

## KĄ APIE TRAUMINIUS ĮVYKIUS KALBA BANDĘ NUSIŽUDYTI ŽMONĖS?

Šis pranešimas yra parengtas remiantis tyrimo, kuriuo yra siekiama analizuoti neįveiktų traumų ir suicidinės rizikos sąsajas, duomenimis. Atliktas tyrimas yra projekto „Sunkių traumų ir socialinių transformacijų psichologiniai padariniai ir jų įveika“, vadovaujamo prof. Danutės Gailienės, dalis. Mokslinis tyrimas finansuojamas Europos socialinio fondo lėšomis pagal visuotinės dotacijos priemonę.

### Metodologija.

Duomenų rinkimas. Duomenys buvo renkami trimis metodais:

- pusiau struktūruotas interviu;
- **suicidinių intencijų skalė (Suicidal Intent Scale, Beck et al., 1974);**
- **tyrimo anketa (tai kiekybinė anketa, sudaryta iš įvairių klausimynų, pateikiama visiems projekto tyrimo dalyviams). Čia įrašėmė visas tyrimo priemones, bet jomis nesirėmėme analizuodami šiuos rezultatus, tai turbūt jų nebūtina paminėti**

Interviu klausimai apėmė šias bandžiusio nusižudyti asmens patyrimo sritis:

1. Kelias iki bandymo nusižudyti:
  - Patirti sunkumai, jų keliamos mintys, jausmai
  - minčių apie savižudybę atsiradimas ir raida
2. **Socialinė parama iki bandymo nusižudyti – kaip kiti žmonės padėjo iškilus sunkumams, kaip reagavo, kas iš šių reakcijų padėjo, kas trukdė**
3. **Išorinė komunikacija apie savižudiškus ketinimus – kaip kitiems asmuo leido sužinoti apie savo ketinimus žudyti**
4. **Po bandymo nusižudyti – reikšmingiausi įvykiai ar išgyvenimai, gėdos jausmo patyrimas**
5. **Savižudiškas elgesys kaip komunikacija – kokią žinutę savo bandymu žudyti tyrimo dalyvis norėjo perteikti kitiems žmonėms**
6. **Socialinių transformacijų poveikis – bandymo nusižudyti sąsajos su dabartine šalies situacija, Lietuvos nepriklausomybės atgavimo (1990 m.) ir Lietuvos nepriklausomybės praradimo (Antrojo Pasaulinio karo metais) poveikis respondento ir jo šeimos gyvenimui Čia įrašėmė visas tyrimo priemones, bet jomis nesirėmėme analizuodami šiuos rezultatus, tai turbūt jų nebūtina paminėti**

Tyrimo dalyviai. Iš viso tyrime dalyvavo 20 asmenų – 7 vyrai ir 13 moterų. Visi jie buvo pilnamečiai, patekę po bandymo žudyti į ligonines, kuriose ir sužinojo apie tyrimą:

- bendrojo profilio (Vilniuje, Varėnoje, Alytuje);
- psichiatrines ligonines Vilniuje.

Duomenų analizė. Duomenys analizuoti remiantis temine analize pagal Boyatzis (1998) – tai procesas, kurio metu užkoduojama kokybinė informacija. Užkodavimas reikalauja tikslaus „kodo“ – kompleksiško tarpusavyje susijusių temų, požymių ir sąlygų modelio, kuris naudojamas tolesnei duomenų analizei.

Šiame pranešime pristatysime 5 interviu 1 klausimų srities – Kelio iki bandymo nusižudyti – analizę. Iš šių interviu ir kuriame kodą. Kodo kūrimui pasirinkome būtent šiuos interviu, nes jie yra išsamiausi, apimantys daug bandžiusio nusižudyti asmens patirties aspektų.

### Rezultatai.

#### Stresiniai įvykiai.

Mūsų tyrimo dalyviai kalba apie įvairius trumpalaikius ar besitęsiančius įtampą (baimę, bejėgiškumą, nevirtį, kaltę ir kt.) kėlusius veiksnius, kuriuos sieja su savo bandymu nusižudyti. Išryškėjo tokie stresiniai įvykiai:

1. Netektys (ne dėl savižudybės):
  - Darbo netektis
  - Artimų santykių su reikšmingais kitais netektis ir kt.
2. Finansiniai sunkumai:
  - Sunku vykdyti finansinius įsipareigojimus (pvz.: grąžinti skolas)
  - Sunkumai tenkinti fiziologinius ir kitus poreikius
  - Galimas būsto praradimas
3. Darbe kylančios problemos:
  - Per didelis darbo krūvis

- Įtampa dėl darbo vietos ir darbo užmokesčio nestabilumo ir kt.
4. Sveikatos problemos:
    - Sunkios tiriamųjų ar jų artimųjų somatinės ligos (pvz.: vėžys)
    - Psichinės sveikatos problemos:
      - Tiriamojo priklausomybė nuo alkoholio
      - Artimųjų priklausomybės ligos, demencija
      - Nemiga ir kt.
  5. Konfliktiški dabartiniai santykiai

Tiriamieji apie šias pastaruosiu metu vykusias patirtis, kurių mokslininkai greičiausiai nelaikytų potencialiai trauminiais įvykiais, kalba daugiausiai, sieja jas su bandymu nusižudyti. Tačiau taip pat iš interviu gautų duomenų pastebėjome, kad tyrimo dalyviai praeityje taip pat yra patyrę ir įvairių galimai traumuojančių įvykių.

#### Potencialiai trauminiai įvykiai.

Šiame tyrime remiamės DSM V (2013) klasifikacijos trauminų įvykių samprata – asmuo susidūrė su vienu ar daugiau iš šių įvykių arba jų grėsme: mirtis, sunkus sužalojimas, seksualinė prievarta:

- Patyrė pats
  - Buvo liudininkas tokios grėsmės kitiems
  - Gavo žinią apie artimo žmogaus netikėtą mirtį ar sužalojimą
- Patys potencialiai trauminiai įvykiai šio tyrimo respondentų gyvenimo istorijoje buvo tokie:

#### 1. Netektys (ne dėl savižudybės):

- Artimųjų mirtys (pirmasis vyras, tėvai, mama (prieš 10 metų), tėvo nužudymas)
- Nėštumo nutraukimas (prieš 3 mėn.)

#### 2. Ankstesnė suicidinė patirtis:

- Artimųjų savižudybės (pirmas vyras (prieš 7 metus), dėdė, krikšto sūnaus tėvas)
- Artimųjų ankstesni bandymai nusižudyti (sugyventinis)

#### 3. Smurtas artimoje aplinkoje: fizinis smurtas šeimoje praeityje (prieš 14 metų)

Svarbu pridurti, jog tyrimo dalyviai ypač mažai kalba apie savo jausmus, susijusius su šiais įvykiais, paprastai apie juos kalbama lakoniškai, nesieja su bandymu nusižudyti (4 nesieja, 1 sieja). Išskyrėme du požymius, iš ko galime matyti šį įvykių nesureikšminimą:

1. nemini kaip susijusio su bandymu nusižudyti (4 interviu iš 5);
2. pamini pačioje interviu pradžioje, iš karto po pirmojo tyrėjo klausimo, bet toliau temos interviu metu neplėtoja (2 interviu iš 5).

#### **Rezultatų aptarimas.**

Taigi, atrodo, kad didžioji dalis mūsų tyrimo dalyvių nesureikšmino potencialiai traumuojančių įvykių, tokių kaip sutuoktinio savižudybė. Bet nutarėme detaliau pasigilinti, ar tikrai minėti praeityje nutikę įvykiai nėra aktualūs dabartinei žmogaus būsenai bei ar nėra galimų sąsajų tarp tų patirčių ir įvykusio bandymo nusižudyti. Toliau pateiksime požymių, rodančių, jog negalima nureikšminti praeityje vykusių galimai traumuojančių patirčių, pavyzdžius.

1. Galimi potrauminio streso sutrikimo (PTSS) simptomai. Daugusiausiai tai vengimas sąlyčio su trauma:
  - a. visiškas atsiribojimas nuo šeimos, kurioje įvyko daug trauminių mirčių;
  - b. sąvęs matymas kaip atskiro, svetimo šeimai;
2. Kalbėdami apie savo patirtį jau po bandymo nusižudyti tyrimo dalyviai mini potencialiai trauminius įvykius, tačiau nesieja jų tiesiogiai su bandymu žudyti. Tačiau galima rasti kitų šių įvykių sąsajų su dabartine emocine būsena:
  - a. ilgai išlikęs psichologinis skausmas po potencialiai trauminio įvykio;
  - b. neprisitaikymas prie naujos realybės be mirusio artimo žmogaus;
  - c. išliekanti baimė, kad tiriamasis perėmė agresoriaus, nuo kurio nukentėjo vaikystėje, savybes, bei kad gali šias savybes perduoti savo vaikui;
3. Pastebimi ankstesnės trauminės patirties ir dabartinės gyvenimo situacijos, kurioje bandyta nusižudyti, panašumai:

- a. vaidmenų atsikartojimas (pavyzdžiui, neteko motinos paauglystėje, o prieš bandymą nusižudyti būdama mama neteko globos teisių į savo vaiką);
- b. tiriamojo bandymo nusižudyti amžius sutampa su jo artimojo amžiumi, kuomet pastarasis nusižudė;
- c. pasikartojančios traumos baimė – tiriamosios pirmasis vyras yra nusižudęs, o dabartinių konfliktiškų santykių nutraukti jaučiasi negalinti. Šiuos santykius mini kaip stresinį sunkumą, susijusį su bandymu nusižudyti. Keliame prielaidą, jog ji gali išgyventi baimę, kad ir dabartinis vyras gali nusižudyti; tai trukdo nutraukti santykius;

### **Rezultatų apibendrinimas.**

Taigi, pastebėjome šiuos aspektus, kurie gali rodyti, jog praeityje vykę trauminiai įvykiai gali būti reikšmingi ir dabartinėje tiriamųjų situacijoje:

- komplikuoto gedulo po tėvų netekčių požymiai ;
- vengimas kaip PTSS simptomas plačiąja prasme:
  - vengimas interviu turinyje – įvairiomis formomis įvardinamas sąlyčio su trauma vengimas;
  - vengimas tvarkytis su sunkumais – priklausomybė nuo alkoholio kaip dažnas sunkumas prieš bandymą žudyti, savarankiškas receptinių medikamentų (raminamųjų) vartojimas
  - vengimas dalyvauti tyrime – nors potencialūs tyrimo dalyviai savo noru ligoninėje palikdavo kontaktus, tačiau tyrėjams bandant po kelių savaičių susisiekti, iškildavo daug sunkumų – asmenys nekėlė ragelio, atidėliojo susitikimo laiką, galiausiai neatvykdavo į susitikimą su tyrėju.
- trauminės situacijos motyvo pasikartojimas vėlesniame gyvenime. Dabartinė bandymo nusižudyti situacija ir ankstesnė traumos patyrimo situacija paprastai turi panašumų – situacijos dalyviai gali būti apsikeitę vaidmenimis, taip pat svarbi pasikartojančios traumos baimė.

### **Išvados.**

Pirmiausia svarbu pabrėžti, jog tiesioginių sąsajų tarp trauminių įvykių išgyventų praeityje ir dabartinio bandymo nusižudyti tyrimo dalyviai nenurodo. Tačiau iš netiesioginių požymių gausos galime daryti išvadą, kad bandymas nusižudyti gali turėti sąsajų su užsitęsusiu traumos integravimo į patyrimą procesu.