие люди не почувствовали, какой роковой силы удар ему нанесен. Через несколько дней после подведения итогов выборов он попытался повеситься в своем офисе. Из психологического кризиса специалисты выводили его несколько месяцев. Процесс шел напряженно, со срывами...

- Легче работать с вором в законе, - говорит Алексей Паршин. - Такой человек живет, как говорится, по понятиям, которые на самом деле очень просты. Соответственно, врач может оперативно выбрать правильную тактику лечения. Политик же постоянно входит в массу ролей. Он уже сам не знает, где его истинное лицо. А не имея собственного прочного «я», трудно справиться с психологическим кризисом.

Увы, прочное «я» - проблема не одних политиков.

УСТАВШИЕ ОТ ЖИЗНИ

Вадим Гилод работает в стационаре более 10 лет. Как изменился за это время контингент отделения? «Он несколько помолодел, - говорит он. - Нынешнему поколению молодежи непросто адаптироваться в социуме. Кроме того, эта категория населения во все времена особенно страдает от невозможности реализовать себя. Пожилые страдают от одиночества. И практически всех людей привела в стационар их личная беда, неудовлетворенность собой и жизнью».

Листаю журнал пациентов...

Мужчина, 33 года, милиционер. Во время операции по задержанию преступника получил ранение. Не может избавиться от страха, что случившееся с ним повторится вновь и где угодно.

Женщина, 26 лет. Работает в процветающей фирме с большим штатом, жестким графиком... Возник страх, что при таких интенсивных нагрузках на работе не устроит свою личную жизнь.

Женщина, 54 года. Подверглась насилию на работе. Не может забыть случившегося.

Сейчас в кризисном центре 60 человек. У половины стрессовые расстройства. Однако, честно говоря, людей, которые оказались на грани самоубийства из-за невыносимых условий жизни, бедности, среди пациентов я не нашла.

- Любая сложная жизненная ситуация активизирует силы человека, - говорит Вадим Гилод. - Это не значит, что окружающая действительность не влияет на наше душевное состояние. Каждый поворот в истории страны приносит и новые жертвы. И все-таки людей, которые пошли на самоубийство или готовы к нему под влиянием внешних обстоятельств, единицы.

Ему вторит Алексей Паршин: «Считать, что главным образом тяжелые условия жизни приводят к самоубийству - это значит упрощать саму человеческую личность. Во время войны, например, самоубийств практически не было. Неврозы и те исчезли. Даже в концлагерях с их невыносимыми условиями существования, постоянными унижениями достоинства на самоубийство шли единицы. Как писал Фромм, сам бывший узник концлагеря, люди жили надеждой».

Тем не менее по сравнению с советским периодом число самоубийств выросло в 4 раза. Даже число обращений в стационар увеличилось на 30 процентов. Если не социальные бури ломают большинство людей, то что? «Я думаю, многих из них просто можно было спасти, - говорит Вадим Гилод. - В Советском Союзе существовала развитая сеть суицидной службы, в которую входили и кабинеты по оказанию психотерапевтической помощи населению. Сейчас таких кабинетов осталось не более трех. И куда деваться человеку, переживающему психологический кризис?»

Склонность к смертельному риску ученые пытаются определить не только по типу личности, но даже по цвету кожи, волос, отношению к пище... Покойная профессор Айна Григорьевна Абрумова, примерно лет 20 назад создавшая этот кризисный стационар, говорила: здесь оказываются люди, уставшие от жизни. Наверно, это весьма расплывчатое утверждение в то же время и самое емкое определение главной причины самоубийств. «Человек идет к самоубийству, как правило, очень долго. На поверхности остается лишь последняя капля, - говорит Алексей Паршин. - Даже посмертная записка, свидетельства близких далеко не всегда и все объясняют в поведении человека. Чтобы дойти до главной причины, иногда требуется год, а то и два интенсивной психотерапии, а значит, колоссальные средства».

У государства денег, понятно, нет. Удивительно, что сам центр еще существует. В богатейшей Америке день пребывания в таком стационаре стоит 500 долларов. Из государственных структур на такие расходы идет лишь Министерство обороны, и то из расчета двух недель. А вот в нищей России кризисный стационар работает бесплатно. «Перевести такую службу на коммерческую основу - значит не оказать помощи 70 процентам больных. По существу дать им возможность умереть, - считает Вадим Гилод. - А чтобы увеличить число спасенных, надо расширять сеть психотерапевтической помощи населению, не ограничиваться суицидальным отделением, а создавать городской центр».

В этом небольшом отделении все места всегда заняты. Лечение в основном направлено на исправление поведения, формирование позитивного мировоззрения, расширение возможностей социальной адаптации... Многие лечебные курсы рассчитаны до полутора и более лет. Но находиться в отделении люди могут не более месяца. Увы, готовых покончить с собой меньше никак не становится. Немножко полегчало - и уступай место другому.

- Нередко я прихожу в отчаяние, - говорит Алексей Николаевич. - Здесь мы работаем с человеком, он начинает иначе осознавать себя и окружающую действительность, но уходит от нас слишком рано... Он еще недостаточно силен, чтобы решать свои проблемы в одиночку.

P.S. *Из тех, кто пытался покончить жизнь самоубийством, примерно 30 процентов повторяют свою смертельную попытку.*

Наталья КУЗИНА

Телефон доверия: 205-05-50.

ВСЕ, ЧТО ПИСАЛОСЬ - ПРАВДА

«Витафон» можно приобрести в аптеках и магазинах наложенным платежом по России

Никита Ивайло ГОРДИН - ваш путь к здоровью, красоте и долголетию!

«Посоветуйтесь с болезнью»
«Можно не болеть»
«Секреты здоровья»
«Как быть здоровым»

Автор на собственном опыте и на основе многолетней практики раскрывает естественные методы оздоровления и омолаживания, которые просты, доступны и легко выполнимы.

За 10 лет – 5 млн. читателей

Издательство «Спортивный спорт», 105066, Москва, ул. Каланчевская, 16 (м. «Красные ворота»). Тел./факс (495) 267-0480, 267-0490.
Купили одну книгу, а мы продаем три экземпляра.