

Vilniaus universitetas
Filosofijos Fakultetas
Organizacinės ir Klinikinės psichologijos katedra

Liubov Volodko

Klinikinės psichologijos studijų programa

Magistro darbas

Paauglių save žalojančio elgesio vidiniai veiksniai

Darbo vadovė: doc. dr. R. Bieliauskaitė
Konsultantas: dr. A. Laskytė

Vilnius, 2009

Baigiamąjį darbą

.....,
patvirtintą Filosofijos fakulteto dekanı įsakymu Nr., parengiau savarankiškai, galutinai
suredagavau ir įteikiau vadovui.

.....
(Data)

.....
(Absolvento parašas)

Baigiamasis darbas atitinka (neatitinka) BA (MA)
darbams keliamus reikalavimus ir gali būti ginamas

.....
(Data)

.....
(Vadovo parašas)

Baigiamąjį darbą su vadovo tarpininkavimu katedra gavo

.....
(Data)

.....
(Katedros reikalų tvarkytojos parašas)

TURINYS

Santrauka.....	4
Summary.....	5
ĮVADAS.....	6
DĖSTYMAS.....	7
1.1. Save žalojančio elgesio samprata.....	7
1.1.1. Save žalojančio elgesio apibūdinimas ir klasifikacija.....	7
1.1.2. Suicidinis ir nesuicidinis save žalojantis elgesys.....	10
1.2. Save žalojančio elgesio paplitimas tarp paauglių: statistiniai duomenys, lyčių ir amžiaus skirtumai.....	11
1.3. Paauglių save žalojančio elgesio vidiniai veiksniai.....	12
1.3.1. Save žalojančio elgesio prigimties aiškinimas psichoanalitinės paradigmos kontekste.....	12
1.3.2. Biopsichosocialinis save žalojančio elgesio priežasčių modelis.....	15
1.3.3. Save žalojančio elgesio motyvai ir funkcijos.....	19
1.3.4. Save žalojančio elgesio metodai.....	22
1.3.5. Save žalojančių paauglių psichologiniai ypatumai.....	23
1.4. Darbo tikslas, uždaviniai ir hipotezės.....	25
TYRIMO METODIKA.....	26
2.1. Apie tyrimą.....	26
2.2. Tiriamieji.....	26
2.3. Įvertinimo priemonės.....	27
2.4. Tyrimo eiga.....	30
2.5. Duomenų apdorojimas.....	30
REZULTATAI.....	31
3.1. Tiriamųjų grupių sociodemografinės charakteristikos.....	31
3.2. Tiriamųjų grupių įvardinami motyvai ir jų tarpusavio sąsajos.....	32
3.3. Tiriamųjų grupių savęs žalojimo priežastys.....	35
3.4. Tiriamųjų grupių save žalojantis elgesys.....	36
3.4.1. Save žalojančio elgesio būdai ir jų sąsajos su motyvais.....	36
3.4.2. Save žalojančio elgesio pasikartojimas ir jo sąsajos su motyvais.....	38
3.4.3. Planavimo trukmė.....	39
3.5. Tiriamųjų grupių savižudiški ketinimai.....	41
3.6. Tiriamųjų grupių psichologinės charakteristikos.....	43
REZULTATŲ APTARIMAS.....	46
4.1. Tiriamųjų grupių sociodemografinės charakteristikos.....	46
4.2. Tiriamųjų grupių įvardinamos priežastys ir motyvai.....	46
4.3. Tiriamųjų grupių save žalojantis elgesys.....	48
4.4. Tiriamųjų grupių psichologiniai ypatumai.....	51
4.5. Apibendrinimas.....	52
IŠVADOS.....	54
LITERATŪRA.....	55
PRIEDAI.....	60

SANTRAUKA

Tyrėjai vis dažniau skiria dvi save žalojančių paauglių grupes: mėginančius nusižudyti ir nesuicidiškai save žalojančius, kurie nesiekia mirties. Tačiau iki šiol buvo atlikta mažai populiacinių tyrimų, mėginančių šias dvi grupes tiesiogiai palyginti, todėl informacija apie šių grupių psichologinių ypatumų ir save žalojančio elgesio vidinių veiksnių skirtumus yra gana prieštaringa.

Tyrime buvo naudojamas „Gyvenimo būdo ir prisitaikymo klausimynas“ (orig. Lifestyle and Coping Skills Questionnaire), kurį Lietuvoje adaptavo ir paauglių save žalojančio elgesio tyrimui pritaikė A. Laskytė ir N. Žemaitienė. Dalis jų surinktų duomenų analizuojama šiame darbe.

Tikslas: ištirti bendros populiacijos paauglių suicidinio ir nesuicidinio save žalojančio elgesio vidinius veiksnius: motyvus, savižudiškus ketinimus, žalojančio elgesio ypatumus ir su šiais faktoriais galimai susijusius asmens psichologinius ypatumus. Taip pat atskleisti būdingus šių veiksnių skirtumus merginoms ir vaikinams.

Tiriamieji: 15-17 metų amžiaus Lietuvos moksleiviai, kurie pildydami „Gyvenimo būdo ir prisitaikymo klausimyną“, atsakė, kad bent kartą gyvenime sąmoningai save žalojo. Klausimyno pildymo metu paaiškindami save žalojančio elgesio priežastis, prie teiginio „Aš norėjau numirti“ paaugliai galėjo atsakyti „Taip“ arba „Ne“. Pagal šį atsakymą jie buvo suskirstyti į dvi grupes: suicidiškai save žalojančių – norėjusiųjų numirti (n=163), ir nesuicidiškai save žalojančių – nenorėjusiųjų numirti (n=118).

Rezultatai: Daugiau merginų nei vaikinų save žalojančiu elgesiu siekė mirties. Norėjusiųjų ir nenorėjusiųjų numirti paauglių save žalojančio elgesio motyvai reikšmingai nesiskyrė. Abiejų grupių paaugliai dažniausiai žalojosi, norėdami parodyti beviltišką savijautą arba išsivaduoti iš kankinamos dvasinės būsenos. Merginos ir vaikinai nepriklausomai nuo noro numirti dažniausiai žalojosi nuodydamiesi vaistais ar kitomis medžiagomis. Tačiau norėjusieji numirti vaikinai taip pat dažnai naudojo kelis metodus vienu metu, o nenorėjusieji numirti – pjaustėsi arba kitaip išoriškai save žalojo. Ilgesnė planavimo trukmė ir sąmoningo savęs žalojimo kartojimas buvo reikšmingai susiję su įvardinamu noru numirti, tačiau merginų ir vaikinų grupėje šis ryšis buvo skirtingo stiprumo. Norėjusiems numirti buvo būdingas aukštesnis depresiškumas ir nerimas, žemesnis savęs vertinimas.

Išvados: Mes pastebėjome reikšmingus skirtumus tarp norėjusiųjų ir nenorėjusiųjų numirti save žalojančių paauglių psichologinių bei elgesio ypatumų, į kuriuos būtina atsižvelgti dirbantiems su paaugliais specialistams. Tačiau merginų ir vaikinų grupės taip pat reikšmingai skiriasi, todėl net ir žinodami, ar paauglys norėjo numirti, analizuodami save žalojančio elgesio motyvus turime atsižvelgti į lyties ypatumus.

SUMMARY

Researches often differentiate two groups of self-harming adolescents: those who attempters a suicide, and those who are harming themselves in a non-suicidal way, and they don't seek the death. However just a few community-based research, which would directly compare these groups, were done so far, and therefore information about the differences of the psychological peculiarity and self-harming behavior's internal factors between the groups is ambivalent.

Lifestyle and Coping Skills Questionnaire (Hawton, 2006), adapted and adjusted for the research of adolescents self-harming behavior by A. Laskytė and N. Žemaitienė in 2006, was used in this work. A part of their collected data is also used in this work.

The aim: to examine the intrapersonal factors of suicidal and non-suicidal self-harm in a community sample population: the motives, suicidal intentions, the peculiarities of harming self-harm and person's psychological traits that could be possibly related to those factors. It also aimed to reveal the typical differences of these factors between the genders.

The sample: 15-17 year old Lithuanian pupils who, while answering into Lifestyle and Coping Skills Questionnaire, responded that they were harming themselves at least once in a life time. In the questionnaire while explaining the reasons of self-harming behavior, into the proposition "I wanted to die" they could write "Yes" or "No"- in this way they were separated into two groups: suicidal self-harmers – who wanted to die (n=163) and non-suicidal self-harmers - who didn't want to die (n=118).

Results: more girls than boys were seeking death while harming themselves. The motives of those adolescents who wanted to die and those who didn't want to die weren't significantly different. Adolescents of both groups most often were harming themselves in order to show how desperate they were feeling or to get relief from a terrible state of mind. Regardless the wish to die, girls and boys were harming themselves with medicine or other substance most often. However the boys who wanted to die same often were using several methods at the same time, and those who didn't want to die – same often were cutting themselves or harming themselves in another external way. The longer duration of planning and the frequency of deliberate self-harm were significantly related to the wish to die, as it was named, however this relation was of different intensity in the girls' and boy's groups. Those who wanted to die, could be characterized as those who have the higher level of depressiveness and anxiety, and lower self-esteem.

Conclusions: we noticed significant differences between the psychological and behavioral peculiarities of self-harming adolescents who wanted or who didn't want to die, and specialists who are working with adolescents should necessarily consider them. However girls' and boys' groups also significantly differ, therefore even if we knew whether the teenager wanted to die, while analyzing the motives of self-harming behavior we should consider the specificities of the gender.

ĮVADAS

Paauglių save žalojantis elgesys yra skaudi Lietuvos problema. Per 2004-2007 m. nusižudė 77 10-17 m. amžiaus paaugliai (Lietuvos statistikos departamentas), kiekvienais metais mėgina žudyti iki 1.8 proc. paauglių (Žemaitienė, Zaborskis, 2005), o remiantis neseniai atlikto tyrimo rezultatais, bent kartą gyvenime sąmoningai save žalojo net 7.3 proc. Lietuvos paauglių (Laskytė, 2009).

Mėginusieji nusižudyti paaugliai jau ilgai yra nuolatinio stebėjimo grupė. Tyrėjai stengiasi atskleisti asmeninius, aplinkos, biologinius rizikos veiksnius, skatinančius šiuos paauglius padaryti dramatišką sprendimą – atsakyti gyvenimo galimybės. Tačiau dažniausiai šie tyrimai yra atliekami su paaugliais, kurie po mėginimo nusižudyti pateko į gydytojų akiratį, todėl kiti – save žaloję, bet nesikreipę gydytojų pagalbos paaugliai, - lieka nepastebėti. Laskytė (2009) atskleidė, kad tik 13.5 proc. Lietuvos paauglių po save žalojančio elgesio kreipėsi pagalbos, taigi kiti 86.5 proc. liko už matymo ribų.

Šių „nepastebėtų“ save žalojančių paauglių tyrimų atlikta itin mažai. Todėl nėra aišku, ar jų save žalojančio elgesio ypatumai, priežastys, motyvai ir rizikos veiksniai gali būti paaiškinti remiantis klinikinėje imtyje atliktų tyrimų rezultatais, ar jie skiriasi. Taip pat šių paauglių naudojamo žalojimosi metodo lengvas sunkumas verčia susimąstyti: ar jie taip pat save žaloja, norėdami nusižudyti, ar jų save žalojantis elgesys atlieka šiek tiek kitokias funkcijas.

Daugelis užsienio tyrėjų (Favazza, 1996; Walsh, 2006; Nixon, 2008; Klonsky, 2003) ragina skirti dvi save žalojančių asmenų grupes: norinčių numirti ir siekiančių *laikina* išsivaduoti iš slegiančios psichologinės būsenos. Taipogi šių grupių save žalojančio elgesio vidinius veiksnius tyrėjai taip pat linkę diferencijuoti: kitaip aiškina jų poelgių motyvus, priežastis, suicidiškumo išraišką; pastebi save žalojančio elgesio ypatumų skirtumus.

Lietuvoje taip pat buvo bandyta ištirti ketinimo numirti reikšmę save žalojančiam elgesiui. Jurgaitytė-Avižinienė (2002) atskleidė, kad ketinusių numirti ir kitų ketinimų turėjusių apsinuodijusių jaunuolių psichologinė savijauta skyrėsi – ketinusiems numirti buvo būdingas didesnis nevilties jausmas, žemesnis savęs vertinimas, daugiau išreikštas suicidiškumas. Tačiau šis tyrimas buvo atliktas su ligoninės toksikologijos skyriaus pacientais po mėginimo žudyti, todėl nesame tikri ar jo rezultatus galima pritaikyti bendrai populiacijai.

Mūsų darbo tikslas yra bendroje paauglių populiacijoje ištirti save žalojusią norėjusių ir nenorėjusių numirti paauglių save žalojančio elgesio vidinius veiksnius. Tikime, kad šio tyrimo rezultatai padės geriau suprasti save žalojančio elgesio motyvą, priežastį, pasireiškimo įvairovę, ir įvertinti norėjusių ir nenorėjusių numirti paauglių galimus psichologinių ypatumų bei suicidiškumo rodiklių skirtumus.

DĖSTYMAS

1.1. Save žalojančio elgesio samprata

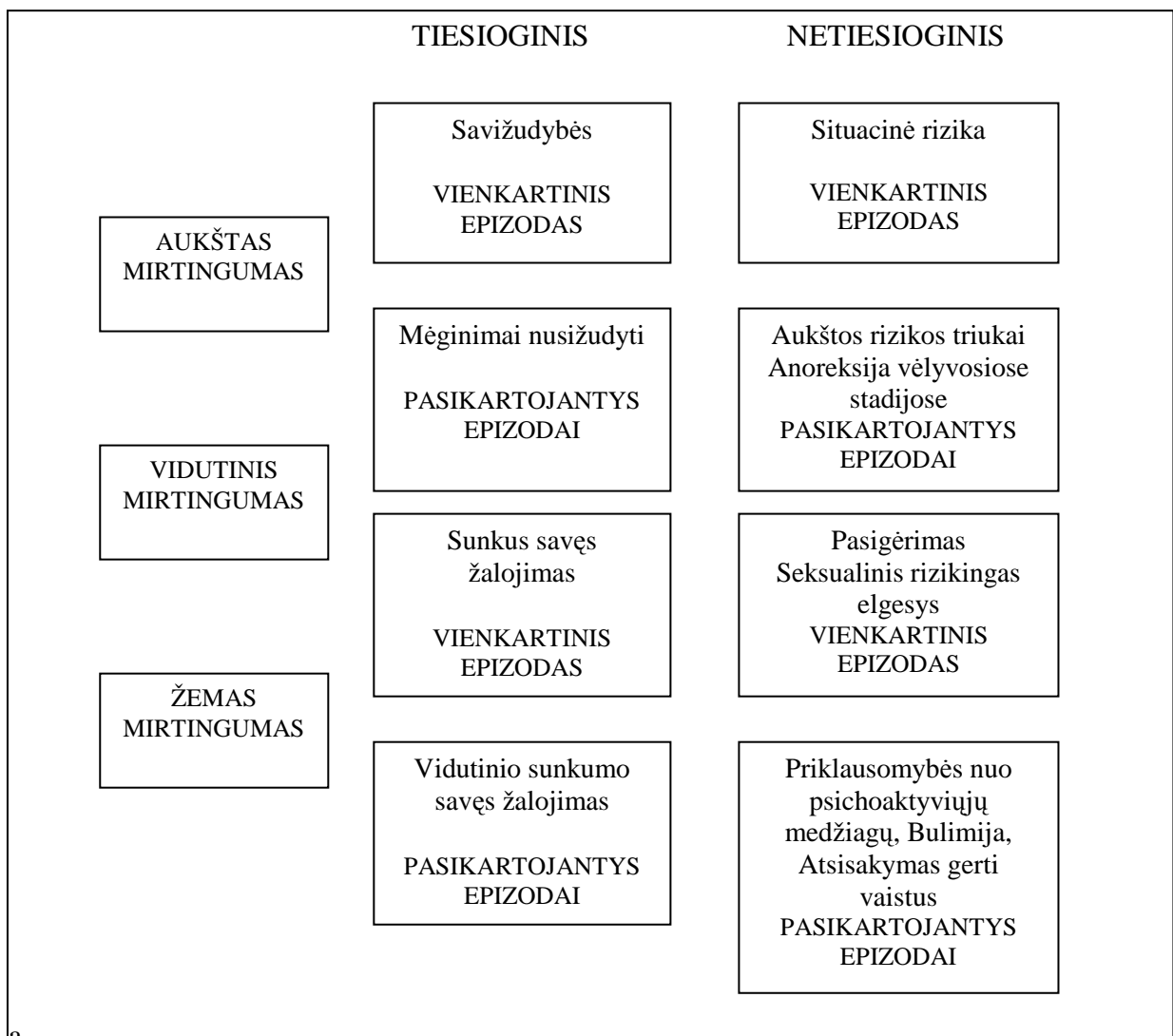
„Save žalojančio elgesio“ sąvokos naudojimas nėra aiškiai apibrėžtas. Pirmiausia, skirtinguose šaltiniuose save žalojančio elgesio konceptas ir klasifikacija skiriasi, nėra vieningos nuomonės apie tai, ką reikia vadinti save žalojančiu elgesiu. Vieni autoriai šią sąvoką naudoja bet kokiems mirtinų pasekmių nesukeliantiems sąmoningiems save žalojantiems veiksams nusakyti (Hawton ir kt., 2006; Laskytė, 2009); kiti šia sąvoka apibrėžia tik suicidinių tikslų neturintį save žalojantį elgesį (Favazza, 1996; Walsh, 2006; Nock, 2006).

Nesutarimai dėl tikslaus savęs žalojimo apibrėžimo paskatino ir įvairių sąvokų naudojimą šiam elgesiui apibrėžti: autoagresija, tyčinis susižalojimas, munchauzeno sindromas, sąmoningas savęs žalojimas, savęs naikinimas, savidestrukcija, parasuicidas, suicidinis bandymas ir kt. Anglų kalboje yra dar didesnė naudojamų sąvokų įvairovė. Pastaruoju laiku, save žalojantiems veiksams nusakyti plačiausiai naudojamos parasuicido, suicidinio bandymo ir sąmoningo savęs žalojimo sąvokos. Tačiau manoma, kad parasuicido sąvokos vartojimas yra nekorektiškas, nes daugelis save žalojančių asmenų neturi tikslo nusižudyti. Taip pat galima sutikti nuomonių, kad sąvoka „sąmoningas savęs žalojimas“ yra netinkama dėl būdvardžio „*sąmoningas*“ panaudojimo, kadangi ji užgaulioja save žalojančius asmenis.

Ne visada yra aišku ir kokie būtent veiksmai priskiriami save žalojančiam elgesiui apibrėžti: ar tai yra tik fizinis savęs žalojimas, ar jam priskiriamas badavimas, apsinuodijimas, alkoholio ir narkotikų vartojimas. Sutton (2007) atkreipia dėmesį, kad tokia sąvokų painiava apsunkina tikslią mokslinių duomenų analizę, iššvaisto daug besidominčių šia tema laiko ir pastangų, nagrinėjant savęs žalojimo galimus apibūdinimus ir jam priskiriamus veiksmus. Žurnalistai, neįsigilinę į sąvokų ir joms priskiriamų prasmų įvairovę, gali pateikti klaidingus duomenis visuomenei ir pasmerkti ją prastam šios problemos supratimui.

1.1.1. Save žalojančio elgesio apibūdinimas ir klasifikacija

Save žalojančiam elgesiui yra priskiriama didelė reiškinių įvairovė: nuo badavimo ir besaikio alkoholio vartojimo iki planuojamos ar įvykdytos savižudybės. Klasifikuojant šias savęs žalojimo apraiškas, Pattison ir Kahan (1983, cit. pagal Walsh, 2006) sukūrė tiesioginio ir netiesioginio savęs žalojimo schemą, pasitelkiant žalojimosi mirtingumo ir epizodų pasikartojimo faktoriams.



1 pav. Pattison ir Kahan (1983) pasiūlyta save žalojančio elgesio klasifikavimo schema (pagal Walsh, 2006)

Tiesioginis savęs žalojimas – tai laike apibrėžtas, sąmoningas, save žalojantis veiksmas, kurio žalingas poveikis yra asmens siekiamas tikslas (pvz., pjaustimasis). Tuo tarpu *netiesioginis savęs žalojimas* dažniausiai būna ilgalaikis ir neįsisąmonintas, be asmens suvokiamo tikslo susižaloti (pvz., piktnaudžiavimas alkoholiu) (Walsh, 2006).

Šiame darbe analizuosime tik tiesioginę save žalojančią elgesį, kurio, kaip matome, išskiriami 4 tipai: savižudybės, mėginimai nusižudyti, sunkus (angl. „major“) savęs žalojimas ir vidutinio sunkumo savęs žalojimas. Savižudybė (sin. suicidas) – tai „savanoriškas valingas žalojimas ar nuodijimas, siekiant pasitraukti iš gyvenimo, arba mirties priežastis“ (Dembinskas, 2003, P. 314), o mėginimas nusižudyti apibrėžiamas, kaip „sąmoningas, savo noru pasirinktas veiksmas, kurį nebūdamas tikras dėl mirtinos baigties atlieka individas, siekdamas susižaloti ar pasitraukti iš gyvenimo, ir kuris nesibaigia mirtimi“ (Dembinskas, 2003, P. 315). Taigi savižudybės ir mėginimai nusižudyti yra priskiriami prie suicidinio elgesio, kurio žalojimosi tikslas yra mirtis. Tuo tarpu sunkiam ir vidutinio sunkumo savęs žalojimui nėra būdinga mirties intencija (Walsh, 2006).

Favazza (1996) sunkųjį savęs žalojimą apibrėžia, kaip kraštutinai žiaurūs, bet nepasižyminčius mirties intencija poelgius (pvz., kastracija, galūnių amputavimas ir pan.), kurie bendroje populiacijoje yra retai sutinkami ir paprastai pasireiškia esant psichoziniams sutrikimams (schizofrenija, manija, depresija) arba ūminei intoksikacijai. Tačiau vidutinio sunkumo savęs žalojimas, kurį mūsų darbe vadinsime „*nesuicidiniu savęs žalojimu*“, tikima, yra plačiai paplitęs šiuolaikinėje visuomenėje reiškiny, ypatingai paauglių tarpe (Plante ir kt., 2007; Clark ir kt., 2007, Favazza, 1996). Šiame kontekste *nesuicidinis savęs žalojimas* apibūdinamas, kaip „socialiai nepriimtinos prigimties intencinis, žemo mirtingumo save žalojantis veiksmas, kuriuo siekiama palengvinti psichologinį sielvartą“ (Walsh, 2006, P.4).

Nagrinėjant įvairius šaltinius, galime sutikti nevienodų save žalojančio elgesio apibrėžimų, todėl, siekdami išvengti sąvokų painiavos šiame darbe, vadovausimės Hawton ir kitų autorių (Hawton ir kt., 2006) šio reiškinio apibrėžimu, pagal kurį „*sąmoningas savęs žalojimas – tai sąmoningai atliekami prieš save nukreipti veiksmai, nesukeliantys mirtinų pasekmių*“. Tokiam elgesiui priskiriami paties asmens inicijuoti veiksmai, kai asmuo tyčia save žaloja (pvz., savęs pjaustymas, daužymas, žaizdų draskymas); vaistų vartojimas didesnėmis dozėmis nei yra paskirta gydytojo; narkotinių medžiagų vartojimas norint sau pakenkti (dideliais kiekiais ir vienu metu); nevalgomų medžiagų ar daiktų rijimas. Taip pat skirsime tris šio elgesio tipus:

- *Nesuicidinis save žalojantis elgesys* – save žalojantys veiksmai, kuriais asmuo nesiekia savižudybės. Sinonimai, naudojami šiame darbe: *nesuicidinis savęs žalojimas*.
- *Suicidinis savęs žalojimas* – save žalojantys veiksmai, kuriais asmuo siekia nusižudyti. Sinonimai, naudojami šiame darbe: *suicidinis bandymas, mėginimas nusižudyti, savižudiškas elgesys*.
- *Save žalojantis elgesys* – bet kokiais motyvais lydintas save žalojantis elgesys, nesukeliantis mirtinų pasekmių. Šią sąvoką naudosime tuo metu, kai autorius tiksliai nenurodo analizuojamo save žalojančio elgesio motyvų, arba, kalbėdami kartu apie suicidinį ir nesuicidinį savęs žalojimą. Sinonimai, vartojami šiame darbe: *sąmoningas savęs žalojimas*.

Nesuicidinio savęs žalojimo ir mėginimų nusižudyti sąvokų atskyrimas sukelia daug diskusijų mokslininkų tarpe, nes vienintelis šių reiškinų pabrėžiamas skirtumas - mirties intencijos buvimas ar nebuvimas, yra subjektyvus reiškinys, ir tyrimuose jo objektyvus įvertinimas gana sudėtingas. Kadangi motyvai ir intencijos yra svarbus save žalojančio elgesio vidinis veiksnys, sekančiame skyriuje aptarsime autorių išskiriamus suicidinio ir nesuicidinio savęs žalojimo ypatumus.

1.1.2. Suicidinis ir nesuicidinis savę žalojantis elgesys

Walsh (2006) teigia, kad yra eilę požymių, kurie padeda skirti savižudybės bandymus ir nesuicidiniį savę žalojančią elgesį: susižalojimo tikslas; fizinės žalos stiprumas ir potenciali mirties galimybė; žalojimosi pasikartojimas; metodų įvairovė; psichologinio skausmo intensyvumas; susižalojimo akto poveikis psichologinei būsenai, iškilusių problemų pobūdis. Pagrindinis skirtumas pagal Favazza (1996): savižudybė – tai bandymas nutraukti bet kokius jausmus, o nesuicidinis savę žalojimas – bandymas pasijusti geriau tam, kad gyventum toliau. Remiantis tyrimais, suicidiniai bandymai nesuteikia palengvėjimo, pasikartoja rečiau ir jiems būdinga mažesnė komunikacijos vertė (Van der Kolk ir kt., 1991), negu nesuicidinio savę žalojimo atvejais.

Daugelis autorių teigia, kad dažnai žalojimosi tikslas yra ne fizinė savižudybė, bet nepakeliamų jausmų ir emocijų „nužudymas“, norint išsaugoti gyvybę. Psichologinio skausmo „įkūnijimas“ tarsi palengvina jo išgyvenimą ir įveikimą. Apie tai byloja daugelis savę žalojančių asmenų pasisakymų ir savo jausmų refleksijų, aprašytų Levenkron'o (2006, P. 27, 38): „Aš jaučiau ne skausmą, o tarsi stomatologo novokaino injekciją; ji numalšina skausmą, nors adata ir duria...“, „Aš pradėdau pjaustyti. Skauda. Aš pjaunu giliau... Skauda dar stipriau. Bėga kraujas. Kraujas reiškia, kad aš susižalojau pakankamai tam, kad išvyti visus kitus skausmus. Baigta. Dabar, baigus į tai žiūrėti ir uždėjus pleistrą, galiu pamiegoti“. Daug panašių pavyzdžių pateikia ir Strong (1999), kuri savo knygoje „A Bright Red Scream“ analizuoja savę žalojusius, bet numirti nenorėjusius asmenų patyrimus. Būdama žurnalistė pagal profesiją, ji apklausė daugiau nei 50 tiriamųjų, kurie žalojosi ir priėjo išvados, kad šie žmonės „žalojasi ne tam, kad sukeltų skausmą, bet kad jo išvengtų“. Štai keletas jos tiriamųjų pasisakymų: „Aš visada jaučiau, kad mirčiau, jeigu nesusipjaustyčiau“, „Būna momentų, kai viduj labai skauda – per stipriai tam, kad verkčiau, tada aš susipjaustau, kad išleisčiau kažkiek skausmo“, „Kartais, kai jaučiuosi sustingęs, aš žalojuosi tam, kad kažką pajausčiau. O kartais tam, kad nejausčiau, nes negaliu pakelti to, ką jaučiu“ (Strong, 1999, P. 3, 9).

Taigi akivaizdu, kad dažnai savę žalojimas atlieka apsaugančią funkciją ir laikinai gali išvaduoti žmogų iš nepakeliamos kančios, tačiau griežtas skirstymas tarp suicidinio bandymo ir savę žalojimo išlieka gana problematiškas. Hawton (2006) teigia, kad savižudybės rizikos ir savę žalojimo rodikliai yra labai susiję. Statistiniai duomenys rodo, kad ankstesni savę žalojimo epizodai 50-100 kartų padidina suicidinę riziką (Hawton ir kt., 2003), o 44,8 proc. nusižudusiųjų (15-24m. amžiaus) praeityje turėjo nesuicidinių žalojimosi epizodų (Fox, Hawton, 1999). Paprastai kiekybiniuose tyrimuose nėra išskiriamos ir aprašomos atskiros savę žalojimo ir suicidinio bandymo kategorijos, todėl iki šiol gana sunku atskirai kalbėti apie savę žalojimo ir suicidinių bandymų paplitimą. Taip pat negalima atmesti galimybės, kad kažkuriuo momentu savę žalojimas gali „progresuoti“ iki savižudybės bandymų (kai sumažėja savę žalojimo, kaip afekto kontrolės

priemonės, efektyvumas) arba pats savęs žalojimo aktas gali neplanuotai baigtis mirtimi (1-2 proc. savęs žalojimo atvejų baigiasi nusižudymu).

1.2. Save žalojančio elgesio paplitimas tarp paauglių: statistiniai duomenys, lyčių ir amžiaus skirtumai

Įvairiuose sąmoningo savęs žalojimo tyrimuose yra analizuojamos skirtingos žmonių grupės, pasirenkami vis kitokie tyrimo metodai, tai įtakoja ir gaunamus rezultatus: paplitimo statistinius duomenis, save žalojančiųjų amžiaus ir lyties rodiklius, pasirenkamų žalojimosi metodų ypatumus, ir su jais susijusius rizikos faktorius. Dažniausiai save žalojančio elgesio tyrimai yra atliekami su ligoninių pacientais, kuriems yra teikiama būtina medicininė pagalba po žalojimosi epizodo, arba tam tikrose bendruomenėse. Patirtis rodo, kad anoniminiai tyrimai bendruomenėse atskleidžia didesnę save žalojančio elgesio skaičių, nei ligoninėse atlikti tyrimai, nes tik 3-10% save žalojančių paauglių patenka į gydymo įstaigas (Hawton ir kt., 2006). Nepastebėtais lieka lengvai ar nesunkiai susižaloję asmenys, kurių gyvybei negresia pavojus. Taip pat svarbus faktorius yra tai, kas užpildo siūlomą klausimyną – tėvai ar paaugliai. Pasitelkiant tėvų užpildytų klausimynų duomenimis, sąmoningas savęs žalojimas yra būdingas trečdaliu mažesniai paauglių skaičiui, nei tai atskleidžia iš pačių paauglių surinkti duomenys (Meltzer, 2001; Hawton ir kt., 2006).

Nuo 1996m. Lietuvos savižudybių rodiklis išlieka tarp aukščiausių visame pasaulyje. Tai paskatino suicidologus imtis įvairių šio reiškinio tyrimų mūsų šalyje, siekiant nustatyti suaugusiųjų ir paauglių suicidinio elgesio paplitimo ypatumus bei jį skatinančias priežastis. Remiantis Lietuvos statistikos departamento duomenimis, per pastaruosius ketverius metus (2004-2007m.) nusižudė 77 10-17m. amžiaus vaikai (2004m. – 38 vaikai (13 mergaičių/ 25 berniukai), 2005m. – 13 (3/10), 2006m. – 23 (3/20), 2007m. – 30 (8/22)). Svarbu pastebėti, kad dauguma šio amžiaus nusižudusių vaikų yra berniukai. Ši tendencija išlieka ir vyresniame amžiuje – Lietuvoje vyrų nusižudo 5 kartus daugiau nei moterų.

Įvairių autorių duomenimis, save žalojantis elgesys, kuris yra vienas iš savižudybės rizikos požymių, populiacijoje 10-100 kartų viršija įvykdytų savižudybių rodiklius (Gailienė, 1998; Hawton ir kt., 2003) ir 1-3 proc. žalojimosi atvejų baigiasi mirtimi net be pradinės savižudybės intencijos. Remiantis Laskytės ir Žemaitienės (2009) 2006 metais atlikto tyrimo rezultatais, 7,3 proc. (bendras skaičius – 283) 15-17 metų paauglių (9,9 proc. mergaičių ir 3,8 proc. berniukų) yra bent kartą sąmoningai save žaloję. Šie rodikliai beveik 10 kartus viršija Lietuvos nusižudančių paauglių skaičių. Kai kuriose šalyse šie skaičiai yra itin dramatiški: Kanadoje atlikto tyrimo duomenimis, bent kartą save žalojo 1 iš 150 paauglių (Levenkron, 2006). Atkreipkime dėmesį, kad Lietuvoje 2,5 karto dažniau save žaloja merginos nei vaikinai, ir šie duomenys patvirtina daugelio kitų šiuolaikinių mokslininkų nuomonę, kad sąmoningai save žalojančių mergaičių ir berniukų

santykis yra 2-3:1 (Hawton, 2006; De Leo, 2004; Sullivan, 2004). Tačiau kai kurie autoriai (Clark, Henslin, 2007; Brickman, 2004) tvirtina, kad realybėje savęs žalojimas yra vienodai paplitęs tarp abiejų lyčių atstovų. Tyrimų rezultatus jie linkę paaiškinti naudojamų metodikų netobulumu ir moterims būdingu didesniu atvirumu, kuris įtakoja didesnę jų žalojimosi atvejų atskleidimą.

Lietuvoje atlikta Pasaulinės sveikatos organizacijos parasuicidų studija atskleidė, kad 15-24 metų amžiaus grupė yra vyraujanti tarp mėginusių nusižudyti asmenų, tuo tarpu, kai dažniausiai nusižudo 40-49 metų žmonės. Jaunų žmonių grupės pažeidžiamumą patvirtina ir kitų šalių duomenys (Hawton, 2006; Sutton, 2007; Nixon, 2008) Tai reikštų, kad jauni žmonės dažniausiai naudoja švelnesnius žalojimosi būdus, kurie nesukelia mirtinų pasekmių. Laskytė ir kt. (2009) nustatė, kad labiausiai paplitęs tarp paauglių žalojimosi būdas yra nuodijimas vaistais ir rankų pjaustimasis.

1.3. Paauglių save žalojančio elgesio vidiniai veiksniai

1.3.1. Save žalojančio elgesio prigimties aiškinimas psichoanalitinės paradigmos kontekste

XX amžiuje suicidiniai bandymai buvo pirmą kartą pradėti nagrinėti, kaip klinikinė problema. Psichodinaminės paradigmos pasirinkimas, analizuojant save žalojantį elgesį, nėra atsitiktinis, nes būtent psichoanalizės paradigmos atstovai buvo pirmieji, bandusieji ieškoti šio fenomeno paaiškinimą, ir iki šiol įveikusieji ilgiausią kelią, siekdami suprasti save žalojančio elgesio priežastis ir motyvus.

Z. Freud, psichoanalizės pradininkas, buvo pirmasis mokslininkas, pasistengęs paaiškinti suicidinius polinkius psichologinės teorijos kontekste. Jo požiūris į suicidinių tendencijų prigimtį keitėsi ne kartą, tačiau galima išskirti dvi jo pagrindines idėjas, paaiškinančias į save nukreiptą destruktivumą. Litman (1967), analizuodamas Freud'o veikalus, rašo, kad jis pripažindavo neabejotiną sąmonės įtaką suicidiniams polinkiams. Aprašydamas kelis atvejus, jis pateikė įvairias savidestrukcijos motyvacijų galimybes: nusibaudimas, kerštas, bandymas pritraukti dėmesį, noras susijungti su sergančiuoju svarbiu asmeniu, ar pagalbos šauksmas. Tačiau ilgą laiką psichoanalitinės teorijos rėmuose jis negalėjo paaiškinti, kaip savidestrukcija gali koegzistuoti su gyvenimo instinktais. Pirmosios jo išvalgos buvo susijusios su Ego skilimu. Freud (2002) tikėjo, kad negalintis pakęsti mylimojo objekto praradimo, internalizacijos proceso pagalba Ego sukuria objekto „šešėlį“, tačiau negalintis visiškai jo integruoti į asmenybės struktūrą Ego suskyla. Pateikdamas gedulo ir melancholijos pavyzdį, Z. Freud paaiškina, kad per suicidinį bandymą pasireiškia į prarastą, bet internalizuotą objektą, nukreipta agresija. Vėliau jis įvedė naują „mirties instinkto“ sąvoką - visam gyvam pasauliui yra būdingas griovimo siekimas. Mirties instinkto

tikslas yra ryšių suardymas, gyvo organizmo grįžimas į neorganinės materijos būseną. Jis yra gyvenimo potraukio priešingybė, kurio tikslas – kurti, saugoti, palaikyti egzistavimą. Paprastai, kad palaikytų gyvenimą, Ego kontroliuoja mirties instinktus. Tačiau kartais, mirties instinktui išsilaisvinus, Superego, būdamas kritikos, gėdos ir kaltės jausmų šaltinis, gali išvystyti per didelį griežtumą ir žiaurumą, nukreiptą į Ego, kurie gali virsti įniršiu ir sadizmu, arba net visiškai pražudyti Ego (Freud, 2002). Nuo anų laikų šis požiūris buvo paplitęs, tačiau laikui bėgant prarado savo pritaikymą klinikinėje praktikoje.

Menninger (1933) praplėtė Freudo'o mintį, pateikdamas suicidinės triados hipotezę: noras nužudyti, noras būti nužudytam ir noras numirti. Šios motyvacijos yra atitinkamai kildinamos iš Superego, Ego ir Id, ir yra susijusios su priešiško, kaltės ir neviltingos afektinėmis būsenomis. Taip pat K. Menninger pirmasis iškėlė prielaidą, kad savęs žalojimo fenomenas skiriasi nuo suicidinių bandymų ir atspindi asmens bandymą išvengti žūties, nukreipiant destruktivius impulsus į specifines kūno vietas užuot pražudant visą organizmą. Tačiau šie vertingi pastebėjimai ilgainiui buvo užmiršti.

Kernberg (1992) iškėlė prielaidą, kad save žalojantis elgesys yra susijęs su „blogo Aš – blogos mamos“ vaizdo susiformavimu ankstyvoje vaikystėje. Ankstyvą afekcinį vystymąsi lemia objektiniai afektiniai santykiai, kurie išlieka afektinės atminties pavidalu. Pavyzdžiui, malonios oralinės stimuliacijos maitinimo metu ir malonios analinės stimuliacijos mokymosi naudotis tualetu metu, gali susijungti į malonius prisiminimus apie sąveikas su motina, ir susieti oralinį ir analinį vystymąsi. Ir, atvirkščiai, frustracijos išgyvenimas oraliniame periode ir kova už valdžią analiniame periode gali sujungti agresyvias afektines būsenas, nulemiant agresyvaus potraukio integraciją. Vidinės „blogos motinos“ susiformavimo atveju, kūdikio reparacijos etape gali susiformuoti simbolinis nediferencijuotas „blogo Aš – blogos motinos“ vaizdas. Vyresniame amžiuje tai gali tapti save žalojančio elgesio priežastimi, kai asmuo, susitapatinęs su blogąja motina, nukreipia į save jai skirtą agresiją.

Sabbath (1969) ir Rochlin (1965) (pagal Briggs ir kt., 2008) suicidinius bandymus paauglystėje taip pat bandė paaiškinti į save nukreiptos agresijos pasireiškimu. Dažnai, susidurdami su paauglio maištingumu ir nepaklusnumu, šeimos nariai išgyvena jam ambivalentiškus jausmus. Vaikas, patirdamas tėvų „nemeilę“, jaučiasi atstumtas ir nebereikalingas, ir jų norą jo atsikratyti interpretuoja kaip norą, kad jis numirtų. Tai paskatina nepakenčiamai agresyvių jausmų tėvams atsiradimą, tačiau bandydamas juos, kaip mylimąjį objektą, apsaugoti, paauglys suicidiniais veiksmais į save nukreipia skirtą jiems agresiją. Novick (1996, cit. pagal Goldblatt, 2008), remdamasis savo klientų patirtimi teigia, kad tėvų vaiko mirties troškimas dažnai būna ne įsivaizduojamas, kaip įprasta manyti, bet turintis realų pagrindą, todėl svarbu jautriai reaguoti į suicidiškų paauglių panašias „fantazijas“.

Anderson (2008), nagrinėdamas šio amžiaus tarpsnio vaiko psichologinę būseną apsunkinančius veiksmus ir jų sąsajas su suicidiniu elgesiu, atkreipia dėmesį, kad paaugliams tenka patirti svarbius fizinius ir psichologinius pasikeitimus, pasiruošiant suaugusiojo vaidmeniui. Jiems tenka psichologiškai atsiskirti nuo tėvų ir patiems prisiimti atsakomybę už savo jausmus ir veiksmus. Ateinantis supratimas, kad jie netenka nuolatinės tėvų globos ir apsaugos, yra išgyvenamas, kaip svarbaus objekto praradimas. Atsiskyrimo nuo tėvų procesas nėra lengvas ir, paprastai, priklausomybę nuo tėvų vaikai pradžia iškeičia į priklausomybę nuo draugų arba kitų objektų (pop jžymybes, sporto, politikos žvaigždes), tačiau, jeigu dėl vienokių ar kitokių priežasčių atsiranda kažkokių kliūčių ir šio proceso eiga sutrinka, tėvų „praradimas“ paskatina gedulo išgyvenimą, kurį aprašė Freud (2002) (žr. aukščiau). Taip Anderson prieina išvados, kad suicidinis elgesys gali būti tėvams skirtos, bet į save nukreiptos agresijos išraiška.

Tačiau tos pačios psichoanalitinės teorijos rėmuose kai kurie autoriai išskiria suicidinį ir nesuicidinį save žalojančią elgesį. Kaip jau buvo minėta, Menninger (1933) buvo pirmasis, kuris paminėjo nesuicidinio save žalojančio elgesio ypatumus. Firestone ir Seiden (1990, cit. pagal Suyemoto, 1998) po penkiasdešimties metų pritarė jo idėjai, kad savęs žalojimas yra „mikrosuicidas“, kuris sukelia „mirties nugalėjimo iliuziją“. Jų nuomone, savęs žalojimas yra kompromisas tarp mirties ir gyvenimo instinktų, nes šis elgesys padeda realizuoti destruktivius impulsus, tačiau išsaugoti gyvenimą.

Kiti psichoanalizės atstovai nesuicidinius save žalojančius veiksmus paauglystėje sieja su seksualinio brendimo sunkumais (Friedman ir kt., 1972; Woods, 1988, cit. pagal Suyemoto, 1998) arba anksčiau patirta seksualine prievarta (Doctors, 1981; Cross, 1993). Tokiais atvejais seksualiniai impulsai pradeda dominuoti asmens gyvenime ir nesuicidinis save žalojantis elgesys pasirodo esąs tinkamas būdas juos kontroliuoti. Savęs žalojimas patenkina seksualinius impulsus, bet kartu atspindi sąmoninį norą save nubausti ir kastruoti, nes genitalijos suvokiamos, kaip šių impulsų varomoji jėga:

„Kūno puolimas, siekiant save sužaloti, atspindi sąmoninę intenciją sunaikinti genitalijas, kurios suvokiamos, kaip potraukio šaltinis; perkėlimo proceso dėka bet kuri kūno vieta gali simbolizuoti genitalijas; suicidinio bandymo metu visas kūnas yra atakuojamas, kaip potraukio šaltinis. Savižudybės atveju asmuo patiria ramybę prieš veiksmą, bet savęs žalojimo atveju ramybės būseną seka po žalojančių veiksmų. Mes tikime, kad šią ramybės būseną galima traktuoti kaip palengvėjimą, jog nepaisant padarytos žalos, genitalijos nenukentėjo“ (Friedman ir kt, 1972, cit. pagal Suyemoto, 1998, p. 541).

Taigi šių autorių nuomone, psichoseksualinio vystymosi sutrikimai kažkuriuose raidos stadijose, gali iškraipyti savęs ir savo kūno suvokimą ir paskatinti save žalojančio elgesio atsiradimą.

Ego psichologijos atstovai, nors ir būdami psichoanalizės pasekėjais, mažiau dėmesio kreipia į ankstyvuosius santykius ir konfliktus. Jų nuomone, nesuicidinio save žalojančio elgesio priežastys

glūdi Ego silpnume, kuris tampa nesugebėjimo toleruoti savo emocijas, tausoti savivertę ir išlaikyti tarpasmeninius ryšius priežastimi. Asmuo nebesugeba panaudoti efektyvių problemų įveikos strategijų, o užplūdusios negatyvios emocijos išeitį randa tik per save žalojančius veiksmus, kurių metu jos yra įkūniamos ir sunaikinamos (Plante, Hayward, 2007).

Taigi matome, kad tos pačios teorijos rėmuose galime rasti įvairių save žalojančio elgesio supratimų ir paaiškinimų. Per 100 metų suicidinio elgesio suvokimas prasiplėtė, buvo išanalizuoti daugelis galimai jį nulemiančių priežasčių, tačiau pagrindinė prielaida išlieka panaši: suicidinis elgesys atspindi dėl pataloginių psichologinių procesų į save nukreiptą agresiją, kurios tikslas yra nutraukti nepakeliamą egzistenciją. Tačiau nesuicidinio save žalojančio elgesio galimos atsiradimo priežastys pradėtos analizuoti puse amžiaus vėliau ir pasirodo esančios kitokios prigimties, nei suicidinių bandymų atveju. Vieni autoriai teigia, kad tai yra destruktivių impulsų kontrolės būdas, kiti – kad tai yra psychoseksualinio vystymosi sutrikimo požymis, treči – afekto reguliavimas, tačiau visus juos vienija ta pati idėja – nesuicidinis savęs žalojimas yra įveikos strategija, kurios tikslas yra palaikyti egzistenciją.

Psichoanalizė padėjo pagrindus save žalojančio elgesio supratimui, tačiau šiuolaikinis požiūris į šį fenomeną yra daug platesnis ir apima biologinių funkcijų, psichologinių ir socialinių procesų analizę. Tai padeda visapusiškai nagrinėti save žalojančio elgesio priežastis, motyvus ir funkcijas.

1.3.2. Biopsichosocialinis save žalojančio elgesio priežasčių modelis

Šį modelį išsamiai pristatė Walsh savo knygoje „Treating Self-Injury. Practical Guide“ (2006). Modelis buvo sukurtas nesuicidinio save žalojančio elgesio paaiškinimui, tačiau, jo struktūra remsimės analizuodami ir suicidinius bandymus. Tai mums padės atskleisti galimus nesuicidinio savęs žalojimo ir mėginimų nusižudyti vidinių priežasčių panašumus ir skirtumus.

Biopsichosocialiniame modelyje save žalojantis elgesys analizuojamas pagal tris faktorių grupes: *biologinius*, *socialinius* ir *psichologinius*, o pastarieji skirstomi dar į *kognityvinius*, *emocinius* ir *elgesio* faktorius. Kiekvienam asmeniui vieno ar kitų faktorių reikšmė ir įtaka gali būti skirtinga, pvz., vienam didžiausią įtaką padaro aplinkos ir biologiniai faktoriai, kitam – elgesio ir emociniai, tačiau tam, kad atskleisti, kurie faktoriai labiausiai nulemia savęs žalojimo atsiradimą konkrečiu atveju, svarbu atlikti jų visų išsamią analizę.

- *Biologiniai faktoriai*, galintys įtakoti save žalojančio elgesio atsiradimą, seniai domina įvairius mokslininkus, siekiančius rasti objektyvias ir aiškias šio elgesio priežastis. Susidomėjimą paskatina ir savęs žalojimo pasireiškimas įvairių psichinių sutrikimų, susijusių su biocheminiais pakitimais, kontekste: ribinis asmenybės sutrikimas, depresija, bipolinis sutrikimas, schizofrenija

(Harrington ir kt., 1998; Nock ir kt., 2006; Herpetz ir kt., 1997; Haw ir kt., 2005). Yra nuomonių, kad savęs žalojimas gali būti susijęs su smegenų bei nervų sistemos disfunkcijų nulemta sutrikusia emocijų reguliacija (Gardner, Cowdry, 1985, cit. pgl. Walsh, 2006); serotonogeninės sistemos sutrikimais (tikima, kad sumažėję serotonino kiekiai įtakoja asmens impulsyvumą ir agresyvumą) (Courtet ir kt., 2001); cholesterolio trūkumu (Kim, 2002). Nesuicidinių savęs žalojimą sieja su endogeninės opioidų sistemos padidėjusiu aktyvumu – asmeniui susižalojant, smegenys paleidžia „opiatinius“ chemikalus (pvz., endorfinus), kurie nulemia nuskausminimą, malonius jausmus ir/ar sielvarto sumažėjimą. Šito proceso pasekmėje gali išsivystyti priklausomybė nuo euforinio endogeninių opioidų poveikio, kuri paaiškintų pasikartojančius nesuicidinius save žalojančius veiksmus. Tačiau egzistuoja ir priešinga šiai hipotezė, kad dėl endogeninių opioidų pertekliaus asmuo išgyvena sustingimo ir disociacijos būseną, kuriai įveikti jis pasitelkia stimuliuojantį save žalojančių veiksmų poveikį (Yadhu ir kt., 1993).

Taigi mokslininkai atliko nemažai tyrimų, siekdami atrasti biologinių save žalojančio elgesio paaiškinimų, tačiau dauguma tokio pobūdžio tyrimų yra atliekami su klinicine imtimi, todėl lieka abejonių, ar nustatyti požymiai yra susiję su savęs žalojimu, ar su turimo sutrikimo biologija.

- *Aplinkos faktorius* galima išskirti į 3 kategorijas: šeimos istorijos elementai, asmeninės istorijos elementai, ir dabartinės aplinkos elementai (Walsh, 2006).

Daugelis *šeimos istorijos elementų* buvo įrodyti turintys įtakos save žalojančiam elgesiui atsirasti: psichinė šeimos narių sveikata, priklausomybės, smurtas, savižudybės ir savęs žalojimas šeimos aplinkoje (Favazza, 1996; Hawton, 2006; Laskytė, 2009).

Vaikai kiekvieną dieną stebi šeimoje vykstančius procesus ir per modeliavimą, pastiprinimus, bausmes ir apdovanojimus gauna įvairių elgesio pamokų. Pvz., matydamas nuolat impulsyviai besielgiančius tėvus, vaikas ateityje gali perimti tokį elgesio būdą, kaip vieninteliai teisingą. Arba, atvirkščiai, jeigu tėvai linkę nerodyti savo jausmų, slėpti išgyvenimus, vaikas gali išmokti, kad yra nepadoru rodyti jausmus ir suaugusiame gyvenime stengsis jausmus nuslėpti ar nuslopinti.

Ypatingai stiprų poveikį padaro tėvų ar kitų giminaičių save žalojantis elgesys. Stebėdamas, kaip artimieji žmonės imasi save žalojančių veiksmų arba net bando nusižudyti stresinėse situacijose, vaikas išmoksta, kad savęs žalojimas gali būti priimtinas sunkumų įveikos būdas.

Tokie *asmeninės istorijos* įvykiai, kaip tėvų ar globėjų mirtis, išsiskyrimas, skyrybos, traumos, arba, nepriežiūra, emocinė, fizinė ar seksualinė prievarta, empiriškai buvo įrodyti susiję su save žalojančio elgesio atsiradimu (Van der Kolk ir kt., 1991; Favazza, 1996; Cuneyt, Bilge, 2005; Laskytė, 2008).

Laskytė ir kt. (2008) nustatė, kad Lietuvos paauglių save žalojantis elgesys statistikai reikšmingai susijęs su didele stresą keliančių patirčių įvairove: patyčiomis mokykloje; barniais ar muštinėmis su tėvais; šeimos narių arba draugų ligomis, nelaimingais atsitikimais, savižudybės

bandymais ar mirtimi; patirta fizine ar seksualine prievarta; sunkumais dėl mokslo; sunkumais susipažįstant ar bendraujant su draugais, savo mergina/vaikinu; nesutarimais ar muštynėmis su draugais. Tačiau buvo pastebėta, kad skirtingi stresą keliantys veiksniai nevienodai veikia skirtingos lyties atstovus. Merginoms sąmoningo savęs žalojimo tikimybę didina šeimos narių ar draugų bandymai nusižudyti, problemos su policija, bėgimai su tėvais, sunkumai santykiuose su savo vaikinu, patyčios mokykloje, nesutarimai su draugais. Vaikinams save žalojančio elgesio tikimybę didina nerimas dėl savo lytinės orientacijos, patirta seksualinė prievarta, šeimos narių bandymai nusižudyti, sunkumai dėl mokslo.

Herman (1992) teigia, kad psichologinės traumos išgyvenimas žymiai padidina save žalojančio elgesio riziką, ir pasiūlė „kompleksinės traumos“ sąvoką, kuri, jo nuomone, geriau tinka save žalojantiems asmenims ir visada yra lydima suicidinių minčių. Jis kelia prielaidą, kad savęs žalojimas, kaip ilgalaikės traumos pasekmė, gali atspindėti asmens bandymus kontroliuoti afektinę būseną arba pašalinti nepageidaujamus depresijos, disociacijos ar nerimo simptomus.

Taip pat galime rasti daug tyrimų, patvirtinančių patirtos prievartos ir save žalojančio elgesio atsiradimo sąsajas (Collins, 1996; Levenkron, 1999; Boudewyn ir kt., 1995; Van Der Kolk, 1991; Sutton, 1999; Laskytė, 2008). Ypatingai šis elgesys siejamas su anksčiau patirta seksualine prievarta: save žalojantis elgesys tiesiogiai priklauso nuo smurto sunkumo, dažnumo ir patyrimo trukmės (Boudewyn, 1995). Tačiau kai kurie autoriai pabrėžia, kad smurto patyrimas nėra būtina sąlyga save žalojančiam elgesiui atsirasti ir galima sutikti daugelį pavyzdžių, kai jokios privartos nepatyrę paaugliai ar suaugusieji sąmoningai save žaloja (Walsh, 2006; Klonsky, 2008).

Asmenys, patyrę stresinius įvykius šeimoje arba asmeniniame gyvenime, yra ypatingai jautrūs panašaus pobūdžio stresinėms situacijoms *dabartinėje aplinkoje*. Pavyzdžiui, išgyvenęs netektį vaikystės metu, asmuo gali jautriai reaguoti į praradimus santykiuose paauglystėje. Kuo intensyvesnis buvo ankstesnis negatyvus aplinkos poveikis, tuo stipriau jis įtakoja dabartinius santykius ir išgyvenimus, ir tuo labiau gali paskatinti save žalojančio elgesio pasireiškimą (Walsh, 2006).

- *Kognityviniai faktoriai.*

Atliekant save žalojančių asmenų išsamią kognityvinę analizę, išryškėja, kad šiems asmenims yra būdingi negatyvūs, pesimistiniai įsitikinimai, mintys, nuostatos, bendrai prielaidos apie pasaulį, ir taip pat dažnai kyla šio pobūdžio automatinės mintys (Walsh, 2006).

Remiantis kognityvine teorija, ne įvykiai ar patyrimai patys savaime nulemia asmenybės vystymąsi ir formavimą, bet šių įvykių kognityvinis vertinimas. Save žalojantys asmenys yra sukūrę negatyvų savęs ir pasaulio vaizdą, ir visi įvykiai yra traktuojami pesimistiškai, juos pritaikant prie ankstyvoje vaikystėje suformuotų negatyvių kognityvinių schemų – vidinių modelių, kurie reguliuoja ateinančios informacijos suvokimą, kodavimą bei atgaminimą. Kadangi šios schemos

formuojasi nuo ankstyvo amžiaus, keisti jas yra labai sunku. Dėl negatyvių kognityvinių schemų atsirandančios kognityvinės iškraipos, – mąstymo klaidos, paskatina automatines mintis, kurioms tokiu atveju būna būdingas savęs nuvertinimas, neigiamas požiūris į dabartį ir ateitį. Dažniausiai tai yra save kaltinančios mintys ir vertinimai. Pavyzdžiui, patyrus seksualinę prievartą toks asmuo galėtų pagalvoti: „aš turėjau kažką padaryti, kad sustabdyčiau smurtą“, ar „aš tikriausiai pats to norėjau, dėl to ir leidau tam tęstis taip ilgai“. Automatinės mintys nėra aiškiai suvokiamos paties asmens, todėl gali įtakoti jo kasdienę veiklą. Nuolatos save žalojantis asmuo gali būti įsitikinęs, kad jis nėra pakankamai geras ir būtinai turi pasirodyti idealiai, kad būtų vertingas. Toks perfekcionizmo siekimas neabejotinai yra lydimas frustracijos ir bevertiškumo jausmų. Šiuo atveju savęs žalojimas pasirodo kaip bausmė už savo nesėkmes (Walsh, 2006).

Negatyvioms kognityvinėms schemoms dominuojant asmens pasaulio suvokime, pagrindiniai pagalbos būdai turi būti (Beck, 1995): automatinių minčių keitimas; kognityvinių iškraipų koregavimas; savęs vertinimo didinimas; kraštutinių nuostatų, požiūrių sumažinimas ir galimų pasekmių numatymas (pvz., jeigu neatliks idealiai darbo, kas bus?) – pagrindiniai kognityvinės psichoterapijos uždaviniai, kuri pripažinta viena iš efektyviausių save žalojančio elgesio intervencijos priemonė.

- Emociniai faktoriai yra artimai susiję su aukščiau minėtomis kognityvinėmis iškraipomis, nes emocijos yra neatsiejama iracionalių, save kaltinančių minčių pasekmė. Daugelis autorių teigia, kad nesuicidinis savęs žalojimas padeda įveikti, suvaldyti, sureguliuoti ir net išreikšti nepakeliamai sunkias emocijas, atsikratyti psichologinės įtampos (Plante, Hayward, 2007; Walsh, 2006; Favazza, 1996; Levenkron, 2006; Nixon, 2002; Haines, 1995). Tai ypatingai siejasi su fiziniu nesuicidiniu savęs žalojimu, kai, pvz., pjaustydamasis, asmuo gali „iškūnyti“ savo emocijas ir jausmus, tarsi perkeldamas juos iš vidaus į išorę. Pasikartojančio nesuicidinio savęs žalojimo atveju, šie destruktivūs veiksmai tampa automatinio atsaku į negatyvias emocijas.

Akivaizdi būtent neigiamų emocijų sąsaja su save žalojančiu elgesiu. Nagrinėdami suicidinį elgesį, galime kelti prielaidą, kad savižudiškų veiksmų asmuo imasi tuo atveju, kai joks kitoks būdas nebepadeda numalšinti psichologinio skausmo (net ir nesuicidinis savęs žalojimas). Tai padeda paaiškinti nesuicidinio ir suicidinio save žalojančio elgesio ryšius, nes pirmas gali būti antrojo rizikos veiksnys.

Plačiau emocinius save žalojančio elgesio faktorius aptarsime, kalbėdami apie save žalojančio elgesio motyvus.

- Elgesio ypatumai prieš ir po savęs žalojimo gali skirtis individualiais atvejais ir parodo asmeninius skirtumus ir rizikos veiksnius. Paprastai save žalojančių elgesį paskatina konfliktai su draugais ar šeimos nariais, nesėkmės, seksualinis elgesys, psichotropinių medžiagų vartojimas

(Walsh, 2006; Laskytė, 2005). Tačiau būtina pastebėti ir elgesį, sekantį po savęs žalojimo: vieni nusiramina ir eina miegoti; kiti grįžta prie įprastos veiklos; treči išlieka susijaudinę ir ieško kitų būdų savo būsenai palengvinti. Svarbu atsižvelgti į šiuos veiksnius, ieškant optimalaus pagalbos būdo konkrečiam asmeniui, nes elgesys po save žalojančių veiksmų paaiškina kokių rezultatų siekiama ir kodėl žalojimasis yra kartojamas.

Visi minėti faktoriai yra glaudžiai susiję ir gali būti vieni kitų skatinami, tačiau kiekvienos faktorių grupės įtaka konkrečiam asmeniui gali skirtis. Siekiant suprasti elgesio priežastis ir sudaryti efektyvų pagalbos planą kiekvienam atvejui, svarbu ne tik vadovautis esančiomis teorijomis, bet, pirmiausia, atsižvelgti į individualius skirtumus ir rizikos veiksnius.

Save žalojančio elgesio priežastys glūdi sąmonėje arba yra nulemti biologinių organizmo veiksnių, ir dažniausiai ilgam lieka neaiškūs pačiam asmeniui, tačiau daugelis gali pasakyti, kokio poveikio siekia žalodamasis, tai yra įvardinti elgesio funkcijas ir motyvus. Motyvų subjektyvus supratimas taip pat dažnai būna gana paviršutiniškas, bet psichoterapiniame darbe tai gali būti atskaitos taškas gilesniems vidiniams motyvacijos procesams suprasti.

1.3.3. Save žalojančio elgesio motyvai ir funkcijos

Šiame darbe elgesio motyvus nagrinėjame, kaip „suvokiamas ar sąmonines elgesio priežastis, kurie nukreipia asmenines jėgas link siekiamo tikslo“ (Corsini, 2002).

Ilgą laiką, tyrinėdami save žalojančio elgesio priežastis ir motyvus, pagrindinį dėmesį mokslininkai skyrė pacientų įvardijamam norui numirti, nuvertindami kitus galimus motyvus. Toks selektyvus dėmesys yra suprantamas, kalbant apie savižudybės rizikos įvertinimo būtinumą, tačiau vėlesni tyrimai parodė, kad siekimas numirti nėra dominuojantis tarp kitų įvardijamų motyvų ir, netgi atvirkščiai, įvardinamas tik tiriamųjų mažumos (Loughrey, Kerr, 1989).

Tyrimais nustatyta, kad save žalojančiam elgesiui asmenį gali paskatinti didelė motyvų įvairovė: bandymas atkreipti kitų dėmesį į savo skausmingus išgyvenimus; patikrinti ar jis kam nors tirai rūpi; savo kūno fizinių ribų pajautimas; vienišumo, tuštumos ir depresinių jausmų išraiška; įtampos sumažinimas, nusiramimas; pasitraukimas iš disociacinės būsenos; agresijos išraiška ir kontrolė; savęs baudimas; dėmesio perkėlimas; siekimas nutraukti bet kokius jausmus, numirti (Strong, 1999; Favazza, 1996; Clark, Henslin, 2007; Hawton, 1996; Suyemoto, 1998). Pastaruoju metu, vis daugiau mokslininkų pritaria nuomonei, kad save žalojančio elgesio pagrindinė funkcija ir motyvas yra nepakeliamo afekto sumažinimas arba pasitraukimas iš disociacijos ir depresionalizacijos būsenų (Nixon, 2002; Gratz, 2003).

Nock ir Prinstein (2004), remiantis paauglių stebėjimu ir tyrimu, išskiria *keturias pagrindines* nesuicidinio savęs žalojimo *funkcijas* pagal du aspektus: *intrapersonalini*/socialini ir

pozityvus/negatyvus pastiprinimas. Jie teigia, kad savęs žalojimo motyvas gali būti intrapersonalinis, kai asmuo siekia numalšinti psichologinį skausmą ar įtampą, pagerinti savijautą; arba socialinis, - kai šiuo elgesiu siekiama paveikti aplinką (pvz., parodyti kitiems, kaip blogai jaučiasi; gauti kitų paramą). Šis matmuo persipina su pozityviu/ negatyviu pastiprinimu. Pozityvus pastiprinimas, - kai elgesio pasekmėje asmuo sulaukia malonių dirgiklių (pvz., pajunta skausmą, kuris leidžia pamiršti apie negatyvius emocinius išgyvenimus; sulaukia kitų reakcijos), arba negatyvus pastiprinimas, - kai dėka save žalojančio elgesio asmuo pašalina nemalonus dirgiklius (pvz., sumažina įtampą; išvengia bausmės). Taigi galima išskirti intrapersonalinį pozityvų/ negatyvų pastiprinimą ir socialinį pozityvų/ negatyvų pastiprinimą, kurie ir nulemia asmens save žalojančio elgesio motyvaciją.

Atlikę 108-nių (12-17m.) paauglių, dėl savęs žalojimo nukreiptų į psichiatrinę kliniką, tyrimą, Nock ir Prinstein (2004) nustatė, kad paauglių save žalojantis elgesys atlieka daugybę funkcijų, tarp kurių dominuoja funkcijos, susijusios su intrapersonaliniu pozityviu ar negatyviu pastiprinimu. Dažniausiai paaugliai nurodydavo, kad save žalojančiais veiksmais jie siekė „sustabdyti blogius jausmus“, „atsikratyti tuštumos ar sustingimo jausmo“, „nubausti save“, „pajausti atsipalaidavimą“. Tačiau panašų tyrimą pakartojus Lloyd Richardson ir jos kolegoms (2007), gauti duomenys parodė, kad intrapersonalinis ir socialinis pastiprinimas beveik vienodai nulemia save žalojančio elgesio motyvaciją. Daugiausia minimi paauglių motyvai buvo: „bandžiau sukelti kitų reakciją“, „atgauti situacijos kontrolę“, „sustabdyti blogus jausmus“. Taip pat buvo nustatyta, kad merginos, daugiau, nei vaikinai siekė „nubausti save“, o vaikinai daugiau, nei merginos, buvo linkę save žalojančiais veiksmais „sukelti kitų pyktį“.

Autorių minėta socialinio pastiprinimo prielaida sukelia asociaciją su save žalojančio elgesio manipulytyviu aspektu, kuris išlieka diskusijų objektu. Anksčiau galima buvo dažnai išgirsti nuomonę, kad savęs žalojimas yra manipulytyvus veiksmas, kuriuo siekiama atkreipti kitų dėmesį, sulaukti pageidaujamos reakcijos (Loughrey, Kerr, 1989; Feldman, 1988, cit. pagal Gratz, 2003), tačiau šiuo metu dauguma autorių pritaria, kad tai yra klaidingas šio elgesio supratimas, kuris paskatina visuomenės klaidingą informavimą ir pagalbos neefektyvumą. Gratz (2003), analizuodamas esamus tyrimus ir literatūros šaltinius šia tema, prieina išvados, kad save žalojančio elgesio motyvas negali būti išskirtinai manipulytyvios prigimties, nes tai nepaaiškintų, kodėl dauguma save žalojančiųjų atlieka šiuos veiksmus būdami vieni ir vėliau tai slepia. Remiantis anksčiau minėtais tyrimais (Nock, Prinstein, 2004), kai kurie tiriamųjų pasirenkami motyvai iš tikrųjų rodo manipulytyvumo požymius, tačiau reikia atsiminti, kad tai nebuvo vieninteliai motyvai, kuriuos jie pasirinkdavo ir šalia jų buvo pažymėti ir intrapersonaliniai elgesio motyvai. Manipulytyvios prigimties motyvų įvardijimas kartais gali būti ir socialinio spaudimo požymis, kai asmuo nuolat kaltinamas dėl savo elgesio manipulytyvumo, pradeda tikėti, kad taip yra iš tikrųjų;

arba matydamas, kad save žalojantis elgesys paskatina tam tikras kitų reakcijas, sutapatina elgesio funkcijas ir motyvus (Levenkron, 2006).

Kita nuolatos vykstanti diskusija tarp mokslininkų yra apie suicidinę save žalojančio elgesio prigimtį. Pirmame skyriuje, kai aptarėme save žalojančio elgesio apibrėžimą, jau minėjome, kad daugelis šiuolaikinių autorių reikalauja griežto suicidinio ir nesuicidinio save žalojančio elgesio skirstymą, taipogi turėtų būti priskirti ir skirtingi elgesio motyvai bei funkcijos (Chapman, 2006). Tačiau šis skirstymas yra gana problematiškas. Simeon ir Favazza (2001) teigia, kad save žalojantis elgesys gali būti suvokiamas, kaip suicidinis tik tuo atveju, kai pats asmuo įvardina norą numirti, tačiau kartu pažymi, kad nesuicidinį savęs žalojimą taip pat gali lydėti suicidinės mintys. Tyrimais nustatyta, kad save žalojantis elgesys yra vienas iš savižudybės rizikos veiksnių ir 1-2 proc. savęs žalojimo atvejų baigiasi nusižudymu (Hawton, 1999). Tai apsunkina šių elgesio motyvų diferenciaciją. Be to, remiantis buvusių tyrimų duomenimis (Loughrey, 1989; Skogman, 2003; Laskytė, 2008), net nurodydami norą numirti, paprastai tuo pačiu metu tiriamieji nurodydavo dar ir kitus motyvus, kurie taip pat dažniausiai siejosi su negatyvių emocijų įveiką.

Lietuvoje taip pat buvo bandymų atskleisti save žalojančių paauglių motyvų įvairovę. Leskauskas (2000, cit. pgl. Laskytė ir kt., 2005), siekdamas išsiaiškinti 14-15 metų mergaičių bandymo žudyti tikslus, nustatė, kad 64,8 proc. tiriamųjų tikrai norėjo mirti, 35,2 proc. – tikėjosi pagąsdinti, atkreipti dėmesį, išvengti bausmės, išeiti iš nepalankios situacijos. Remiantis Laskytės ir Žemaitienės (2009) atlikto tyrimo rezultatais, vaikinių ir merginų dominuojantys save žalojančio elgesio motyvai buvo noras numirti arba siekimas išsivaduoti iš kankinamos dvasinės būsenos, tuo tarpu, kai noras atkreipti dėmesį buvo paminėtas rečiau.

Jurgaitytė-Avižinienė (2002) tyrinėdama į toksilogijos skyrių po tyčinio apsinuodijimo patekusių jaunuolių save žalojančio elgesio motyvus, nustatė, kad tiek ketinusieji numirti, tiek kitus, ne savižudybės ketinimus turintys pacientai, save nuodydami dažniausiai norėjo išsivaduoti iš nepakeliamos, sunkios situacijos arba norėjo atsikratyti nepakeliamų minčių. Tačiau kitų ketinimų turintys tiriamieji dažniau pateikė šiuos savęs žalojimo paaiškinimus: negalėjo savęs suvaldyti, norėjo priversti kitus gailėtis dėl netinkamo elgesio, norėjo truputį pamiegoti. Taip pat jie dažniau nei ketinusieji numirti atsakė, kad norėjo bent trumpam ištrukti iš nepakeliamos padėties. Apibendrinant rezultatus, tyrimo autorė padaro išvadas, kad ketinusiųjų numirti ir kitų ketinimų turinčių jaunuolių save žalojantis elgesys buvo daugiau apspręstas vidinių nei tarpasmeninių problemų.

Mokslininkai (Loughrey, 1989; Suyemoto, 1998; Kress, Hoffman, 2008; Gratz, 2003) pabrėžia, kad svarbu nenureikšminti save žalojančio elgesio kompleksiskumo, funkcijų ir motyvų įvairovės ir atsispirti pagundai vienareikšmiškai priskirti tam tikrą save žalojančio elgesio epizodą konkrečiam motyvui. Rezultatai parodė, kad tam pačiam save žalojančio elgesio epizodui gali paskatinti

daugelis motyvų, kurie vienas kito nenureikšmina. Dažniausiai tiriamųjų minimus motyvus galima priskirti trimis grupėms:

1. *Afektų kontrolė* – bandymas palengvinti sunkius išgyvenimus, esant sunkiems trikdantiems jausmams, emociniam ir psichologiniam susijaudinimui. Save žalojantis asmuo bando vidinį skausmą paversti išoriniu ir išvengti savižudybės dėl nepakeliamų jausmų.
2. *Komunikacija* – savęs žalojimas yra kaip būdas išreikšti tokius jausmus, apie kuriuos žmogus nesugeba pasakyti. Dažnai šis elgesys gali būti traktuojamas kaip manipuliatyvus, tačiau pats žmogus retai tai įsisąmonina. Esminis žingsnis šiuo atveju būtų suprasti ką būtent save žalojančiu elgesiu žmogus bando pasakyti, o tada bandyti tą problemą įveikti konstruktyviu būdu.
3. *Kontrolė/Bausmė* – save žalojančio elgesio pagalba siekiama apsaugoti kitus (pykčio priepuolio metu žaloja save tam, kad neužpulti kitų), nubausti save už netinkamą elgesį (ypatingai smurtą patyrę vaikai) ir sukontroliuoti savo impulsus. Ši kategorija persipina su afektų kontrole.

1.3.4. Save žalojančio elgesio metodai

Dažnai save žalojančio elgesio metodai labai priklauso nuo elgesio motyvų ir, remiantis Walsh (2006), žinodami savęs žalojimo būdą, pasikartojimo laipsnį, bei naudojamų metodų įvairovę, galime spręsti apie asmens suicidinės intencijos aktualumą.

Šio autoriaus nuomone, savižudiškų ketinimų turintys asmenys pasirenka kitokius, aukštu mirtingumu pasižyminčius žalojimosi būdus. Iš tikrųjų, palygindami Lietuvos paauglių savižudybių ir save žalojančio elgesio metodus, pastebėjome tam tikrus skirtumus. Petrauskienė ir kt. (2004), analizuodami Lietuvos statistikos departamento duomenys apie savižudžius, išskyrė šiuos labiausiai paplitusius paauglių (10-19 m.) savižudybių metodus: nusinuodijimai ir pasikorimai. Nusinuodijimai iki 1997m. vyravo tarp mergaičių pasirenkamų savižudybių būdų, tačiau vėliau žymiai padaugėjo pasikorimų. Nuo 1993 iki 2002m. tarp mergaičių nebuvo registruota nė vieno nusišovimo, pasiskandinimo, mirtino tyčinio susižalojimo aštriais daiktais atvejo. Atsiminkime, kad Lietuvoje paauglių save žalojančio elgesio atlikto tyrimo duomenimis (Laskytė, 2009), vyraujantys žalojimosi metodai buvo nuodijimas vaistais ir rankų pjaustimasis. Tačiau šio tyrimo rėmuose nebuvo išskirta suicidinio ir nesuicidinio save žalojančio elgesio grupių, todėl sunku pasakyti ar Lietuvos paauglių savižudiški ir nesuicidiniai save žalojančio elgesio metodai skiriasi.

Rodham ir kt. (2004), remiantis Jungtinėje Karalystėje atlikto CASE paauglių sąmoningo savęs žalojimo tyrimo duomenimis, pagal žalojimosi būdą išskyrė dvi paauglių grupes: didelėmis dozėmis vartojančius vaistus ir save pjaustančius paauglius, ir išanalizavo jų įvardijamus save žalojančio elgesio motyvus. Pasirodė, kad vaistus perdozuojantys paaugliai žymiai dažniau, nei save pjaustantys, nori numirti (66,7 proc./ 40,2 proc.) arba tokiu būdu sužinoti ar juos kažkas iš

tikrųjų myli (41,2 proc./ 27,8 proc.). Taip pat pastebėti lyčių skirtumai – save pjaustančios merginos žymiai dažniau nei save pjaustantys vaikinai nurodė, kad tokiu būdu jos norėjo save nubausti (51proc./ 25proc.) ir išsivaduoti iš kankinamos dvasinės būsenos (50,9 proc./ 36,1 proc.).

Save žalojančio elgesio dažnumas taip pat gali padėti suprasti kokiais motyvais vadovaujasi paauglys. Walsh (2006) teigia, kad nesuicidinis save žalojantis elgesys pasikartoja dažniau, negu mėginimai nusižudyti – iki 20-30 epizodų per metus. Tuo tarpu mėginimai nusižudyti dažniausiai įvyksta ypatingai sunkiais, stresiniais gyvenimo periodais ir, vėliau, kriziniams išgyvenimams atslūgus, šie paaugliai nebegrįžta prie suicidinių bandymų. Tačiau ši nuomonė galėtų sulaukti daug kritikos iš kitų tyrėjų, kurie pabrėžia suicidinių bandymų dramatišką reikšmę, vertinant savižudybės riziką (Firestone, 1990; Gailienė, 2001; Hawton, 2006) ir teigiančius, kad paaugliai suicidinius bandymus linkę kartoti. Tikriausiai ši diskusija dar negreitai išsispręs, nes šiuo atveju vėl grįžtame prie naudojamos *mėginimo nusižudyti* sąvokos apibrėžimo skirtumų, todėl randame skirtingus duomenis.

1.3.5. Save žalojančių paauglių psichologiniai ypatumai

Daugelis literatūros šaltinių nurodo, kad sąmoningai save žalojantiems asmenims yra būdingas aukštas impulsyvumas, emocinis jautrumas, prasta afekto reguliacija, depresijos simptomai, padidėjęs nerimastingumo lygis, polinkis slopinti pyktį, žemas savęs vertinimas, neišlavintos įveikos strategijos (Zlotnick ir kt., 1997; Hawton ir kt., 2005; Clark ir kt., 2007; Laskytė, 2009)

Linehan (1993, cit. pagal Gratz, 2003) teigia, kad save žalojančių asmenų afekto sutrikusi kontrolė yra susijusi su emocijų reaktyvumu (aukštas jautrumas stimulams) ir emocijų intensyvumu (polinkis kraštutinėms reakcijoms), kurie gali būti nulemti biologiškai. Autorius siūlo suprantamą išvadą: gera emocijų kontrolė tampa neįmanoma dėl jų per aukšto intensyvumo. Savo ruožtu prasta afekto reguliacija nulemia impulsyvų elgesį, kuris laikomas suicidinio elgesio rizikos veiksniumi (Webster, 1997; Jurgaitytė-Avižinienė, 2002).

Depresiškumas seniai buvo analizuojamas, kaip vienas iš save žalojančio elgesio rizikos veiksnių, ir jo matavimas gana dažnai yra įtrauktas į suicidinių pacientų psichologinius tyrimus. Galvojama, kad dažnas depresijos simptomas – neviltis, - gali būti depresijos ir sprendimo nusižudyti sąsaja (Kazdin ir kt., 1983; cit. pagal Hawton, 2006). Lietuvoje atlikti tyrimai taip pat patvirtina save žalojančio elgesio ir depresiškumo sąsajas. Leskausko (2000, cit. pagal Laskytė, 2005) tyrimo rezultatai parodė, kad net 74.1 proc. bandžusių žudytis 14-15 metų mergaičių būdingiausias psichikos sutrikimas yra depresija. Laskytė ir kt. (2009), lygindama save žalojančius ir nesižalojančius Lietuvos moksleivius, nustatė, kad save žalojantys paaugliai yra žymiai depresiškesni ir nerimastengesni, tačiau pastebimi lyčių skirtumai – vaikinams yra būdingi aukštesni depresijos, o merginoms nerimo - rodikliai. Hawton (2006) pažymi, kad nerimo požymiai

ir sutrikimai dažnai diagnozuojami save žalojantiems paaugliams ir vis daugiau pirpažįstami galintys didinti šio destruktvyvaus elgesio riziką.

Žemas savęs vertinimas taip pat daugelio tyrėjų minimas kaip vienas iš save žalojančių asmenų asmenybės ypatumų (McElroy, 2004; Hawton, 2006; Laskytė, 2009). Dažnai paauglių savęs vertinimas yra įtakojamas tokių veiksnių, kaip: santykiai su draugais ir tėvais, pasiekimai mokykloje, santykiai su bendraamžiais, galimai patiriamas smurtas ir kt. Kadangi tyrimais yra nustatyta (Laskytė, 2009), kad save žalojantys paaugliai dažnai patiria sunkumus tarpasmeniniuose santykiuose, būna patyčių ar smurto aukomis, natūralu tikėtis, kad ir jų savęs vertinimo rodikliai bus žemesni nei jų kitų bendraamžių. Remiantis Overholser (1995) atlikto tyrimo duomenimis, savęs vertinimas tiesiogiai susijęs su depresiniais, nevilties jausmais ir su suicidiniiais bandymais.

Tačiau yra atlikti tyrimai, rodantys, kad minėti psichologiniai ypatumai gali skirtis tarp dviejų grupių: bandžusių nusižudyti ir nesuicidiškai save žalojančių. A. Jurgaitytė-Avižinienė (2002), analizuodama ketinusių ir neketinusių numirti tyčia apsinuodijusių jaunuolių psichologinius ypatumus, atskleidė šiuos dėsniumus: pirmiesiems būdingas mažesnis impulsyvumas, bet didesnė neviltis ir žemesnis savęs vertinimas, negu lyginamai grupei. Neketinusieji numirti jaunuoliai dažniausiai save žalojančią veiksmą atlikdavo impulsyviai, be žymaus išankstinio pasiruošimo, o ketinusieji numirti buvo daugiau linkę šiam veiksmui pasiruošti iš anksčiau.

Remiantis Rudd ir kt. (1996,cit. pagal Lloyd Richardson ir kt., 2007) atlikto tyrimo duomenimis, pakartotinai save žalojantiems asmenims yra būdingi aukštesni depresiškumo rodikliai, bei intensyvesni nevilties išgyvenimai, negu tiems, kas žalojosi kartą arba tik turėjo suicidinių minčių.

Taigi šiuolaikinių tyrimų duomenys rodo, kad sąmoningas savęs žalojimas negali būti interpretuojamas vien kaip mėginimas nusižudyti. Galima išskirti kitą asmenų grupę, daugumoje paauglius, kurie žalodamiesi nesiekia mirties, bet nori įveikti negatyvias emocijas, išsivaduoti iš slegiančių jausmų, atkreipti kitų dėmesį į savo sunkius išgyvenimus. Daugelis tyrėjų pažymi, kad šioms grupėms būdingi kitokie elgesio motyvai, nevienodos save žalojančio elgesio apraiškos, psichologinių charakteristikų skirtumai. Tačiau tyrimų, lyginančių šias dvi grupes, atlikta gana mažai. Jurgaitytė-Avižinienė (2002) atliko svarbų šioje srityje tyrimą, kurio pagalba buvo siekiama nustatyti ketinimo numirti reikšmę jaunuolių suicidiniam elgesiui. Tačiau šis tyrimas buvo atliktas su klinikinės imties jaunuoliais, kurie po tyčinio apsinuodijimo buvo gydomi ligoninėje, ir todėl negalėjo atspindėti visos populiacijos ypatybių. Norėdami geriau suprasti į gydytojų akiratį nepatenkančių paauglių save žalojančio elgesio vidinius veiksnus keliame šiuos darbo tikslus ir hipotezes.

1.4. Darbo tikslas, uždaviniai, hipotezės

Darbo tikslas: Ištirti paauglių suicidinio ir nesuicidinio save žalojančio elgesio vidinius veiksnius: motyvus, savižudiškus ketinimus, žalojančio elgesio ypatumus ir su šiais faktoriais galimai susijusius asmens psichologinius ypatumus. Taip pat atskleisti lyčių skirtumus.

Tyrimo uždaviniai:

- Iškirti dvi save žalojančių paauglių grupes:
 1. Suicidiškai save žalojančius – nurodžiusius, kad save žalodami jie *norėjo* numirti.
 2. Nesuicidiškai save žalojančius – nurodžiusius, kad save žalodami jie *nenorėjo* numirti.
- Išanalizuoti žalojimosi veiksmui paskatinusių motyvų įvairovę ir skirtumus tarp norėjusiųjų ir nenorėjusiųjų numirti merginų ir vaikinų.
- Nustatyti skirtumus tarp norėjusiųjų ir nenorėjusiųjų numirti paauglių žalojimosi subjektyvių priežasčių.
- Nustatyti save žalojančio elgesio apraiškų skirtumus tarp norėjusiųjų ir nenorėjusiųjų numirti merginų ir vaikinų.
- Nustatyti save žalojusiųjų norėjusiųjų ir nenorėjusiųjų numirti paauglių savižudiškus ketinimus ir juos palyginti tarp merginų ir vaikinų.
- Ištirti norėjusiųjų ir nenorėjusiųjų numirti save žalojusių paauglių psichologinės savijautos rodiklių skirtumus ir juos palyginti tarp vaikinų ir merginų.

Keliamos hipotezės:

- Save žalojančio elgesio motyvai priklauso nuo paauglių įvardinamo noro numirti.
- Norėjusiųjų ir nenorėjusiųjų numirti save žalojančių paauglių pasirenkami save žalojančio elgesio būdai skiriasi.
- Norėjusiems numirti paaugliams būdinga blogesnė psichologinė savijauta, negu žalojimosi metu nenorėjusiems numirti paaugliams:
 - 1) Išsakytas noras numirti byloja apie paauglių didesnę depresiškumą
 - 2) Išsakytas noras numirti byloja apie paauglių aukštesnę nerimą
 - 3) Išsakytas noras numirti byloja apie paauglių žemesnę savęs vertinimą
- Save žalojusiems, bet nenorėjusiems numirti paaugliams būdingas aukštesnis impulsyvumas.

TYRIMO METODIKA

2.1. Apie tyrimą

Tyrimo duomenys rinkti 2006 metais, tęsiant mokslinį bendradarbiavimą savižudybių prevencijos srityje tarp Vilniaus Universiteto, Kauno medicinos universiteto ir Oslo universiteto (Norvegija). Mokslininkų grupę, tyrusių Lietuvos 15-17 metų amžiaus moksleivių sąmoningo savęs žalojimo reiškinį sudarė: dr. A. Laskytė, doc. dr. N. Žemaitienė (tyrimo vadovė). Mokslininkų grupei sutikus, surinktų duomenų dalis analizuojama šiame darbe.

2.2. Tiriamieji

Tyrimo analizuojami 281 paauglių, kurių amžius yra nuo 15 iki 17 metų (amžiaus vidurkis – 16.07 m.) duomenys. Visi tiriamieji yra vidurinių mokyklų bei gimnazijų devintų, dešimtų ar vienuoliktų klasių moksleiviai, ir gyvena vienoje iš 10-ties Lietuvos apskričių - Vilniaus, Alytaus, Kauno, Klaipėdos, Marijampolės, Panevėžio, Šiaulių, Tauragės, Telšių ar Utenos.

Iš mokslininkų grupės surinktų duomenų apie 3848 paauglius, - 2200 (57.2 proc.) merginų ir 1648 (42.8 proc.) vaikų - darbo analizei buvo palikti 281 (7.3 proc.), - 218 (9.9 proc.) merginų ir 63 (3.8 proc.) vaikų, kurie atitiko šio darbo reikalavimus, nurodydami, kad bent kartą sąmoningai save žalojo. Pagrindinės šių tiriamųjų charakteristikos yra pateikiamos 1 lentelėje.

1 lentelė. Save žalojančių paauglių demografiniai duomenys

Gyvenimo vieta	Merginos (amžius – n/proc.)				Vaikinai (amžius – n/proc.)			
	15m.	16m.	17m.	Viso	15m.	16m.	17m.	Viso
Miestas	46 (30.7)	52 (34.7)	52 (34.7)	150 (68.8)	10 (23.8)	16 (38.1)	16 (38.1)	42 (66.7)
Kaimas	22 (32.4)	19 (27.9)	27 (39.7)	68 (31.2)	4 (19)	9 (42.9)	8 (38.1)	21 (33.3)
Viso	68 (31.2)	71 (32.6)	79 (36.2)	218 (100)	14 (22.2)	25 (39.7)	24 (38.1)	63 (100)

Viso mieste gyveno 192 (68.3 proc.), o kaime – 89 (31.7 proc.) sąmoningai save žalojantys paaugliai. Į 15m. amžiaus grupę pateko - 82 paaugliai (29.2 proc.), į 16m. – 96 (34.2), į 17m. – 103 (36.7 proc.).

Bendrai šiame tyrime dalyvavo žymiai daugiau merginų (2200), nei vaikinių (1648). Tyrėja pastebi, kad tai gali būti susiję su tuo, kad, sulaukę 16 metų ir gavus pagrindinį 10 klasių išsilavinimą, vaikinai dažnai nebetęsia mokslų arba pasirenka profesines mokyklas (Laskytė, 2009). Didesnis merginų procentas bendroje imtyje iš dalies galėjo nulemti ir mūsų tiriamos savė žalojančiųjų paauglių grupės merginų ir vaikinių procentinį santykį (atitinkamai – 77.6 ir 22.4 proc.).

Skirstymas į grupes. Tyrimo metu, atsakydami į vieną iš klausimų, paaugliai buvo prašomi nurodyti jų aprašyto sąmoningo savės žalojimo epizodo motyvus, pažymėdami „Taip“ arba „Ne“ prie kiekvieno pateikto teiginio (žr. 1 priedą, kl. 36). Paaugliai, kurie prie teiginio „aš norėjau numirti“ pažymėjo „Taip“ - buvo priskirti prie *suicidinio savė žalojančio elgesio grupės (SSŽ)*, o kurie pažymėjo „Ne“ - prie *nesuicidinio savė žalojančio elgesio grupės (NSŽ)* (grupių demografinės charakteristikos yra pateiktos 3.1. skyriuje)

2.3. Įvertinimo priemonės

Tyrimė buvo naudojamas „Gyvenimo būdo ir prisitaikymo klausimynas“, kuris yra versta versija klausimyno „Lifestyle and coping questionnaire“, sukurto prof. K. Hawton‘o Didžiojoje Britanijoje Europos vaikų ir paauglių savė žalojančio elgesiui (CASE) tirti 1998 metais. Ši klausimyną 2005 m. į lietuvių kalbą išvertė ir adaptavo KMU Visuomenės sveikatos fakulteto Profilaktinės medicinos katedros dr. A. Laskytė ir doc. dr. N. Žemaitienė.

Klausimyną sudarė 100 atviro ir uždaro tipo klausimų, apimančių 10 informacijos apie paauglių sričių (Hawton, 2006):

1) *Sociodemografinė informacija* (1-3 klausimai) – lytis, amžius, gyvenimo vieta (tolesnės analizės metu buvo suskirstyta į dvi grupes - miestą ir kaimą), šeimos sudėtis.

2) *Sveikatos problemos, rūkymas ir psichotropinių medžiagų vartojimas* (4-10 klausimai). Paaugliai buvo klausiami apie mitybos įpročius, mankštinimosi dažnumą, rūkymą, alkoholio bei narkotikų vartojimą. Atsakydami į klausimus apie mankštinimąsi, rūkymą, alkoholio ir narkotikų vartojimą, tiriamieji turėjo galimybę tiksliai nurodyti veiksmo dažnumą. Pvz., galimi atsakymai į klausimą „Ar dažnai rūkote?“ buvo: „Niekada nerūkiu“, „Rūkiu, bet mažiau“, „Ne daugiau kaip 5 cigaretes per savaitę“, „6-20 cigarečių per savaitę“, „21-50 cigarečių per savaitę“, „Daugiau nei 50 cigarečių per savaitę“. Atsakydami į klausimus apie alkoholio vartojimo dažnumą, tiriamieji atskirai nurodė kiek kartų buvo prisigėrę per paskutinį mėnesį, ir per pastaruosius metus (žr. Priedą nr.1)

3) *Stresiniai įvykiai ir problemos* (11-31 klausimai). Šie klausimai apėmė stresinius įvykius, kuriuos paaugliai galėjo patirti. Jeigu tiriamieji buvo patyrę kurį nors iš išvardintų įvykių (pvz., patyčias mokykloje, sunkumus su savo vaikinū/mergina, nesutarimus ar muštynes su draugais,

fizinę prievartą ir kt.), jie galėjo nurodyti ar šį įvykį patyrė per pastaruosius 12 mėnesių, ar daugiau kaip prieš metus.

4) *Sąmoningas save žalojantis elgesys*. Pradžiai, tiriamieji turėjo atsakyti į klausimą „Ar Jūs, norėdami sau pakenkti, kada nors sąmoningai vartojote vaistus didelėmis dozėmis arba bandėte kitais būdais žaloti (pvz. pjautis venas)?“ Jeigu atsakydavo neigimai, jie buvo nukreipiami į kitą klausimyno dalį (nuo 45 klausimo).

Atsakiusieji teigiamai turėjo atsakyti, ar tai buvo atsitikę vieną ar daugiau kartų. Toliau visi klausimai buvo užduoti apie paskutinį sąmoningo žalojimosi kartą: kada tai įvyko; ką tuo atveju sau padarė (atviras klausimas); prieš kiek laiko pradėjo galvoti apie žalojimąsi.

Tolesnės analizės metu tiriamųjų aprašyti žalojimosi būdai buvo priskirti vienai iš keturių grupių (Laskytė, 2009): *vidinis* – sąmoningas vaistų vartojimais didesniais, nei gydytojo nurodytais, kiekiais; psichotropinių medžiagų vartojimas, siekiant sau pakenkti; nuodingų ne maistinių medžiagų vartojimas; *išorinis* – pjaustimasis, šokimas nuo aukščio, badavimas, siekiant sau pakenkti; *mišrus* – kelių savęs žalojimo būdų panaudojimas; *neįvardintas* – savęs žalojimo būdas liko neaprašytas.

5) *Save žalojančio elgesio motyvai* (35-36, 44 klausimai). Tiriamieji atvira forma galėjo atsakyti, kodėl, jų nuomone, jie padarė tai, ką padarė. Taip pat, atsakydami į kitą klausimą, jie galėjo pasirinkti vieną ar daugiau iš aštuonių pateiktų motyvų ar intencijų, kurie galėjo paskatinti imtis save žalojančių veiksmų. Šių motyvų sąrašas buvo naudojamas ir kitų mokslininkų tyrimuose (Bancroft ir kt., 1976, 1979; Hjelmeland ir kt., 2002., cit. pagal Hawton, 2006). Tiriamųjų atviros formos atsakymai apie galimas save žalojančio elgesio priežastis buvo grupuojami pagal įvardytų motyvų panašumą ir suskirstyti į septynias kategorijas (Laskytė, 2009): 1) slegiantys jausmai; 2) santykiai su šeimos nariais; 3) santykiai su draugais; 4) sunkumai mokykloje; 5) prievarta; 6) kita; 7) nenurodyta priežastis.

Taip pat tiriamieji buvo paklausti, ar kada nors, save žalodami, jie norėjo nusižudyti.

6) *Pagalbos ieškojimas ir stacionarinis gydymas* (38-43 klausimai). Tiriamieji buvo klausiami, ar jie ieškojo pagalbos prieš ar po minėto save žalojančio elgesio epizodo. Jie turėjo galimybę pasirinkti vieną ar daugiau pagalbą suteikusių žmonių, specialistų, įstaigų ar šaltinių iš septynių galimų variantų: kuris nors iš šeimos narių, draugas, mokytojas, šeimos gydytojas, socialinis darbuotojas, psichologas ar psichiatras, telefono pagalbos linija, pagalbos ar konsultacijų centras, kiti šaltiniai (t. y. internetas, knygos, žurnalai ir pan.).

Tiriamųjų buvo prašoma atsakyti, ar jie buvo patekę į ligoninę dėl šio savęs žalojimo epizodo, arba jie kada nors buvo atsidūrę ligoninėje dėl kito save žalojančio veiksmo.

7) *Mintys apie savęs žalojimą* (45-48 klausimai). Visų tiriamųjų buvo prašoma atsakyti, ar jie per pastarąjį mėnesį, metus galvojo apie savęs žalojimą, ir, jeigu taip, ar bandė dėl to ieškoti pagalbos (buvo galima nurodyti pagalbos šaltinius), ir, ar yra kam nors apie tai sakę.

8) *Įveikos strategijos* (74-88 klausimai). Toliau buvo siekiama atskleisti kokias įveikos strategijas paaugliai naudoja, kai jaučia liūdesį ar nerimą. Atsakydami į klausimą „Ar dažnai taip elgiatės, kai būnate susirūpinę ar prislėgti?“, tiriamieji galėjo sutikti ar nesutikti su aštuoniais teiginiais („Kalbatės su kuo nors“, „Kaltinate save dėl susidariusių nemalonumų“, „Pykstate“, „Būnate savo kambaryje“, Galvojate, kaip turėtumėte elgtis“, „Geriate alkoholi“, „Stengiatės negalvoti apie nerimą keliančius dalykus“, „Bandote viską sudėlioti, surūšiuoti“), pasirinkdami vieną iš trijų galimų atsakymų: „niekada“, „kartais“, „dažnai“.

Taip pat tiriamųjų buvo prašoma nurodyti su kuriais iš pateikto žmonių sąrašo jie gali kalbėtis apie rūpimus dalykus: tėvu/patėviu, motina/pamote, broliu/seserimi, kitu giminaičiu, draugu, mokytoju, kuo nors kitu.

9) *Psichologinės charakteristikos* (49-80, 90-96). Šiais klausimais buvo siekiama įvertinti tiriamųjų esamą psichologinę būseną. Šiam tikslui buvo panaudota Klinikinė depresijos ir nerimo skalė (HADS), kurią sudaro 14 klausimų depresijos ir nerimo simptomams įvertinti ne klinikinėje imtyje (Zigmond ir Snaith, 1983, cit. pagal Hawton, 2006), ir yra pritaikyta paaugliams tirti (White ir kt., 1999, cit. pagal Hawton, 2006).

Taip pat buvo naudojama sutrumpinta 8-nių klausimų Robsono (1989) Savęs vaizdo skalės (Self Concept Scale) versija, siekiant pamatuoti tiriamųjų savęs vertinimą.

Paauglių impulsyvumo įvertinimui buvo naudojama sutrumpinta Plutchik ir Van Praag (1986) skalė.

10) *Sąmoningo savęs žalojimo prevencijos idėjos ir pasiūlymai esančiai padėčiai pagerinti.*

Klausimyno pabaigoje tiriamiesiems buvo pateikti du atviro pobūdžio klausimai. Pirmame jų buvo prašoma parašyti, kas, jų nuomone, gali būti padaryta, kad išvengtų jaunų žmonių žalojimosi. Atsakydami į antrą klausimą jie galėjo parašyti, kas gali būti nuveikta, kad pagerinti jaunų žmonių gyvenimą jų aplinkoje.

Klausimyno pabaigoje, tiriamieji turėjo galimybę išsakyti nuomonę apie šį klausimą, pasiūlyti kitus galimai svarbius, bet nepateiktus klausimus. Taip pat buvo pateiktas klausimas apie tiriamųjų nuoširdumą, pateikiant savo atsakymus. Taip buvo siekiama nustatyti, kiek galima pasitikėti kiekvieno klausimyno duomenimis.

Šiame darbe buvo analizuojama tik dalis surinktos informacijos: sociodemografiniai duomenys, sąmoningas save žalojantis elgesys, save žalojančio elgesio motyvai, psichologinės charakteristikos.

2.4. Tyrimo eiga

Tyrimas buvo atliktas su paaugliais iš 10-ties Lietuvos apskričių: Vilniaus, Alytaus, Kauno, Klaipėdos, Marijampolės, Panevėžio, Šiaulių, Tauragės, Telšių ir Utenos. Visi paaugliai buvo devintos, dešimos ar vienuoliktos klasės vidurinės mokyklos moksleiviai.

Apklausa vyko klasėse ir truko vieną pamoką. Siekdami, kad moksleiviai atsakytų į klausimus savarankiškai ir nuoširdžiai, jaustųsi saugiai, tyrėjai pateikdavo anonimines anketas, kurias vėliau tiriamieji įdėdavo į voką ir užklijuodavo. Surinkti vokai buvo perduodami Kauno medicinos universiteto Profilaktinės medicinos katedros darbuotojams.

2.5. Duomenų apdorojimas

Statistinė tyrimo duomenų analizė atlikta naudojant SPSS 17.0 for Windows programą.

Nepriklausomų imčių atveju kokybinių požymių statistinio ryšio reikšmingumui patikrinti naudojamas χ^2 nepriklausomumo kriterijus.

Grupių impulsyvumo, depresijos, nerimo ir savęs vertinimo skalių vidurkių palyginimui naudojamas Studento kriterijus nepriklausomoms imtims.

Siekiant atskleisti sąsajas tarp paauglių suicidinio/nesuicidinio savęs žalojančio elgesio ir kitų veiksnių naudojama dvejetainė logistinė regresija, o suicidinį ar nesuicidinį savęs žalojimą į modelį įtraukdavome, kaip nepriklausomąjį kintamąjį. Šiuo metodu norėjome patikrinti, ar mūsų į modelį įtraukti veiksniai turi prognostinę reikšmę suicidiniam/nesuicidiniam savęs žalojančiam elgesiui. Sprendimas buvo daromas atsižvelgiant į kiekvieno veiksnio statistinio reikšmingumo lygmenį ir Nagelkerke R^2 koeficientą, nusakantį pasirinkto modelio tinkamumą. Nagelkerke R^2 gali varijuoti nuo 0 iki 1, tačiau modelis pripažįstamas tinkamu, kai Nagelkerke $R^2 \geq 0.25$.

Duomenų analizės rezultatai yra pateikiami lentelėse ir paveiksluose. Pateikiant rezultatus nurodami statistinių išvadų reikšmingumo lygmenys: $p > 0.05$ – nereikšminga; $p \leq 0.05$ – reikšminga; $p \leq 0.01$ – labai reikšminga; $p \leq 0.001$ – itin reikšminga.

REZULTATAI

3.1. Tiriamųjų grupių sociodemografinės charakteristikos

Viso SSŽ grupei buvo priskirti 163 paaugliai (58 proc.), iš kurių - 82.8 proc. merginų ir 17.2 proc. vaikinių, NSŽ grupei – 118 paauglių (42 proc.), iš kurių - 70.3 proc. merginų ir 29.7 proc. vaikinių. Grupių amžiaus ir lyties charakteristikos pateiktos 2 lentelėje.

2 lentelė. Į SSŽ ir NSŽ grupes patekusių paauglių amžiaus ir lyties charakteristikos

	Mergaitės (amžius – n/proc.)				Berniukai (amžius – n/proc.)			
	15	16	17	Viso	15	16	17	Viso
SSŽ	40 (29.6)	44 (32.6)	51 (37.8)	135 (61.9)*	5 (17.9)	13 (46.4)	10 (35.7)	28 (44.4)
NSŽ	28 (33.7)	27 (32.5)	28 (33.7)	83 (38.1)	9 (25.7)	12 (34.3)	14 (40)	35 (55.6)*
Viso	68 (31.2)	71 (32.6)	79 (36.2)	218 (100)	14 (22.2)	25 (39.7)	24 (38.1)	63 (100)

* p<0.05

Matome, kad abiejose grupėse dominuoja merginos, tačiau lygindami SSŽ grupę su NSŽ grupe pastebime, kad lyčių pasiskirstymas yra nevienodas. SSŽ grupei merginų priskirta daugiau (61.9 proc.), o NSŽ grupei statistikai reikšmingai mažiau (38.1 proc.), nei vaikinių (55.6 proc.).

SSŽ ir NSŽ grupės beveik nesiskiria pagal amžiaus grupių procentinį pasiskirstymą – abiejose grupėse daugumą sudaro 17-mečiai (SSŽ grupėje – 37.4 proc.; NSŽ grupėje – 35.6 proc.) ir mažiausiai yra 15-mečių (SSŽ – 27.6 proc.; NSŽ – 31.4 proc.). SSŽ grupės amžiaus vidurkis yra 16.1, o NSŽ grupės – 16.01, ir statistikai reikšmingai nesiskiria (p=0.57).

Lygindami SSŽ ir NSŽ paauglių grupes pagal jų šeimos sudėtį (3 lentelė), radome tam tikrus skirtumus: SSŽ grupės paaugliai rečiau gyveno su abiem tėvais ar net vienu iš tėvų, ir du kartus dažniau gyveno iš viso be tėvų, negu paaugliai iš NSŽ grupės. Tačiau šie skirtumai nėra statistikai reikšmingi (p=0.1).

3 lentelė. SSŽ ir NSŽ grupių paauglių pasiskirstymas pagal šeimos sudėties ypatumus (proc.)

	SSŽ	NSŽ
Mama ir tėvas	47.9	55.1
Vienas iš tėvų	25.8	29.7
Vienas iš tėvų ir patėvis	5.5	5.1
Kitas šeimos narys ar kas nors kitas	20.9	10.2

3.2. Tiriamųjų grupių įvardinami motyvai ir jų tarpusavio sąsajos

Šiame skyriuje aptarsime įvardinamus savęs žalojimo (SŽ) motyvus SSŽ ir NSŽ grupėse. skirtumus merginų ir vaikinų pogrupiuose, bei galimas motyvų tarpusavio sąsajas.

Klausimyno pildymo metu paaugliai buvo prašomi pasirinkti iš 8-nių galimų motyvų, geriausiai paaiškinančių jų aprašytą save žalojančio elgesio epizodą. Prie kiekvieno motyvo galima buvo pažymėti atsakymą „taip“ arba „ne“, taigi tiriamieji turėjo galimybę pasirinkti daugiau, nei vieną motyvą. Motyvų pasirinkimo dažnius ir jų skirtumus tarp SSŽ ir NSŽ, bei merginų ir vaikinų grupių apskaičiavome χ^2 nepriklausomumo kriterijaus pagalba. Patogumo dėlei kiekvienam motyvui priskyrimė raidę, kuri atspindi jo eiliškumą klausimyne:

- A. Noras parodyti beviltišką savijautą
- B. Noras numirti
- C. Noras nubausti save
- D. Noras pagąsdinti
- E. Noras susigrąžinti
- F. Noras išsivaduoti iš kankinamos dvasinės būsenos
- G. Noras sužinoti, ar kas nors tikrai myli
- H. Noras atkreipti dėmesį

4 lentelė. SSŽ ir NSŽ grupių įvardijamų motyvų skirstinys skirtingų lyčių pogrupiuose (proc.)

		A	B	C	D	E	F	G	H
Merginos	SSŽ	41.5	-	21.5	16.3	23	58.5	28.9	17
	NSŽ	43.4	-	20.5	28.9*	14.5	55.4^	26.5	22.9
Vaikinai	SSŽ	46.4	-	35.7	21.4	35.7	60.7*	39.3	25
	NSŽ	34.3	-	25.7	22.9	22.9	31.4	22.9	22.9
Viso	SSŽ	42.3	-	23.9	17.2	25.2	58.9	30.7	18.4
	NSŽ	40.7	-	22	27.1*	16.9	48.3	25.4	22.9

* $p < 0.05$, lyginant tarp SSŽ ir NSŽ grupių; ^ $p < 0.05$, lyginant merginų ir vaikinų pogrupius.

Remiantis duomenimis, SSŽ ir NSŽ grupėje dažniausiai minimi motyvai buvo „Aš norėjau parodyti, kaip beviltiškai jaučiausi“ (SSŽ – 42.3 proc.; NSŽ – 40.7 proc.) ir „Aš norėjau išsivaduoti iš kankinamos dvasinės būsenos“ (SSŽ – 58.9 proc., NSŽ – 48.3 proc.). Tačiau NSŽ grupės paaugliai dažniau atsakė, kad norėjo „atkreipti kažkieno dėmesį“ (22.9/ 18.4) ir statistiškai reikšmingai dažniau nurodė motyvą „Aš norėjau kažką pagąsdinti“ (27.1 proc.), negu SSŽ grupės (17.2 proc.) paaugliai ($p < 0.05$).

Taip pat pastebime skirtumų skirtingų lyčių pogrupiuose. NSŽ pogrupio vaikinai žymiai rečiau nei NSŽ pogrupio merginos nurodė, kad norėjo „išsivaduoti iš kankinamos dvasinės būsenos“ ($p < 0.05$); šiuo motyvu daugiau žalojimosi veiksmą paaiškino SSŽ pogrupio vaikinų (60.7 proc.).

Remiantis dvejetainės logistinės regresijos rezultatais nustatėme, kad kai kurie motyvai gali turėti prognostinę reikšmę kitų motyvų atžvilgiu (žr. 5a, 5b lenteles). Formuojant kiekvieną modelį,

vienas motyvas buvo priklausomas kintamasis, o visi kiti motyvai buvo įtraukti į dvejetainės logistinės regresijos modelį, kaip nepriklausomi kintamieji. 5a ir 5b lentelių pirmame stulpelyje ir viršutinėje eilutėje išvardinti tie patys galimi motyvai, bet viršutinėje eilutėje jie atspindi priklausomą kintamąjį, o pirmame stulpelyje – nepriklausomą kintamąjį.

5a lentelė. Save žalojančiųjų paauglių motyvų tarpusavio sąsajos

	Galimybių santykis (PI 95 proc.)			
	A	B	C	D
A. Noras parodyti beviltišką savijautą		1 (0.57-1.76)	1.79 (0.91-3.52)	1.83 (0.83-4.04)
B. Noras numirti	0.1 (0.57-1.75)		0.73 (0.38-1.39)	0.35** (0.16-0.75)
C. Noras nubausti save	1.75 (0.9-3.41)	0.79 (0.42-1.48)		0.39* (0.16-0.99)
D. Noras pagąsdinti	1.6 (0.73-3.49)	0.39* (0.19-0.81)	0.43 (0.18-1.04)	
E. Noras susigrąžinti	2.92** (1.46-5.88)	1.92 (0.97-3.81)	2.44* (1.2-5)	2.04 (0.86-4.8)
F. Noras išsivaduoti iš kankinamos dvasinės būsenos	1.41 (0.81-2.46)	1.62 (0.99-2.68)	2.51** (1.3-4.87)	1.94 (0.9-4.19)
G. Noras sužinoti, ar kas nors tikrai myli	2.14* (1.1-4.13)	1.74 (0.89-3.39)	4.03*** (1.97-8.23)	4.47*** (1.98-10.06)
H. Noras atkreipti dėmesį	2.97 ** (1.35-6.54)	0.88 (0.42-1.86)	1.01 (0.43-2.41)	8.61*** (3.94-18.84)

PI – pasikliautinis intervalas. * p<0.05; **p<0.01; ***p<0.001

5b lentelė. Save žalojančiųjų paauglių motyvų tarpusavio sąsajos

	E	F	G	H
A. Noras parodyti beviltišką savijautą	3.08** (1.53-6.2)	1.42 (0.81-2.47)	2.17* (1.11-4.25)	3.01** (1.39-6.52)
B. Noras numirti	1.92 (0.95-3.87)	1.63 (0.99-2.68)	1.81 (0.92-3.57)	0.92 (0.43-1.98)
C. Noras nubausti save	2.43* (1.18-4.97)	2.32** (1.22-4.4)	3.81*** (1.88-7.76)	1.11 (0.47-2.62)
D. Noras pagąsdinti	2.14 (0.92-4.99)	1.71 (0.82-3.59)	4.31*** (1.93-9.62)	8.64*** (3.96-18.86)
E. Noras susigrąžinti		0.94 (0.49-1.83)	1.88 (0.9-3.92)	1.42 (0.62-3.25)
F. Noras išsivaduoti iš kankinamos dvasinės būsenos	0.87 (0.44-1.71)		0.59 (0.31-1.14)	0.6 (0.28-1.29)
G. Noras sužinoti, ar kas nors tikrai myli	1.94 (0.93-4.03)	0.61 (0.32-1.17)		2.34* (1.05-5.22)
H. Noras atkreipti dėmesį	1.32 (0.57-3.08)	0.58 (0.28-1.22)	2.29* (1.02-5.13)	

PI – pasikliautinis intervalas. * p<0.05; **p<0.01; ***p<0.001

Visi motyvai, išskyrus B (Nagelkerke R^2 yra 0.07), C (Nagelkerke R^2 yra 0.22) ir F (Nagelkerke R^2 yra 0.07), buvo reikšmingai susiję su kitų motyvų pasirinkimais. Motyvo A („Aš norėjau parodyti beviltišką savijautą) pasirinkimas daugiausiai siejosi su motyvo H (2.92 kartus), E (2.92 k.) ir G (2.14 k.) pasirinkimu (Nagelkerke R^2 yra 0.28).

Motyvo B („Aš norėjau numirti“) pasirinkimą statistikai reikšmingai mažino motyvo D pasirinkimas (0.39 k.).

Motyvo C („Aš norėjau nubausti save“) pasirinkimo tikimybę net 4.03 kartus didino motyvo G pasirinkimas, o taip pat motyvų F (2.51 k.) ir E (2.44 k.) pasirinkimai (Nagelkerke R^2 yra 0.22).

Motyvas D („Aš norėjau kažką pagąsdinti“) buvo stipriausiai susijęs su kitais motyvais (Nagelkerke R^2 yra 0.44). Jo galimybė labiausiai didėjo, jeigu tiriamasis nurodė motyvą H (8.61 k.) ar motyvą G (4.47 k.), ir pastebimai mažėjo, kai buvo pasirenkamas motyvas B (0.35 k.) arba C (0.39 k.).

Motyvo E („Aš norėjau kažką susigražinti“) įvardijimo galimybė reikšmingai padidėdavo, kai buvo pasirenkamas motyvas A (3.07 k.) arba C (2.43 k.) (Nagelkerke R^2 yra 0.27).

Atsakymo F („Aš norėjau išsivaduoti iš kankinamos dvasinės būsenos“) galimybę didino tik motyvo C pasirinkimas (2.32 k.) (Nagelkerke R^2 yra 0.07).

Motyvas G („Aš norėjau sužinoti, ar kas nors mane tikrai myli“) buvo labiausiai susijęs su kitais atsakymais (Nagelkerke R^2 yra 0.38) – motyvai D, C, H ir A reikšmingai didino jo pasirinkimo galimybę (atitinkamai – 4.31/ 3.81/ 2.29/ 2.17 karto).

Motyvo H (Aš norėjau atkreipti kažkieno dėmesį“) galimybė didėjo, kai buvo įvardijamas taip pat pasirenkamas motyvas D (8.64 k.), A (3.01 k.), ar G (2.34 k.) (Nagelkerke R^2 yra 0.42).

Taigi labiausiai susijęs su kitais motyvais buvo *noras pagąsdinti* (Nagelkerke R^2 yra 0.44), *noras atkreipti dėmesį* (Nagelkerke R^2 yra 0.42) ir *noras sužinoti, ar kas nors tikrai myli* (Nagelkerke R^2 yra 0.38). Vienas kito galimybę reikšmingai didino motyvai: A ir E, A ir G, A ir H, C ir E, C ir F, C ir G, D ir G, D ir H, H ir G, - vieno motyvo pasirinkimas turėjo prognostinę reikmę kito motyvo pasirinkimui. Tuo tarpu, motyvai B ir D, bei C ir D pasižymėjo neigiamu ryšiu – vieno atsakymo pasirinkimas reikšmingai mažino kito atsakymo galimybę.

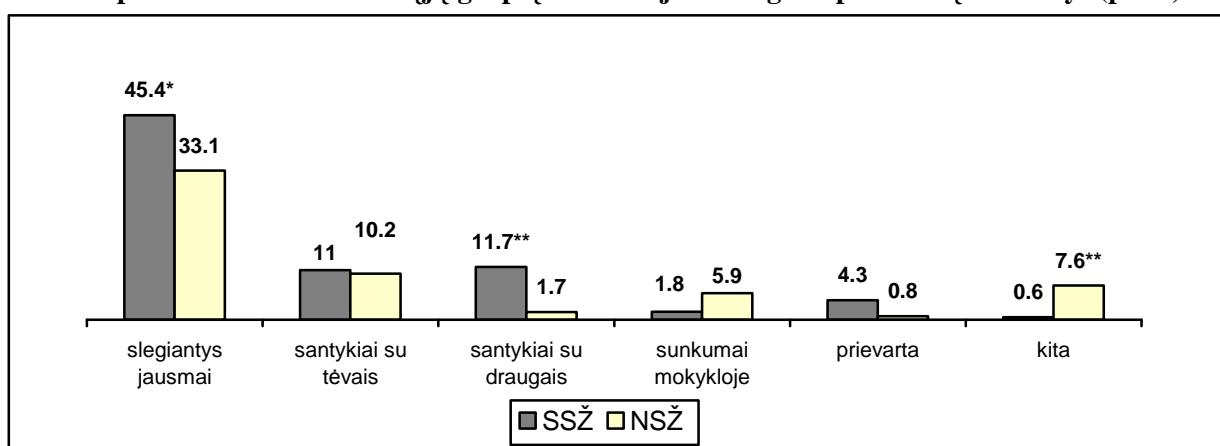
Turime pastebėti, kad 5 merginos (2.29 proc.) ir 9 vaikinai (14.29 proc.) nenurodė nė vieno savęs žalojimo motyvo.

3.3. Tiriamųjų grupių savęs žalojimo priežastys

Klausimyno pildymo metu paaugliai laisva forma galėjo parašyti apie priežastis, kurios jų manymu, tą kartą paskatino juos žalotis (1 priedas, kl. 35). Deja priežasties nenurodė net 31.7 proc. paauglių (24.3 proc. merginų ir 57.1 proc. vaikinų).

Siekdami išaiškinti, ar šios subjektyviai įvardijamos priežastys skiriasi tarp SSŽ ir NSŽ grupių, palyginome jų duomenų rezultatus (1 paveikslėlis)

1 pav. SSŽ ir NSŽ tiriamųjų grupių save žalojančio elgesio priežasčių skirstinys (proc.)



** $p < 0.01$; * $p < 0.05$ – lyginant SSŽ ir NSŽ grupes

Abiejų lyginamųjų grupių paaugliai dažniausiai atsakė, kad jų žalojimąsi paskatino slegiantys jausmai (40.2 proc.), tačiau 12.3 proc. daugiau SSŽ (45.4 proc.) nei NSŽ (33.1 proc.) grupės paauglių nurodė šią priežastį ($p < 0.05$). Patiriami sunkumai santykiuose su draugais paskatino žalotis 10 proc. daugiau SSŽ grupės paauglių (11.7 proc.) ($p < 0.01$), o „kitos“ priežastys 7 proc. daugiau įtakojo NSŽ grupės paauglių žalojimąsi ($p < 0.01$). Konfliktiški santykiai su tėvais beveik vienodai įtakojo SSŽ ir NSŽ grupių paauglių save žalojančio elgesio atsiradimą, o sunkumai mokykloje ir patirta prievarta buvo rečiau minimos save žalojančio elgesio priežastys abiejose grupėse.

Taigi nenorėjusieji numirti paaugliai dažniausiai žalojosi dėl slegiančių jausmų (33.1 proc.), ir konfliktingų santykių su tėvais (10.2 proc.), tuo tarpu norėjusieji numirti paaugliai – dėl slegiančių jausmų (45.4 proc.), konfliktingų santykių su tėvais (11 proc.) ir su draugais (11.7 proc.). Norėjusieji numirti statistiškai reikšmingai dažniau nei nenorėjusieji numirti paaugliai slegiančius jausmus minėjo, kaip savęs žalojimo priežastį.

3.4. Tiriamųjų grupių save žalojantys elgesys

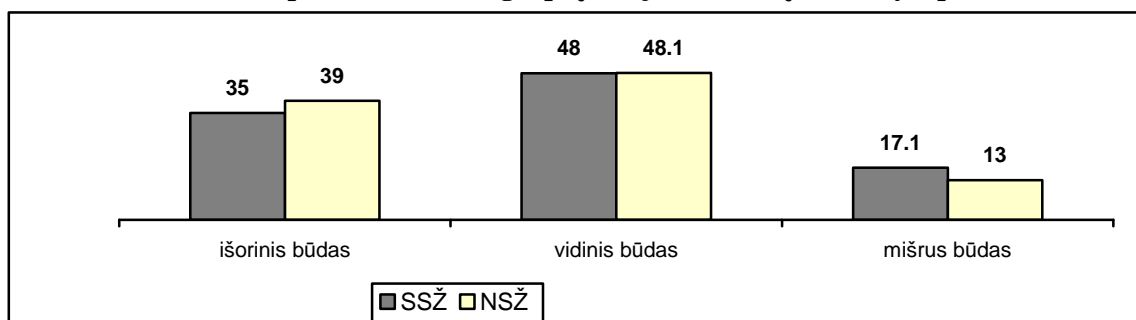
Šiame skyriuje aptarsime, kaip tam tikri save žalojančio elgesio veiksniai, - žalojimosi būdas, planavimo laikas ir epizodų pasikartojimas, yra susiję su šio elgesio motyvais.

3.4.1. Save žalojančio elgesio būdai ir jų sąsajos su motyvais

Visi tiriamųjų įvardinti save žalojančio elgesio būdai buvo suskirstyti į tris grupes: išorinis, vidinis ir mišrus būdas. Deja ne visada galėjome palyginti žalojimosi būdų pasiskirstymą statistiškai, nes net 34 (54 proc.) vaikinai ir 47 (21.6 proc.) merginos žalojimosi būdo nenurodė (bendrai – 21.8 proc.). Lyginant žalojimosi būdus tarp skirtingų lyčių tai neleido susidaryti reprezentatyvioms grupėms.

Analizuodami motyvo ir žalojimosi būdo sąsajas, panaudojome tik nurodusiųjų būdą tiriamųjų duomenis.

2 pav. SSŽ ir NSŽ grupių žalojimosi būdų skirstinys (proc.)



Remiantis gautais rezultatais (2 pav.) SSŽ ir NSŽ grupės pagal žalojimosi būdų pasirinkimą statistikai reikšmingai nesiskiria ($p=0.7$). Visi tiriamieji, nepriklausomai nuo grupės, dažniausiai žalojosi perdozuodami vaistus ar kitas medžiagas (48 proc.), ir mažiausiai – mišriu būdu (kelių metodų naudojimas vienu metu) (15.5 proc.).

Tačiau analizuodami SSŽ ir NSŽ grupių žalojimosi būdus priklausomai nuo lyties radome tam tikrus skirtumus (6 lentelė).

6 lentelė. SSŽ ir NSŽ grupių žalojimosi būdų pasirinkimas priklausomai nuo lyties (proc./n)

		Išorinis	Vidinis	Mišrus
Merginos	SSŽ	36.4 (39)	49.5 (53)	14 (15)
	NSŽ	37.5 (24)	48.4 (31)	14.1 (9)
Vaikinai	SSŽ	25 (4)	37.5 (6)	37.5 (6)
	NSŽ	46.2 (6)	46.2 (6)	7.7 (1)

Iš duomenų (6 lentelė) matyti, kad merginų grupėje nebuvo reikšmingų žalojimosi būdo pasirinkimo skirtumų tarp norėjusių ir nenorėjusių numirti. Tuo tarpu NSŽ grupės vaikinai pastebimai dažniau pasirinko išorinį (46.2) ar vidinį žalojimosi būdą (46.2), ir tik vienas nurodė kelis žalojimosi metodus.

7 lentelė. Pasirinkto žalojimosi būdo ir įvardinamo motyvo sąsajos (proc.)

		A	B	C	D	E	F	G	H
SSŽ	Išorinis	30.2	100	32.6	14	18.6	62.8	25.6	20.9
	Vidinis	49.2	100	10.2*	20.3	22^	54.2	28.8	18.6
	Mišrus	66.7*^	100	33.3	19	28.6	76.2	28.6	14.3
NSŽ	Išorinis	46.7	0	23.3	23.3	16.7	53.3	30	16.7
	Vidinis	37.8	0	13.5	32.4	5.4	48.6	21.6	24.3
	Mišrus	20	0	30	20	10	90	20	30
Viso	Išorinis	37	58.9	28.8	17.8	17.8	58.9	27.4	19.2
	Vidinis	44.8	61.5	11.5**	25	15.6	52.1	26	20.8
	Mišrus	51.6	67.7	32.3	19.4	22.6	80.6*	25.8	19.4

* p<0.05; p<0.01 – lyginant tarp skirtingų žalojimosi būdų; ^ p<0.05, lyginant SSŽ ir NSŽ grupes.

Matyti, kad bendroje imtyje bet kurį žalojimosi būdą pasirinkę paaugliai dažniausiai *norėjo numirti* (B) arba *išsivaduoti iš kankinamos dvasinės būsenos* (F). Tačiau mišrų būdą pasirinkę, dažniau nei kitaip save žalojantys paaugliai, *norėjo išsivaduoti iš kankinamos dvasinės būsenos* (80 proc., p<0.05) arba *norėjo nubausti save* (32.3 proc., p<0.01). Tiriamieji pavartoję vaistus ar kitas medžiagas didelėmis dozėmis, mažiausiai *norėjo nubausti save* (p<0.01). Ši tendencija buvo būdinga ir SSŽ grupei (p<0.05), ir NSŽ grupei (tačiau statistikai reikšmingo skirtumo nerasta). SSŽ grupės tiriamieji, susižaloję mišriu būdu, dažniau nei išorinį ar vidinį būdą pasirinkusieji, įvardino norą *parodyti, kaip beviltiškai tuo metu jautėsi* (p<0.05); šis skirtumas išlieka ir tarp SSŽ ir NSŽ grupių (p<0.05). Taip pat išryškėjo, kad vidinį būdą pasirinkusieji paaugliai, SSŽ grupėje dažniau (22 proc.), nei NSŽ grupėje (5.4 proc.), nurodė norą kažką susigražinti.

Taigi analizuodami savęs žalojimo būdus nustatėme, kad norėjusių ir nenorėjusių numirti merginų pasirenkami žalojimosi būdai reikšmingai nesiskiria: abiejų grupių merginos dažniausiai žalojosi vartodamos vaistus ar kitas medžiagas dideliais kiekiais. Norėjusieji numirti vaikinai dažniau pasirinkdavo kelis žalojimosi metodus vienu metu arba vartojo vaistus dideliais kiekiais, o nenorėjusieji numirti dažniausiai žalojosi išoriškai (pjaustėsi įvairias kūno vietas ir pan.) arba taip pat nuodijosi vaistais ar kitomis medžiagomis.

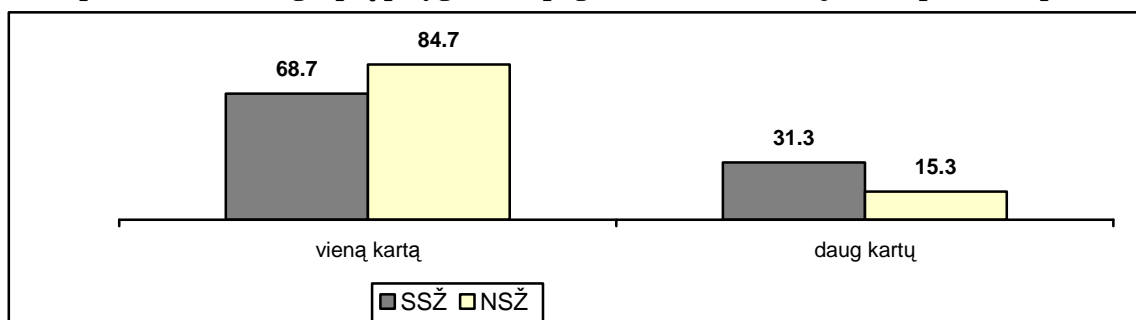
Žalojimosi būdo ir įvardinamo motyvo sąsajos neparodo reikšmingų dėsnų. Bet buvo pastebėta, kad perdozuojantys vaistus paaugliai norėjo save nubausti rečiau, nei pasirinkusieji kitus žalojimosi būdus. Taip pat paaugliai, pasirinkusieji kelis žalojimosi būdus vienu metu, dažniau nei

vien išoriniu ar vidiniu būdu žalojusieji paaugliai, norėjo išsivaduoti iš kankinamos dvasinės būsenos.

3.4.2. Save žalojančio elgesio pasikartojimas ir jo sąsajos su motyvais

Atsakydami į klausimą „Ar Jūs norėdami sau pakenkti, kada nors sąmoningai vartojote vaistus didelėmis dozėmis arba bandėte kitais būdais žalotis?“, paaugliai, pasirinkę atsakymą „Taip“, buvo prašomi nurodyti, ar jie žalojosi vieną kartą arba daug kartų. Siekdami atskleisti, kurie iš paauglių yra linkę kartoti žalojančius veiksmus, palyginsime jų atsakymus tarp SSŽ ir NSŽ grupių, bei skirtingus motyvus nurodančių grupių.

3 pav. SSŽ ir NSŽ grupių palyginimas pagal ankstesnius žalojimosi epizodus (proc.)



Remiantis rezultatais, tiek SSŽ, tiek NSŽ grupės paaugliai dažniausiai žalojosi tik vieną kartą, tačiau SSŽ grupės tiriamieji dvigubai dažniau (31.3 proc.), nei NSŽ grupėje (15.3 proc.), buvo linkę žalojimosi veiksmus kartoti. Tuo tarpu, NSŽ grupės tiriamieji žymiai dažniau pasakė, kad žalojosi tik vieną kartą, negu SSŽ paaugliai (atitinkamai – 84.7/ 68.7 proc.).

Taigi matome, kad daugkartinis žalojantis elgesys būdingesnis norėjusiems nei nenorėjusiems numirti paaugliams, ir šie skirtumai yra statistikai reikšmingi ($p < 0.01$).

Atskirai analizuojant merginų ir vaikų pogrupius, šie skirtumai tarp SSŽ ir NSŽ grupių taip pat pasitvirtina (žr. 8 lentelę.).

8 lentelė. SSŽ ir NSŽ grupių merginų ir vaikų polinkis kartoti save žalojančius veiksmus (proc.)

		Vieną kartą	Daug kartų
		Merginos	SSŽ
	NSŽ	81.9 (75.7)	18.1 (15)
Vaikinai	SSŽ	53.6 (15)	46.4 (13)***
	NSŽ	91.4 (32)***	8.6 (3)

*** $p < 0.001$, lyginant SSŽ ir NSŽ grupes

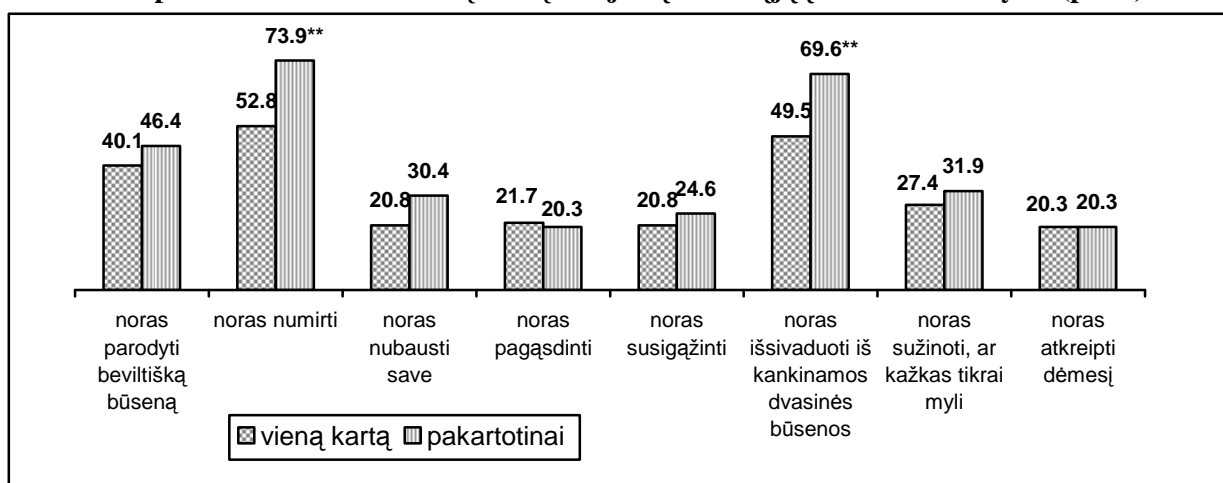
Iš duomenų matyti, kad daugkartinę žalojimosi patirtį dažniau turėjo SSŽ grupės merginos (28.1 proc.) ir vaikinai (46.4 proc.), nei NSŽ grupės (merginos – 18.1 proc., vaikinai – 8.6 proc.). Tačiau tik vaikų grupėje šis skirtumas yra statistikai reikšmingas ir nurodo gana stiprų suicidinės intencijos ir žalojimosi epizodų pasikartojimo ryšį: 37.8 proc. daugiau SSŽ grupės vaikų

prisipažino, kad žalojosi daug kartų ($p < 0.001$). Tuo tarpu daugumai NSŽ grupės paauglių įvardintas žalojimosi veiksmas buvo vienintelis epizodas (merginos – 81.9 proc., vaikinai – 91.4 proc.).

Dvejetainės logistinės regresijos pagalba tikrindami daugkartinio žalojimosi prognostinę reikšmę suicidiniam savęs žalojimui, nustatėme, kad tiriamajam nurodžius, kad jis žalojosi daug kartų, suicidinio savęs žalojimo galimybė (t.y., kad tiriamasis bus priskirtas SSŽ grupei) padidėja 2.53 karto ($p < 0.01$). Tačiau šio modelio Nagelkerke R^2 yra 0.05 ir nenurodo modelio patikimumo.

Palygindami pakartotinai ir vieną kartą save žalojusią tiriamųjų įvardinamus motyvus, pastebėjome, kad šioms grupėms būdingi tam tikri skirtumai (žr. 4 pav.)

4 pav. Pakartotinai ir vieną kartą žalojusią tiriamųjų įvardinami motyvai (proc.)



** $p < 0.01$ – lyginant vieną kartą ir pakartotinai save žalojančiųjų grupes

Matome, kad 21.1 proc. daugiau ($p < 0.001$) pakartotinai save žalojančių respondentų nurodė *norą numirti*, ir 20.1 proc. daugiau ($p < 0.001$) – *norą išsivaduoti iš kankinamos dvasinės būsenos*, negu vieną kartą save sužaloję tiriamieji. Analizuodami kitus motyvus statistikai reikšmingų skirtumų neradome, tačiau galima pastebėti, kad bet kurį motyvą dažniau įvardindavo pakartotinai save žalojantys tiriamieji, išskyrus *norą nubausti save* ir *norą atkreipti dėmesį*, kuriuos abi grupės pasirinko beveik vienodu dažnumu.

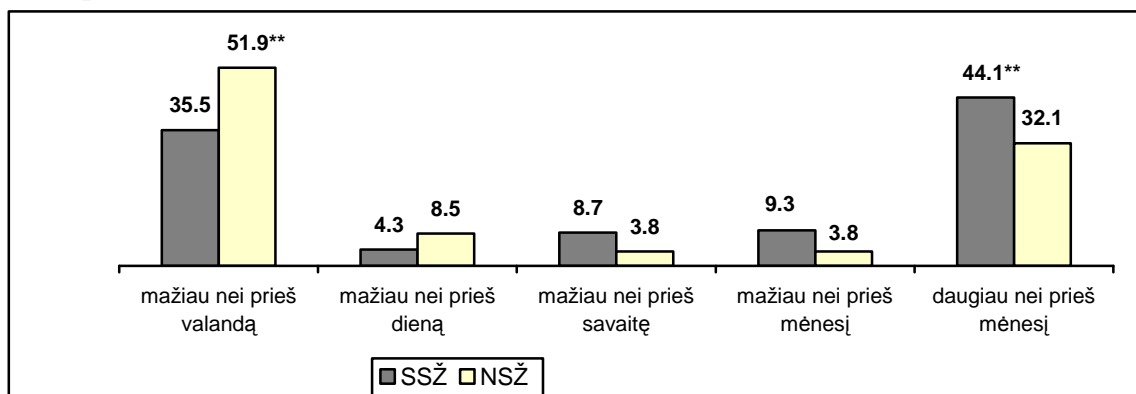
3.4.3. Planavimo trukmė

Atsakydami į klausimą „Prieš kiek laiko pradėjote galvoti apie žalojimąsi (prieš žalojant save), planuoti, kaip tai padarysite?“ tiriamieji galėjo pasirinkti vieną iš penkių atsakymų: „mažiau nei prieš valandą“, „Daugiau nei prieš valandą, bet mažiau nei prieš dieną“, „Daugiau nei prieš dieną, bet mažiau nei prieš savaitę“, „Daugiau nei prieš savaitę, bet mažiau nei prieš mėnesį“ arba „Prieš

mėnesį ir daugiau“. Į šį klausimą iš viso neatsakė 9 (14.3 proc.) vaikinai ir 5 (2.3 proc.) merginos. Bendras atsako dažnis – 95 proc.

Lyginami planavimo laiką tarp SSŽ ir NSŽ grupių, gavome šiuos rezultatus:

5 pav. SSŽ ir NSŽ grupių paauglių save žalojančio veiksmo planavimo trukmės skirstinys (proc.)



***p<0.01, lyginant SSŽ ir NSŽ grupes

Iš rezultatų (5 pav.) aiškiai matyti, kad save žalojančių paauglių planavimo laikui būdingi du kraštutiniai: žalojančio veiksmo planavimas dažniausiai prasideda mažiau nei prieš valandą, arba daugiau nei prieš mėnesį. Tačiau SSŽ ir NSŽ grupių paauglių pasiskirstymas pagal planavimo trukmę skiriasi. Daugiau negu pusė NSŽ grupės paauglių (51.9 proc.) apie žalojimąsi pradėjo galvoti mažiau nei prieš valandą, - tai 17.4 proc. daugiau, negu SSŽ grupėje (35.5 proc.). Tuo tarpu 12 proc. daugiau SSŽ grupės paauglių (44.1 proc.), negu NSŽ (32.1 proc.), apie žalojimąsi pradėjo galvoti daugiau nei prieš mėnesį. Šie skirtumai tarp grupių yra statistikai reikšmingi (p<0.01).

Lyginant SSŽ ir NSŽ grupių planavimo laiką tarp skirtingų lyčių, minėti skirtumai taip pat išryškėjo merginų ir vaikinų pogrupiuose (9 lentelė).

9 lentelė. Merginų ir vaikinų žalojimosi veiksmo planavimo trukmės palyginimas tarp SSŽ ir NSŽ grupių (proc.)

		Mažiau nei prieš valandą	Mažiau nei prieš dieną	Mažiau nei prieš savaitę	Mažiau nei prieš mėnesį	Daugiau nei prieš mėnesį
Merginos	SSŽ	32.8	4.5	9.7	10.4	42.5***
	NSŽ	55.7***	10.1	2.5	3.8	27.8
Vaikinai	SSŽ	37	3.7	3.7	3.7	51.9
	NSŽ	40.7	3.7	7.4	3.7	44.4

***p=0.001, lyginant SSŽ ir NSŽ grupes

Remiantis šiais duomenimis, merginų pogrupyje skirtumas tarp SSŽ ir NSŽ grupių planavimo trukmės yra itin didelis – net 22.9 proc. daugiau NSŽ grupės merginų apie žalojimąsi pradėjo galvoti prieš valandą, ir 14.7 proc. mažiau nei SSŽ grupėje – daugiau nei prieš mėnesį (p=0.001). Ši tendencija išlieka ir vaikinų grupėje, tačiau statistikai reikšmingų skirtumų nerasta.

Dvejetainės logistinės regresijos pagalba išskyrė prognozinę reikšmę SSŽ ir NSŽ elgesiui turinčius planavimo laiko intervalus („mažiau, nei prieš valandą“ buvo pradinė kategorija, su kuria lyginome kitų laiko intervalų prognozinę reikšmę) (10 lentelė).

10 lentelė. Save žalojančio elgesio planavimo trukmės ir noro numirti sąsajos

	Galimybių santykis (PI 95 proc.)	
	SSŽ	NSŽ
Mažiau nei prieš val.	1	1
Mažiau nei prieš dieną	0.79 (0.28-2.28)	1.26 (0.44-3.63)
Mažiau nei prieš savaitę	3.57*(1.1-11.52)	0.28* (0.09-0.91)
Mažiau nei prieš mėnesį	3.82*(1.19 – 12.25)	0.26* (0.08-0.84)
Daugiau nei prieš mėnesį	2.13**(1.22 – 3.7)	0.47** (0.27-0.82)

PI – pasikliautinis intervalas. * p<0.05; **p<0.01; ***p<0.001

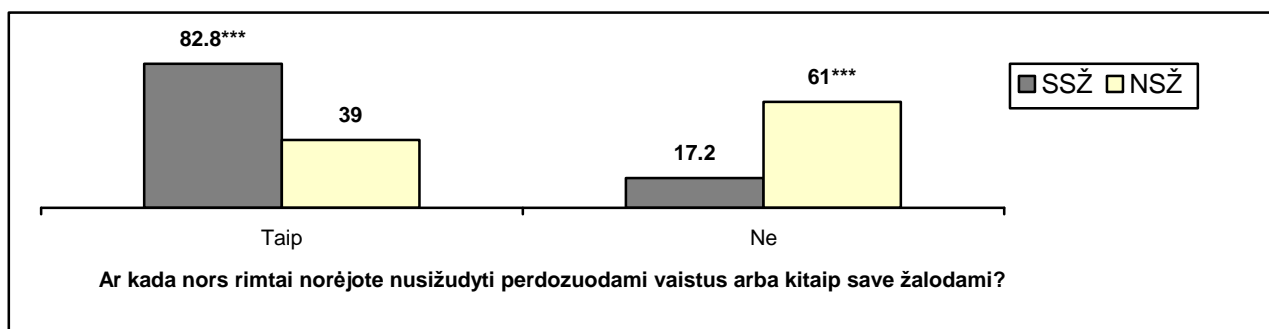
Iš gautų rezultatų matyti, kad planavimas nuo dienos iki mėnesio statistiškai reikšmingai didina SSŽ galimybę iki 3.82 karto (p<0.05), kai tiriamasis pradeda galvoti apie žalojimąsi ne mažiau nei prieš mėnesį. Žalojimosi planavimas daugiau nei prieš mėnesį šiek tiek sumažina SSŽ galimybę - iki 2.13 karto, tačiau turi stipresnę prognozinę reikšmę (p<0.01) negu kiti laiko intervalai. Atvirkštinė tendencija pasitvirtina, analizuojant pasiruošimo žalojimosi veiksmui prognozinę reikšmę NSŽ elgesiui, kurio galimybė 1.26 kartus padidėja, kai save žalojantis elgesys buvo planuojamas ne daugiau vienos dienos ir sumažėja iki 0.26 karto (p<0.05), kai savęs žalojimas yra apmąstomas tarp vienos dienos iki mėnesio. Kai apie žalojimąsi pradeda galvoti daugiau nei prieš mėnesį, NSŽ galimybė vėl šiek tiek padidėja nuo 0.26 iki 0.47 karto (lyginant su pasiruošimu mažiau nei prieš valandą) (p<0.01), bet vis tiek išlieka mažesnė, lyginant su pradine kategorija („mažiau nei prieš valandą). Šių modelių Nagelkerke R² yra 0.074.

Taigi norėjusieji numirti paaugliai buvo linkę ilgiau planuoti savęs žalojimą, tačiau statistiškai reikšmingas ryšis pastebėtas tik merginų grupėje.

3.5. Tiriamųjų grupių savižudiški ketinimai

Tyrimo metu paauglių buvo prašoma atsakyti „Ar kada nors rimtai norėjote nusižudyti perdozuodami vaistus arba kitaip save žalodami?“, pasirenkant vieną iš dviejų galimų atsakymų: „Taip“ ir „Ne“. Tokiu būdu buvo siekiama atskleisti paauglių žalojimosi savižudiškus ketinimus, kuriuos vėliau palyginome tarp SSŽ ir NSŽ grupių (6 pav.)

6 pav. SSŽ ir NSŽ grupių paauglių pasiskirstymas pagal savižudiškų ketinimų įvardinimą (proc.)



*** $p < 0.001$, lyginant tarp SSŽ ir NSŽ grupių

Prieš pradėdant analizuoti šiuos duomenis reikia atkreipti dėmesį, kad paauglių buvo klausiama apskritai, ar jie *kada nors* norėjo nusižudyti, ir tai nėra būtinai susiję su jų aprašytu žalojimosi veiksmu.

Remiantis gautais rezultatais, SSŽ grupės tiriamieji dvigubai dažniau atskleidė savižudiškus ketinimus (82.8 proc.), negu NSŽ grupės paaugliai (39 proc.) ($p < 0.001$). Įdomu pastebėti, kad net 17.2 proc. paauglių, priskirtų prie SSŽ grupės dėl įvardinto noro numirti, pažymėjo, kad niekada nenorėjo rimtai nusižudyti.

Lyginant merginų ir vaikinių atsakymus tarp SSŽ ir NSŽ grupių išlieka tas pats dėsningumas: SSŽ grupės tiriamieji, nepriklausomai nuo lyties, žymiai dažniau kada nors turėjo rimtus savižudiškus ketinimus, negu NSŽ grupės paaugliai (11 pav.).

11 lentelė. SSŽ ir NSŽ grupių savižudiškų ketinimų palyginimas merginų ir vaikinių pogrūpiuose (proc.)

Ar kada nors rimtai norėjote nusižudyti perdozuodami vaistus arba kitaip save žalodami?			
		Taip	Ne
Merginos	SSŽ	83.7 (113)***	16.3 (22)
	NSŽ	39.8 (33)	60.2 (50)***
Vaikinai	SSŽ	78.6 (22)***	21.4 (6)
	NSŽ	37.1 (13)	62.9 (22)***

*** $p < 0.001$, lyginant tarp SSŽ ir NSŽ grupių

Kada nors rimtai norėjo nusižudyti 23.5 proc. daugiau SSŽ grupės merginų (83.7 proc.), negu NSŽ grupės merginų (60.2 proc.) ($p < 0.001$). Vaikinių grupėje šis santykis yra 78.6 proc./62.9 proc. ($p = 0.001$).

Dvejetainės logistinės regresijos pagalba norėjome nustatyti, kurie iš aptartų save žalojančio elgesio veiksnių galėtų prognozuoti suicidinę arba nesuicidinę elgesio prigimtį. Šiuo tikslu į modelį įtraukėme šiuos nepriklausomus kintamuosius: savižudiški ketinimai, pasiruošimo save žalojančiam veiksmui trukmė, žalojimosi būdą (išorinis, vidinis ar mišrus) ir veiksmo pasikartojimo

rodiklį (vienkartinis/daugkartinis žalojimas). Priklausomas kintamasis buvo SSŽ arba NSŽ elgesys. Rezultatai parodė, kad modelis yra reikšmingas (Nagelkerke R² yra 0.32) ir SSŽ arba NSŽ geriausiai galima prognozuoti, atsižvelgiant į planavimo laiką (p < 0,01) ir ankstesnius bandymus žudyti (p < 0.001), kuriuos ir palikome galutiniame modelyje (Nagelkerke R² yra 0.28) (lentelė).

12 lentelė. SSŽ ir NSŽ sąsajos su veiksmo planavimo trukme ir ankstesniais bandymais žudyti

	Galimybių santykis (PI 95 proc.)	
	SSŽ	NSŽ
Mažiau, nei prieš val.	1	1
Mažiau, nei prieš dieną	0.49 (0.16-1.55)	2.03 (0.65-6.36)
Mažiau, nei prieš savaitę	2.01 (0.57-7.03)	0.5 (0.14-1.74)
Mažiau, nei prieš mėnesį	2.47 (0.7-8.65)	0.41 (0.12-1.42)
Daugiau, nei prieš mėnesį	1.75 (0.94-3.24)	0.57 (0.31-1.06)
Savižudiški ketinimai	6.87 (3.83-12.34)***	0.15 (0.08-0.26)***

***p<0.001

Iš duomenų matyti, kad esami ar ankstesni savižudiški ketinimai turi didžiausią SSŽ ir NSŽ prognostinę reikšmę. Bet kuriame išbandytame modelyje savižudiški ketinimai išlikdavo itin statistiškai reikšmingu rodikliu (p<0.001): SSŽ galimybę jie padidina iki 6.87 karto, o NSŽ galimybę sumažina iki 0.15 karto. Dėl savižudiškų ketinimų reikšmės stiprumo šiame modelyje sumažėja pasiruošimo trukmės reikšmingumas (kuris buvo aptartas kitame skyriuje), tačiau pakankamai aukštas Nagelkerke R² rodiklis (0.28) rodo, kad šio kintamojo įtraukimas į modelį yra prasmingas.

Taigi norėjusieji numirti paaugliai žymiai dažniau prisipažino esą kada nors turėję rimtų savižudiškų ketinimų, nei nenorėjusieji numirti paaugliai. Savižudiški ketinimai ir ilgesnis planavimo laikas yra labiausiai susiję su noro numirti įvardinimu.

3.6. Tiriamųjų grupių psichologinės charakteristikos

Siekiant įvertinti save žalojančių paauglių psichologinius ypatumus buvo įvertinti jų depresiškumo, nerimo, impulsyvumo ir savęs vertinimo rodikliai. Kiekvienas iš šių rodiklių buvo apskaičiuotas balais ir jų vidurkiai palyginti tarp SSŽ ir NSŽ grupių atskirai merginų ir vaikų. (13-16 lentelės)

Remiantis 13 lentelėje pateiktais duomenimis, SSŽ ir NSŽ grupių depresiškumo rodiklių vidurkiai skiriasi – SSŽ grupėje depresiškumo rodiklis yra statistikai reikšmingai aukštesnis (6.8), nei lyginamojoje grupėje (5.76) (p<0.05). Šis dėsniumas pasitvirtina ir skirtingų lyčių grupėse, tačiau tik merginų grupėje yra statistikai reikšmingas (p<0.05).

13 lentelė. SSŽ ir NSŽ grupių depresiškumo skalės vidurkių palyginimas

		n	Vidurkis	SN
Merginos	SSŽ	135	6.3*^	3.5
	NSŽ	83	5.23	3.18
Vaikinai	SSŽ	28	9.21	1.15
	NSŽ	35	7.03	0.67
Viso	SSŽ	163	6.8*	4.18
	NSŽ	118	5.76	3.51

n – tiriamųjų skaičius, SN – standartinis nuokrypis

**p<0.01; *p<0.05 – lyginant SSŽ ir NSŽ grupes; ^p<0.05 – lyginant merginas su vaikinais

Analizuojant nerimo skalės rodiklius (14 lentelė) matome, kad nepriklausomai nuo tiriamųjų lyties, SSŽ grupei būdingas didesnis nerimo vidurkis (10.08), negu NSŽ grupei (8.75), tačiau statistiškai reikšmingas jis nustatytas tik merginų grupei (SSŽ – 10.09, NSŽ – 9.02) (p< 0.05) ir bendrai imčiai (p<0.01).

14 lentelė. SSŽ ir NSŽ grupių nerimo skalės vidurkių palyginimas

		n	Vidurkis	SN
Merginos	SSŽ	135	10.09*	3.39
	NSŽ	83	9.02	3.18
Vaikinai	SSŽ	28	10.04	4.96
	NSŽ	35	8.09	3.79
Viso	SSŽ	163	10.08**	3.69
	NSŽ	118	8.75	3.38

n – tiriamųjų skaičius, SN – standartinis nuokrypis

**p<0.01; *p<0.05 – lyginant SSŽ ir NSŽ grupes; ^p<0.05 – lyginant merginas su vaikinais

Lygindami impulsyvumo skalių vidurkius tarp merginų ir vaikų, bei SSŽ ir NSŽ grupių, statistikai reikšmingų skirtumų neradome (15 lentelė). Tačiau iš rezultatų matyti, kad tiek merginų, tiek vaikų grupėse aukštesni impulsyvumo vidurkiai buvo būdingi SSŽ grupei.

15 lentelė. SSŽ ir NSŽ grupių impulsyvumo skalės vidurkių palyginimas

		n	Vidurkis	SN
Merginos	SSŽ	135	8.92	3.06
	NSŽ	83	8.25	2.47
Vaikinai	SSŽ	28	9.61	3.4
	NSŽ	35	8.83	2.97
Viso	SSŽ	163	9.04	3.12
	NSŽ	118	8.42	2.63

n – tiriamųjų skaičius, SN – standartinis nuokrypis

Savęs vertinimo skalės vidurkiai statistiškai reikšmingai skyrėsi tarp SSŽ ir NSŽ grupių ir buvo aukštesni NSŽ grupės paauglių (p<0.05) (16 lentelė).

16 lentelė. SSŽ ir NSŽ grupių savęs vertinimo skalės vidurkių palyginimas

		n	Vidurkis	SN
Merginos	SSŽ	135	10.84	3.45
	NSŽ	83	11.65	3.75
Vaikinai	SSŽ	28	10	4.33
	NSŽ	35	11.8	3.6
Viso	SSŽ	163	10.69	3.62
	NSŽ	118	11.69*	3.69

n – tiriamųjų skaičius, SN – standartinis nuokrypis

**p<0.01; *p<0.05 – lyginant SSŽ ir NSŽ grupes; ^p<0.05 – lyginant merginas su vaikinais

Atskirai merginų ir vaikinų pogrupiams statistiškai reikšmingo skirtumo tarp SSŽ ir NSŽ grupių nerasta, tačiau išlieka tas pats dėsniumas SSŽ grupės merginoms ir vaikinams buvo būdingas žemesnis savęs vertinimo skalės vidurkis (10.84/10), nei NSŽ grupės merginoms ir vaikinams (11.65/11.8).

Apibendrinant norėjusiųjų ir nenorėjusiųjų numirti paauglių psichologines charakteristikas, turime pastebėti, kad nepriklausomai nuo lyties, norėjusiems numirti paaugliams yra būdingi aukštesni depresiškumo bei nerimo skalių vidurkiai, ir žemesni savęs vertinimo skalių vidurkiai. Impulsyvumo skalių vidurkiai tarp grupių nesiskiria.

REZULTATŲ APTARIMAS

4.1. Tiriamųjų grupių sociodemografinės charakteristikos

Tyrimo duomenimis, daugiau nei pusė merginų (61.9 proc.) ir 44.4 proc. vaikinių save žalodami turėjo mirties ketinimų. Taigi merginos dažniau norėjo numirti, negu vaikinai. Remiantis šiais rezultatais, turėtume tikėtis, kad ir įvykdytų savižudybių skaičius bus didesnis tarp merginų nei vaikinių, tačiau tai neatitinka Lietuvos savižudybių statistikos, remiantis kuria vaikinių nusižudo 3 kartus daugiau nei merginų. Mūsų gauti rezultatai taip pat neatitinka ketinimo numirti reikšmę tyrinėjusios Jurgaitytės-Avižinienės (2002) gautų duomenų, kad save nuodiję vaikinai dažniau nei merginos turi rimtų ketinimų numirti. Tačiau šiuos duomenų neatitikimus galėtų paaiškinti keli svarbūs faktoriai: imties ypatumai, skirtingų lyčių psichologinės savybės ir žalojimosi būdų ypatumai. Save žalojančių paauglių grupėje merginų buvo beveik trigubai daugiau (n=218) nei vaikinių (n=63), todėl mažesnis vaikinių skaičius galėjo blogiau atspindėti bendrą save žalojančių vaikinių imtį, negu merginų. Taip pat merginos dažnai lengviau prisipažįsta dėl suicidinių ketinimų nei vaikinai ir yra daugiau motyvuotos ieškoti pagalbos (Brickman, 2004), tai galėjo nulemti jų atsakymus ir mūsų tyrime. Taip pat Jurgaitytės-Avižinienės (2002) gauti rezultatai galėjo būti susiję su klinikinės imties ypatumais.

Palygindami norėjusių ir nenorėjusių numirti paauglių grupių šeimos sudėtį, pastebėjome, kad pirmieji dažniau gyvena su patėviu ir net dvigubai dažniau su kuo nors kitu (kitas šeimos narys ar globėjas) ir rečiau gyvena pilnoje šeimoje. Tai patvirtina ir daugelio tyrėjų nuomonę, kad mėginantys nusižudyti paaugliai dažnai būna iš išsiskirusių, smurtaujančių, konfliktiškų šeimų (Gratz, 2002; Ribakovienė, 2002), tuo tarpu kai nesuicidiškai save žalojantys paaugliai dažnai gyvena pilnose šeimose, kurioms būdingas sutrikęs funkcionavimas ar vidinės problemos (smurtas, priklausomybės nuo psichoaktyvių medžiagų, psichiniai sutrikimai) (Walsh, 2006).

4.2. Tiriamųjų grupių įvardinamos priežastys ir motyvai

Tiek įvardinusieji, tiek neįvardinusieji noro numirti paaugliai dažniausiai minėjo, kad save žalodami norėjo parodyti, kaip beviltiškai jaučiasi arba išsivaduoti iš kankinamos dvasinės būsenos. Tai parodo, kad tiek pirmos, tiek antros grupės tiriamiesiems savęs žalojimas dažniausiai atlieka komunikacinę arba emocijų kontrolės funkciją. – savęs žalojimo pagalba jie nori parodyti kitiems, kad jaučiasi nelaimingi ir taip pat nori palengvinti sunkius psichologinius išgyvenimus (Nock, Prinstein, 2004). Šios save žalojančio elgesio funkcijos daugelio šiuolaikinių mokslininkų (Nixon, 2002; Strong, 1999; Walsh, 2006) yra pripažintos svarbiausiais savęs žalojimo skatinančiais veiksniais. Ypatingai pabrėžiama emocijų reguliacijos ar išraiškos svarba – nesuicidinių žalojimosi

veiksmų pagalba paaugliai išreiškia nuslopintas nepakeliamas emocijas ir tokiu būdu stengiasi jas sukontroliuoti (Favazza, 1992), tuo tarpu mėginantys nusižudyti siekia tų pačių tikslų, bet kitais drastiškesniais metodais – netoleruotinas psichologinis skausmas nebegali būti sukontroliuotas, todėl jie ryžtasi nusižudyti ir visam nutraukti bet kokius jausmus (Walsh, 2006). Tai patvirtina ir įvardijamų priežasčių analizė – nors abiejų grupių paauglius save žalojančiam veiksmui dažniausiai paskatino slegiantys jausmai, ketinusieji numirti šią priežastį įvardino statistiškai reikšmingai dažniau (atitinkamai – 45.4 proc./ 33.1 proc.), kas byloja apie jų blogesnę psichologinę savijautą.

Tarp norėjusių ir nenorėjusių numirti paauglių motyvų buvo rastas vienintelis statistiškai reikšmingas skirtumas – 10 proc. daugiau neketinusių numirti atsakė, kad norėjo kažką pagąsdinti (27.1 proc.). Taip pat nenorėjusieji numirti dažniau atsakė, kad norėjo atkreipti kažkieno dėmesį (22.9 proc.). Iš tikrųjų tai buvo vieninteliai du teiginiai, kuriuos nesuicidinio savęs žalojimo grupės paaugliai pasirinko dažniau, nei kitos grupės tiriamieji. Visus kitus motyvus norėjusieji numirti įvardindavo dažniau. Pastebime, kad šie teiginiai yra gana manipuliatyvios prigimties ir norėjusiųjų numirti paauglių grupėje turėjo mažiausiai įtakos save žalojančiam elgesiui atsirasti. Tai rodo, kad nenorėjusieji numirti paaugliai dažniau save žalojančiu elgesiu nori paveikti kitus, tačiau negalime šio teiginio suabsoliutinti – net ir šioje tiriamųjų grupėje šiuos motyvus paminėjo mažiau nei 30 proc. paauglių. Tai patvirtina ir daugelio autorių nuomonę, kad dažniausiai savęs žalojimas nėra susijęs su manipuliacijomis, bet paskatinamas kitų intrapersonalinių motyvų (Gratz, 2003).

Bendrai analizuojant intrapersonalinių ir socialinių motyvų pasiskirstymą tarp norėjusių ir nenorėjusių numirti paauglių, pastebime, kad nėra statistiškai reikšmingų skirtumų tarp kitų įvardinamų save žalojančio elgesio motyvų (išskyrus minėtą „norą pagąsdinti“). Abiejose grupėse save žalodami paaugliai siekė įvairiausių tikslų - norėjo parodyti beviltišką būseną, nubausti save, kažką susigražinti, išsivaduoti iš kankinamos dvasinės būsenos, sužinoti, ar kažkas tikrai myli, atkreipti dėmesį. Panašius rezultatus gavo Jurgaitytė-Avižinienė (2002), tyrusi ketinusių numirti ir kitų ketinimų turėjusių apsinuodijusių paauglių subjektyviai įvardijamas save žalojančio elgesio priežastis – abiems grupėms buvo būdingi tiek intrapersonaliniai, tiek interpersonaliniai motyvai.

Atskirai analizuodami merginų ir vaikinių grupes, didelius skirtumus radome tarp norėjusių ir nenorėjusių numirti vaikinių motyvų: 12.1 proc. daugiau norėjusių numirti vaikinių norėjo parodyti beviltišką savijautą, 10 proc. daugiau – norėjo nubausti save, 12.8 proc. daugiau – norėjo kažką susigražinti, 29.3 proc. daugiau – norėjo išsivaduoti iš kankinamos dvasinės būsenos ir 16.4 proc. daugiau – norėjo sužinoti, ar kažkas tikrai myli. Deja dėl mažos vaikinių grupės negalėjome nustatyti statistinių reikšmių, tačiau skirtumai yra akivaizdūs. Tuo tarpu norėjusių numirti merginų grupėje nė vienas iš motyvų neturėjo reikšmingai didesnės vertės, negu neketinusių numirti. Šie duomenys rodo, kad tam tikri motyvai turi gana svarbią reikšmę vaikinių suicidiniams elgesiui pasireikšti, ir beveik neįtakoja merginų sprendimo nusižudyti. Remiantis šio tyrimo rezultatais Laskytė (2009) nustatė, kad vaikinai yra šiek tiek impulsyvesni nei merginos (tačiau skirtumai

nebuvo statistiškai reikšmingi) ir dažnai žalojosi būdami apsvaigę nuo alkoholio ar narkotikų, kurie galėtų dar daugiau paskatinti impulsyvų elgesį ir iš dalies paaiškinti, kodėl vaikinių savižudiškas elgesys daugiau priklauso nuo tam tikrų motyvų. Tačiau Laskytė (2009) taip pat atskleidė, kad daugiau vaikinių nei merginų yra linkę ilgiau ruoštis žalojimuisi ir tai turėtų sumažinti konkrečių motyvų įtaką, o merginoms, dažniausiai žalojančioms impulsyviai (40.4 proc. pradėjo galvoti apie žalojimąsi mažiau nei prieš valandą) kaip tik turėtų būti būdinga stipresnė konkrečių motyvų įtaka. Taigi šiuos skirtumus gana sunku paaiškinti, ir merginų bei vaikinių žalojimosi motyvų ir funkcijų skirtumai galėtų būti tolesnių tyrimų tikslais.

Norėdami geriau suprasti save žalojančių paauglių motyvų tarpusavio sąsajas atradome, kad intrapersonaliniai ir socialiniai motyvai tarpusavyje yra gana susiję – intrapersonalinių motyvų galimybė padidindavo socialiniai, ir atvirkščiai. Pvz., intrapersonalinio motyvo „norėjau nubausti save“ galimybė didėjo 2.44 kartus, kai tiriamasis atsakė „norėjau kažką susigrąžinti“, 2.51 karto – kai tiriamasis atsakė „norėjau išsivaduoti iš kankinamos dvasinės būsenos“, net 4.03 karto – norėjau sužinoti, ar kažkas tikrai myli“. Šis pavyzdys rodo intrapersonalinių ir socialinių motyvų koegzistavimą ir iškelia klausimą apie šių motyvų atskirimo prasmingumą panašiuose tyrimuose. Kiekvienas tiriamasis nurodo kelis motyvus, todėl reikia atsargiai vertinti, kuriai grupei kuris motyvas yra labiau būdingas.

4.3. Tiriamųjų grupių save žalojantis elgesys

Žalojimosi būdas. Analizuodami save žalojančio elgesio apraiškas, pastebėjome, kad žalojimosi būdo pasirinkimas žymiai nesiskyrė tarp norėjusių ir nenorėjusių numirti - abiejų grupių paaugliai dažniausiai žalojosi perdozuodami vaistus. Tai atspindi bendrą Lietuvos paauglių žalojimosi tendenciją – nusinuodijimas yra labiausiai paplitęs paauglių savižudybių (Petrauskienė ir kt., 2004) ir savęs žalojimo (Laskytė, 2009) būdas. Išsamiau analizuodami merginų ir vaikinių grupes, aptikome tam tikrų skirtumų. Merginoms buvo būdingas tas pats dėsningumas – dauguma, nepriklausomai nuo noro numirti, pasirinko vidinį žalojimosi būdą. Vaikinai taip pat dažniausiai pasirinkdavo nuodijimąsi vaistais, tačiau norėjusieji numirti tiek pat dažnai pasirinko ir kelis metodus vienu metu, o nenorėjusieji numirti – pjovėsi rankas ar kitaip išoriškai žalojosi ne rečiau, nei nuodijosi. Kelių žalojimosi būdų naudojimas galėtų rodyti vaikinių stipresnę intenciją numirti ir jiems būdinga didesnę savižudybės riziką (Nock, 2006). Tai paaiškintų, kodėl merginos dažniau mėgina, o vaikinai įvykdo savižudybę. Tačiau taip pat kelių metodų naudojimas gali būti susijęs su vaikinių dažnesniu svaigalų, bei narkotikų vartojimu savęs žalojimo metu (31.9 proc. dažniau, nei merginos) (Laskytė, 2009), kuris galėjo paskatinti eksperimentuoti.

Siekdami išaiškinti, ar bendrai skirtingi save žalojančio elgesio motyvai gali nulemti tam tikrų žalojimosi būdų pasirinkimą, išanalizavome visų motyvų įvairovės sąsajas su tam tikrais žalojimosi

būdais. Išoriškai save žalojantys paaugliai vienodai dažnai norėjo numirti (58.9 proc.) arba išsivaduoti iš kankinamos dvasinės būsenos (58.9 proc.), vaistus dideliais kiekiais vartojantys paaugliai dažniausiai norėjo numirti (61.5 proc.), o keliais metodais vieno atvejo metu žalojantys paaugliai – išsivaduoti iš kankinamos dvasinės būsenos (80.6 proc.). Tai patvirtina Rodham ir Hawton (2004) atradimus, kad perdozuojantys vaistus paaugliai dažniau nori numirti, nei kitus savęs žalojimo būdus pasirenkantys jų bendraamžiai.

Tačiau norėjusių ir nenorėjusių numirti paauglių, siekiančių parodyti beviltišką savijautą, žalojimosi būdų pasirinkimas skyrėsi: pirmieji dažniau naudojo kelis žalojimosi metodus, o antrieji - pjovėsi rankas ar kitaip išoriškai save žalojo. Taip pat mišrus būdas dominavo tarp paauglių, norinčiųjų išsivaduoti iš kankinamos dvasinės būsenos. Šiuos rezultatus gana sudėtinga vertinti, nes tiriamųjų kartu nurodomų kelių žalojimosi metodų įvairovė skyrėsi ir negalime vienareikšmiškai teigti, ar mišrus žalojimosi būdas buvo sunkesnis ar lengvesnis nei rankų pjaustymas. Walsh (2006) teigia, kad kelių žalojimosi metodų naudojimas tuo pačiu metu daugiau būdingas nenorėjusiems numirti paaugliams ir rodo didesnę ambivalenciją. Tuo tarpu Nock (2006) laikosi nuomonės, kad didesnė žalojimosi metodų įvairovė byloja apie aukštesnę suicidinę riziką.

Ankstesni žalojimosi epizodai. Analizuodami norėjusių ir nenorėjusių numirti paauglių ankstesnius žalojimosi epizodus nustatėme, kad 16 proc. daugiau ketinusių numirti žalojosi nebe pirmą kartą. Tačiau šie rezultatai buvo daugiausia nulemti vaikinų grupės atsakymų - 37.8 proc. daugiau norėjusių nei nenorėjusių numirti vaikinų turėjo daugkartinę žalojimosi patirtį ir net 91.4 proc. neketinusių numirti – žalojosi pirmą kartą. Iš pirmo žvilgsnio, tai nepatvirtina Walsh (2006) idėjos, kad pasikartojantis savęs žalojimas yra daugiau būdingas suicidinės intencijos neturintiems paaugliams. Tačiau mes nežinome apie ankstesnių žalojimosi epizodų prigimtį – ar juos charakterizavo suicidinis motyvas. Mes tik galime spėlioti, ar šie paaugliai sakydami, kad jie žalojosi daug kartų, turi omeny mėginimus nusižudyti, ar jie anksčiau žalojosi be suicidinės intencijos. Tikėtina, kad rastume abiejų pavyzdžių. Todėl negalime nei patvirtinti, nei paneigti Walsh (2006) iškeltos idėjos ir tik konstatuoti, kad bet koks savęs žalojimas – suicidinis ar nesuicidinis, - didina mėginimo nusižudyti riziką. Tai patvirtina ir daugelio kitų autorių tyrinėjimai (Hawton, 2006, Gailienė, 2001). Nock (2006) tvirtino, kad nesuicidinis save žalojantis elgesys pasikartoja dažniau, nei bandymai nusižudyti, tačiau daugelį kartų save žalojant švelnesniais būdais, be sąmoningo noro nusižudyti, paauglys palaipsniui save „nujautrina“ ir vėliau gali drąsiau žengti link drastiškesnio žalojimosi būdo ar savižudybės.

Įdomu tai, kad Jurgaitytės-Avižinienės (2002) atlikto tyrimo metu buvo gauti priešingi rezultatai – dauguma ketinusiųjų numirti jaunuolių žudytis bandė pirmą kartą, o dauguma kitų ketinimų turėjusių jaunuolių žalojosi jau nebe pirmą kartą. Šie skirtumai galėjo atsirasti dėl Jurgaitytės-Avižinienės tirinėtoms imties klinikinio pobūdžio – visi tiriamieji buvo ligoninės toksikologijos

skyrėms pacientams, kurie bandė nusinuodyti. Taigi dauguma šių jaunuolių bandė žalotis drastiškesniais metodais, negu mūsų tyrime dalyvavusieji paaugliai (tik 13.5 proc. mūsų tiriamųjų po žalojimosi buvo patekę į ligoninę (Laskytė, 2009)), kas kelia mintį, jog minėtiems jaunuoliams buvo būdinga aukštesnė savižudybės rizika, paskatinusi imtis rimtų žalojimosi metodų. Tokiu atveju Jurgaitytės-Avižinienės neketinusieji numirti tiriamieji galėjo būti suicidiškesni, nei mūsų tiriamieji.

Norėdami sužinoti, ar savęs žalojimo epizodų pasikartojimas yra reikšmingai susijęs su tam tikrais motyvais, palyginome pirmą kartą ir pakartotinai save žalojusią paauglių elgesį paaiškinančias priežastis. Nepriklausomai nuo to, ar paaugliai žalojosi pirmą kartą, ar ne, dauguma norėjo numirti, arba išsivaduoti iš kankinamos dvasinės būsenos, ir tai atitinka bendros save žalojančių paauglių imties rezultatus (Laskytė, 2009). Tačiau pakartotinai save žalojantys paaugliai šiuos motyvus nurodė statistiškai reikšmingai dažniau nei pirmą kartą žalojantys paaugliai. Kaip jau minėjome, tai patvirtina skirtingų tyrėjų nuomonę, kad pakartotinai save žalojantys paaugliai yra labiau apsisprendę dėl noro numirti ir pakliūna į didesnės savižudybių rizikos grupę (Hawton, 2006; Nock, 2006). Tuo tarpu pakartotinai save žalojančių paauglių dominuojantis noras išsivaduoti iš kankinamos dvasinės būsenos gali atspindėti emocijų kontrolės funkciją (Gratz, 2003; Haines, 1995; Favazza, 1996). Strong (1998) tvirtina, kad save žalodami paaugliai išreiškia neigiamas emocijas ir kankinančius jausmus, tarsi iškeldindami juos į paviršių, o toleruotinas fizinis skausmas užgniaužia nepakeliamą psichologinį sielvartą. Savęs žalojimas gali atspindėti asmens vengimą spręsti iškilusius sunkumus ir tapti problemų įveikos strategija, kai destruktivūs veiksmai tampa automatiniu atsaku į neigiamas emocijas, susijusias su problemų sprendimu. Kai kurie tyrėjai (Yadhu ir kt., 1993) pasikartojantį žalojimąsi aiškina biologiniais procesais, kurių dėka asmeniui susižalojant, išsiskiria endorfinai, sukeltys malonius pojūčius. Norėdamas atnaujinti šiuos pojūčius asmuo gali bandyti vėl žalotis, tačiau tai paaiškintų tik rankas, ar kitas vietas pjaustančių paauglių veiksmus.

Planavimo laikas. Analizuodami norėjusių ir nenorėjusių numirti save žalojančių paauglių save žalojančio veiksmo planavimo trukmės ypatumus, pirmiausia pastebėjome, kad abiejose grupėse dauguma paauglių apie žalojimąsi pradėjo galvoti mažiau nei prieš valandą, arba daugiau nei prieš mėnesį. Tačiau pastebėjome, kad statistiškai reikšmingai dažniau nenurodusieji noro numirti paaugliai apie žalojimąsi pradėjo galvoti mažiau nei prieš valandą, o norėjusieji numirti statistiškai reikšmingai dažniau – daugiau nei prieš mėnesį. Tai rodo, kad nenorėjusiems numirti buvo būdingas didesnis impulsyvumas, o norėjusieji numirti linkę daugiau apmąstyti žalojimosi veiksmą. Šie rezultatai patvirtina Strong (1999), Favazza (1996), Walsh (2006) nuomonę, kad nesuicidiniai save žalojantys veiksmai dažniau nei bandymai žudyti būna impulsyvios, situacinės prigimties ir yra atsakas į tuo metu kilusius jausmus.

Lygindami skirtingų lyčių grupes, patvirtinome šį dėsnį, tačiau tik merginų grupėje skirtumai tarp ketinusių ir neketinusių numirti buvo statistiškai reikšmingi.

Sprendžiant apie tiriamųjų intenciją numirti, didžiausią prognostinę reikšmę turėjo žalojimosi veiksmui pasiruošimo trukmės rodikliai ir tiriamųjų savižudiški ketinimai. Suicidinio elgesio galimybę 2.47 kartus didino žalojimosi planavimas mažiau nei prieš mėnesį ir daugiau nei prieš savaitę, o taip pat net 6.87 kartus – tiriamųjų išsakyti savižudiški ketinimai. Tuo tarpu nesuicidinio save žalojančio elgesio galimybę 2.03 kartus didino mažiau nei vienos dienos trukmės žalojimosi planavimas, ir labiausiai mažino – ankstesni savižudiški ketinimai.

4.4. Tiriamųjų grupių psichologiniai ypatumai

Tirdami paauglių psichologinius ypatumus, pasinaudojome depresiškumo, nerimo, impulsyvumo ir savęs vertinimo skalių įvertinimais.

Remiantis mūsų duomenimis, norėjusieji numirti paaugliai, nepriklausomai nuo lyties, yra depresiškesni nei neįvardinusieji noro numirti save žalojantys paaugliai. Apsisprendimas numirti parodo asmens kraštutinį pesimizmą ir neviltį. Harrington (2001) pastebi, kad abiem grupėms – mėginantiems nusižudyti ir nesuicidiškai save žalojantiems paaugliams, yra būdingi depresijos simptomai, tačiau depresijos sutrikimas yra dažniau diagnozuojamas pirmiesiems. Nesuicidiškai save žalojantys paaugliai paprastai turi elgesio ar tarpasmeninių problemų, bet jiems palyginus retai būdingi psichiniai sutrikimai. Panašius rezultatus gavo Jurgutytė-Avižinienė (2002), tyrusi ketinusių ir kitų ketinimų turėjusių jaunuolių nevilties lygį, kuris vertinamas, kaip svarbus depresijos simptomas. Pasak jos, „neigiamas ateities matymas, kaip pagrindinis nevilties komponentas, gali diferencijuoti ketinusių mirti ir turėjusių kitų ketinimų jaunuolius“ (Jurgutytė-Avižinienė, 2002, P. 55).

Svarbu paminėti, kad mūsų tyrimo atveju buvo nustatyti aukštesni vaikinų depresiškumo rodikliai, nei merginų – netgi neketinę numirti vaikinai yra depresiškesni, nei ketinusios numirti merginos. Tai prieštarauja daugelio tyrėjų nuomonei, kad merginoms yra būdingi aukštesni depresijos ir depresijos simptomų rodikliai (Harrington, 2001; Ribakovienė it kt., 2002). Šio tyrimo autorė (Laskytė, 2002) šiuos skirtumus yra linkusi paaiškinti naudojama skale, kuri įvertina paauglių depresiškumą, bet ne klinikinės depresijos simptomus. Taip pat aukštesnį depresiškumą ji sieja su alkoholio ir narkotikų vartojimu, kuris, remiantis šio tyrimo duomenimis, buvo būdingas daugiau vaikinams, nei merginoms.

Aukštesni nerimo rodikliai taip pat buvo būdingi norėjusiems numirti paaugliams. Nerimas yra vienas iš depresijos simptomų, todėl galima buvo tikėtis, kad aukštesniam depresiškumui yra būdingas ir žymesnis nerimastingumas. Atsiminkime, kad daugiau norėjusių nei nenorėjusių numirti paauglių savęs žalojimą aiškina slegiančiais jausmais, jiems daugiau būdingi rimti

savižudiški ketinimai ir pasikartojantys žalojimosi epizodai. Neabejotinai, visi šie faktoriai įtakoja ir jų didesnę nerimo lygį.

Walsh (2006), Harrington (2001) teigia, kad nesuicidiškiems save žalojantiems veiksams yra būdingas didesnis impulsyvumas, nei suicidiniams bandymams. Galvojama, kad nesuicidiškai save žalojantys asmenys turi sunkumų kontroliuojant savo elgesį ir emocijas, todėl dažnai pastebimas jų aukštesnis elgesio impulsyvumas (Webster, 1997). Tačiau remiantis mūsų duomenimis, šis dėsniumas nepasitvirtino. Atvirkščiai, buvo pastebėtas šiek tiek aukštesnis norėjusių numirti paauglių impulsyvumas, bet skirtumai buvo labai nereikšmingi, todėl galime teigti, kad abiem grupėms yra būdingas vienodas impulsyvumo lygis. Tai paaiškina vis dėl to daugelio autorių nuomonę, kad suicidiniai bandymai taip pat dažniausiai yra impulsyvūs. Simon, Swann ir kt. (2008) atskleidė, kad net 24 proc. aukštu mirtingumu pasižymėjusių savižudybių bandymų buvo inicijuoti impulsyviai, per 5 minutes nuo sprendimo nusižudyti priėmimo. Zouk ir kt. (2006) nustatė, kad impulsyvūs savižudybės bandymai yra daugiausia būdingi jauniems žmonėms, nei suaugusiems, kas atitiktų ir mūsų tiriamųjų grupę.

Pastebėjome, kad norėjusieji numirti paaugliai pasižymi statistiškai reikšmingai žemesniu savęs vertinimu, nei save žaloję, bet nenorėję numirti paaugliai. Savęs vertinimo palaikymui yra labai svarbūs sėkmingi santykiai su kitais, nes, kaip pažymi Cooley (1912, cit. pagal McElroy, 2004), subjektyvus kitų nuomonės apie save interpretavimas yra svarbiausias savęs vertinimo šaltinis. Norėjusieji numirti paaugliai rečiau, nei nenorėjusieji mirti, gyveno su pilna šeima arba bent su vienu iš tėvų. Tai galėjo turėti įtakos ir jų žemesniam savęs vertinimui, nes būtent tėvai, kaip svarbiausi ir artimiausi vaikui žmonės, padeda pagrindą vaiko asmenybės, o tuo tarpu ir savęs vertinimo formavimuisi. Svarbu paminėti, kad Jurgaitytės-Avižinienės (2002) gauti rezultatai taip pat parodė ketinusiųjų numirti žemesnius savęs vertinimo rodiklius, todėl šiuos duomenis galime vertinti gana patikimai.

4.5. Apibendrinimas

Norėjusiųjų ir nenorėjusiųjų numirti save žalojusių paauglių grupės vienija gana panašūs motyvai, tačiau joms yra būdingi ir tam tikri save žalojančio elgesio vidinių veiksnių skirtumai. Norintys numirti paaugliai ilgiau planuoja žalojimosi veiksmą, yra daugiau linkę jį kartoti ir dažniau turi rimtų ketinimų nusižudyti, nei nenorintys numirti save žalojantys paaugliai. Taip pat norintiems numirti paaugliams būdinga blogesnė psichologinė savijauta – jie yra depresiškesni, nerimastingesni, pasižymi žemesniu savęs vertinimu, nei nenorėjusiųjų numirti grupės paaugliai. Tačiau pastebėta, kad norėjusiems ir nenorėjusiems numirti merginoms ir vaikinams tam tikrų atsakymų pasirinkimo dažniai skiriasi. Pvz., merginoms noras numirti buvo labiausiai susijęs su ilgesniu planavimo laiku, o vaikinams – su savęs žalojimo epizodų kartojimu. Tai parodo, kad nėra

pakankama atskirti norėjusių ir nenorėjusių numirti paauglių grupes, bet analizuoti ir kiekvienos grupės lyčių skirtumus. Deja šio tyrimo metu vaikinų buvo žymiai mažiau nei merginų, todėl nesusidarė galimybė šias grupes palyginti pagal kai kurių veiksnių įtaką.

Kalbant apie norėjusių ir nenorėjusių numirti paauglių grupių lyginimą, supratome, kad tai yra svarbi užduotis, siekiant suprasti save žalojančio elgesio ne tik priežasčių, bet ir funkcijų kompleksškumą. Tačiau galvojame, kad šioje srityje labiausiai galėtų padėti kokybiniai tyrimai, kurie leistų daugiau prisiliesti prie kiekvieno paauglio išgyvenimų ir padėtų geriau įvertinti jų save žalojančio elgesio vidinių veiksnių subjektyvią įvairovę.

IŠVADOS

1. Merginų ir vaikinų kiekybinis santykis norėjusių ir nenorėjusių numirti paauglių grupėje skiriasi: norėjusių numirti paauglių grupėje merginų yra daugiau, o vaikinų mažiau nei nenorėjusių numirti grupėje.
2. Norėjusių ir nenorėjusių numirti paauglių save žalojančio elgesio motyvai reikšmingai nesiskiria.
3. Norėjusių ir nenorėjusių numirti paauglių save žalojančio elgesio būdo pasirinkimas priklauso nuo lyties:
 - Norėjusieji numirti vaikinai vienodai dažnai pasirinko vidinį ar mišrų žalojimosi būdą, o nenorėjusieji numirti dažniau pasirinko išorinį ar vidinį žalojimosi būdą.
 - Norėjusios ir nenorėjusios numirti merginos dažniausiai pasirinko vidinį žalojimosi būdą.
4. Norėjusieji numirti paaugliai pakartotinai save žaloja dažniau nei nenorėjusieji numirti.
5. Planavimo trukmė reikšmingai susijusi su noru numirti: norėjusieji numirti paaugliai yra linkę planuoti save žalojančią elgesį ilgiau nei nenorėjusieji numirti.
6. Norėjusiems numirti paaugliams būdinga blogesnė psichologinė savijauta: aukštesnis depresiškumas ir nerimas, žemesnis savęs vertinimas, nei nenorėjusiems numirti paaugliams.
7. Norėjusių ir nenorėjusių numirti paauglių impulsyvumo skalės vidurkiai reikšmingai nesiskiria.

LITERATŪRA

1. Anderson R. A psychoanalytical approach to suicide in adolescents // Relating to self-harm and suicide. Psychoanalytic Perspectives on Practice, Theory and Prevention. Routledge: 2008.
2. Beck J. Cognitive therapy, basics and beyond. New York: Guilford Press, 1995.
3. Boudewyn A.C., Liem J.H. Childhood sexual abuse as a precursor to depression and self-destructive behavior in adulthood // Journal of Traumatic Stress, 1995, Vol. 8, Issue 3. [žiūrėta 2009m. balandžio 5d.], prieiga per internetą:
<http://www.springerlink.com/content/g59815131682705n/>
4. Brickman B. J. "Delicate" cutters: Gendered self-mutilation and attractive flesh in medical discourse // Body & Society, 2004, Vol. 10, Issue 4, p. 87-111.
5. Briggs S., Lemma A., Crouch W. Relating to Self-Harm and Suicide. Psychoanalytic Perspective on Practice, Theory and Prevention. New York: Routledge, 2008.
6. Chapman A.L., Gratz K.L., Brown M.Z. Solving the puzzle of deliberate self-harm: The experiential avoidance model // Behaviour Research and Therapy, 2006, Vol. 44, p. 371–394
7. Clark J., Henslin E. Inside a Cutter's Mind. Understanding and Helping Those Who Self-injure. NavPress, 2007.
8. Collins D. Attacks on the body: How can we understand self-harm? // Psychodynamic Practice, 1996, Vol. 2, Issue 4, p. 463 – 475. [žiūrėta 2009m. gegužės 17d.] prieiga per internetą:
<http://www.informaworld.com/smpp/113619721-59285396/content~content=a788911778~db=all>
9. Corsini R. The Dictionary of Psychology. New York: Brunner-Routledge, 2002. P. 611.
10. Courtet P, Baud P, Abbar M, Boulenger JP, Castelnaud D, Mouthon D, Malafosse A and Buresi C. Association between violent suicidal behavior and the low activity allele of the serotonin transporter gene // Molecular Psychiatry, 2001, Vol. 6, p. 338–341.
11. Cross L.W. Body and self in feminine development: Implications for eating disorders and delicate self-mutilation // Bulletin of the Menninger Clinic, 1993; 57:41–68.
12. [Cuneyt E., Bilge E.. Self-mutilation in substance-dependent patients and relationship with childhood abuse and neglect, alexithymia and temperament and character dimensions of personality // Drug and Alcohol Dependence, 2005, Vol. 80, Issue 1, p. 15-22.](#)
13. De Leo D, Heller T. Who are the kids who self-harm? An Australian self-report school survey // Med J Australia, 2004, Vol. 181, Issue 3, p. 140-144.
14. Dembinskas A. Psichiatrija. Vilnius: Vaistų Žinios, 2003.
15. Doctors S. The symptom of delicate self-cutting in adolescent females: A developmental view // S. C. Feinstein, J. G. Looney, A. Z. Schwartzberg, & A. D. Sorosky (Eds.). Adolescent psychiatry Vol. 9, p.443–460. Chicago: University of Chicago Press, 1981.

16. Evans E., Hawton K., Rodham K. In what ways are adolescents who engage in self-harm or experience thoughts of self-harm different in terms of help-seeking, communication and coping strategies? // *Journal of Adolescence*, 2005, Vol. 28, Issue 4, p. 573-587.
17. Favazza A.R. *Bodies Under Siege. Self-mutilation and Body Modification in Culture and Psychiatry*. 2nd Edition. John Hopkins University Press, 1996.
18. Firestone R. W. & Seiden R. H. Suicide and the continuum of self-destructive behavior // *Journal of American College Health*, 1990, Vol. 38, p. 207–213.
19. Fox C., Hawton K. *Deliberate Self-Harm in adolescents*. Jessica Kingsley Publishers, 2004
20. Freud Z. Ja i Ono. Charkov: EKSMO-Press, 2002.
21. Gailienė D. Jie neturėjo mirti. Savižudybės Lietuvoje. Vilnius: Tyto alba, 1998.
22. Gailienė D. Savižudybių prevencijos idėjos. Vilnius: Tyto alba, 2001.
23. Gailienė D. Užburtame rate: savižudybių paplitimas Lietuvoje po nepriklausomybės atkūrimo // *Psichologija*, 2005, nr. 31, p. 7-13.
24. Goldblatt M.J. Hostility and suicide: the experience of aggression from within and without // *Relating to self-harm and suicide. Psychoanalytic Perspectives on Practice, Theory and Prevention*. Routledge: 2008.
25. Gratz K.L., Risk Factors for and Functions of Deliberate Self-Harm: An Empirical and Conceptual Review // *Clinical Psychology: Science and Practice*, 2003, Vol. 10, Issue 2, p. 192-205.
26. Haines J., et al. The psychophysiology of self-mutilation // *Journal of Abnormal Psychology*, 1995, Vol. 104, 471–489.
27. Harrington R. C., Kerfoot M., Dyer E. et al. Randomized trial of a home based family intervention for children who have deliberately poisoned themselves. *J Am Academy Children Adolescents Psychiatry* 1998, Vol. 37, p. 512-518.
28. Harrington R. Depression, suicide and deliberate self-harm in adolescence // *British Medical Bulletin*, 2001, Vol. 57, p. 47-60.
29. Haw C., Hawton K., Sutton L, Sinclair J., Deeks J. Schizophrenia and deliberate self-harm: a systematic review of risk factors // *Suicide & Life-Threatening Behavior*, 2005 Vol. 35, Issue 1, p. 50-62.
30. Hawton K, Rodham K, Evans E. *By their own young hand. Deliberate self-harm and suicidal ideas in adolescents*. London and Philadelphia: Jessica Kingsley Publishers, 2006.
31. Hawton K., Zahl D., Weatherhall R. Suicide following self-harm: long-term follow-up of patients who presented to a general hospital // *Br J Psychiatry*, 2003, Vol. 183, p. 537-42.
32. Herman J. L. *Trauma and Recovery*. New York: BasicBooks, 1992.
33. Herpetz S, Sass H, Favazza AR. Impulsivity in self-mutilative behavior: Psychometric and biological findings // *Journal of Psychiatric Research*, 1997, Vol.31, p. 451–464.

34. Jorgensen R.S., Dusek J.B. Adolescent adjustment and coping strategies. *J. Pers.*, 1990, Vol. 58, Issue 3, p. 503-513.
35. Jurgaitytė-Avižinienė A. Jaunuoliai po mėginimo nusižudyti: ketinimo numirti reikšmė. Magistro darbas. Vilnius: VU, 2002.
36. Kernberg O. *Agressija Pri Rasstrojstvax Licnosti*. Moskva: Klass, 2001
37. Kim YK et al . Lower serum cholesterol is correlated to suicidality in a Korean sample // *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 2002, Vol. 105, p. 141-148.
38. Klonsky D., Moyer A. Childhood sexual abuse and non-suicidal self-injury: meta-analysis // *The British Journal of Psychiatry*. 2008, Vol.192, p. 166-170.
39. Klonsky D., Oltmanns T., Turkheimer E. Deliberate Self-Harm in a Nonclinical Population: Prevalence and Psychological Correlates // *Am J Psychiatry*, 2003, Vol. 160, p. 501-1508.
40. Kress V.E., Hoffman R. M. Non-suicidal self-injury and motivational interviewing: enhancing readiness for change // *Journal of Mental Health Counseling*, 2008. [žiūrėta 2009 m. gegužės 3d.]. Prieiga per internetą: <http://www.thefreelibrary.com/Non-suicidal+self-injury+and+motivational+interviewing:+enhancing...-a0188489916>
41. Laskytė A. Lietuvos paauglių sąmoningo savęs žalojimo priežastys ir pagalbos šaltiniai // *Visuomenės Sveikata*, 2008, nr. 1(40), p.15-21.
42. Laskytė A. Sąmoningai save žalojančių 15-17 metų Lietuvos moksleivių socialinė ir psichologinė charakteristika. Daktaro disertacija. Kaunas, 2009.
43. Laskytė A., Žemaitienė N. Lietuvos paauglių sąmoningo savęs žalojimo paplitimas ir būdai // *Medicina (Kaunas)*, 2009, nr. 45 (2), p.132-139.
44. Laskytė A., Žemaitienė N., Laskienė S. Sąmoningai save žalojantys vaikai ir paaugliai: Lietuvoje atliktų tyrimų apžvalga // *Visuomenės Sveikata*, 2005, nr. 4(31), p. 38-42.
45. Laskytė A., Žemaitienė N., Vaitkevičius R. Lietuvos paauglių sąmoningo savęs žalojimo ir stresą keliančios gyvenimo patirties sąsajos // *Visuomenės sveikata*, 2008, nr. 4(43), p.56-62
46. Levenkron S. *Cutting. Understanding and Overcoming Self-Mutilation*. W.W. Norton and Company, 2006.
47. [Lietuvos Statistikos departamentas. \[žiūrėta 2009m. Kovo 12 d.\] Prieiga per internetą: http://www.stat.gov.lt/lt/pages/view/?id=1878](http://www.stat.gov.lt/lt/pages/view/?id=1878)
48. Lloyd-Richardson E., Perrine N., Dierker L., Keley M. Characteristics and functions of non-suicidal self-injury in a community sample of adolescents // *Psychol Med*. 2007, Vol. 37, Issue 8, p. 1183–1192.
49. Loughrey G., Kerr A. Motivation in deliberate self –harm // *The Ulster Medical Journal*, 1989, Vol. 58, No. 1, p. 46-50.
50. McElroy A. Suicide prevention and the broad-spectrum approach to health promotion // *Health Education Research*, 2004, Vol. 19, Issue 4, p. 476-480.

51. Meltzer H and others. Children and Adolescents Who Try to Harm or Kill Themselves. Great Britain, 2001. [žiūrēta 2009 m. gegužės 5 d.]. Prieiga per internetą: <http://www.statistics.gov.uk/pdfdir/child0801.pdf>
52. Menninger K.A. Psychoanalytic aspects of suicide // International Journal of Psychoanalysis, 1933, Vol. 14, p. 376-390.
53. Nixon M., Cloutier P., Aggarwal S. Affect Regulation and Addictive Aspects of Repetitive Self-Injury in Hospitalized Adolescents // Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry, 2002, Vol. 41, Issue 11, p. 1333-1341.
54. Nixon M., Cloutier P., Janson M. Nonsuicidal self-harm in youth: a population-based survey // CMAJ, 2008, Vol. 178, Issue 3, p. 306-312.
55. Nock M., Joiner T., Gordon K., Lloyd-Richardson E., Prinstein M.. Non-suicidal self-injury among adolescents: Diagnostic correlates and relation to suicide attempts // Psychiatry Research, 2006, Vol. 144, Issue 1, p. 65-72.
56. Nock M.K., Prinstein M.J. A Functional Approach to the Assessment of Self-Mutilative Behavior // Journal of Consulting and Clinical Psychology, 2004, Vol. 72, No. 5, p. 885-890.
57. Overholser J., Adams D., Lenhert K., Brinkman D. Self-Esteem Deficits and Suicidal Tendencies among Adolescents.
58. Petrauskienė J., Kalėdienė R., Starkuvienė S. Savižudybių būdai Lietuvoje ir jų ryšys su demografiniais veiksniais // Medicina (Kaunas), 2004, nr. 40(9), p. 905-911.
59. Plante L.G., Hayward Ch. Bleeding to ease the pain: cutting, self-injury, and the adolescent search for self. Greenwood Publishing Group, 2007
60. Ribakovienė V. Bandžiusių žudytis paauglių internalūs ir eksternalūs sunkumai // Medicina, 2002, nr. 38(4), p. 398-404.
61. Rodham K., Hawton K., Evans E. Reasons for Deliberate Self-Harm: Comparison of Self-Poisoners and Self-Cutters in a Community Sample of Adolescents // Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry, 2004, Vol. 43, Issue 1. [žiūrēta 2009 gegužės 3 d.]. Prieiga per internetą: http://journals.lww.com/jaacap/Abstract/2004/01000/Reasons_for_Deliberate_Self_Harm_Comparison_of.17.aspx
62. Simeon D., Favazza A. R. Self-injurious behaviors: Phenomenology and assessment. In Simeon D. & Hollander E. (Eds.). Self-injurious behaviors. Assessment and treatment. Washington, DC, 2001: American Psychiatric Publishing. P. 1-28.
63. Simon TR, Swann AC, Powell KE, Potter LB, Kresnow M, et al. Characteristics of suicide attempts and attempters // Suicide and Life-Threatening Behavior, 2001, Vol. 32. [žiūrēta 2009m. Gegužės 15d.]. Prieiga per internetą: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/11924695>

64. Skogman K., Jehagen A. Motives for Suicide Attempts-the Views of the Patients // Archives of Suicide Research, 2003, Vol. 7, Issue 3, p. 193-206.
65. Soloff PH, Lynch KG, Kelly TM, Malone KM, and Mann JJ. Characteristics of Suicide Attempts of Patients with Major Depressive Episode and Borderline Personality Disorder // American Journal of Psychiatry, 2000 Vol. 157, p. 601-608.
66. Strong M. A Bright Red Scream. Self-Mutilation and the Language of Pain. Penguin Books: 1999.
67. Sullivan C., Arensman E. Keeley H., Corcoran P., Perry I. Young people's mental health: a report of the results from Lifestyle and Coping survey. National Suicide Research Foundation and Department of Epidemiology and Public Health. University College Cork, 2004.
68. Sutton J. Healing the Hurt Within: Understand Self-injury and Self-harm, and Heal the Emotional Wounds. UK: How To Books Ltd, 2007.
69. Suyemoto K. The Functions of Self-Mutilation // Clinical Psychology Review, 1998, Vol. 18, Issue 5, p. 531–554.
70. Van der Kolk et al. Childhood origins of self-destructive behavior // Am J Psychiatry. 1991, Vol. 148, p. 1665-1671.
71. Walsh B.W. Treating Self-Injury. A Practical Guide. New York: Guilford Press, 2006
72. Webster C.D, Jackson M.A. Impulsivity: theory, assessment, and treatment. Guilford Press, 1997. P. 281-285.
73. Yadhu N. Singh, Robert W. Ricketts, Cynthia R. Ellis and Nirhay N. Singh. Opioid antagonists. I: Pharmacology and rationale for use in treating self-injury // Journal of Developmental and Physical Disabilities, 1993 Vol. 5, Issue 1, p. 5-15.
74. Zemaitiene N., Zaborskis A. Suicidal tendencies and attitude towards freedom to choose suicide among Lithuanian schoolchildren: results from three cross-sectional studies in 1994, 1998, and 2002 // BMC Public Health, 2005, Vol. 5: 83. [žiūrėta 2009 m. balandžio 23d.]. Prieiga per internetą: <http://www.pubmedcentral.nih.gov/articlerender.fcgi?artid=1201149>
75. Zlotnick C., Donaldson D., Spirito A., Pearlstein T. Affect Regulation and Suicide Attempts in Adolescent Inpatients // Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry, 1997, Vol. 36, Issue 6 [žiūrėta 2009m. Kovo 27d.]. Prieiga per internetą: http://journals.lww.com/jaacap/Abstract/1997/06000/Affect_Regulation_and_Suicide_Attempts_in.16.aspx
76. Zouk H., Tousighant M., Seguin M., Lesage A., Turecki G. Characterization of impulsivity in suicide completers : Clinical, behavioral and psychosocial dimensions // Journal of affective disorders, 2006, vol. 92 [žiūrėta 2009m. Gegužės 20d.]. Prieiga per internetą: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/16545465>

PRIEDAI

1 Priedas.