

БРЕМЯ СУИЦИДА: ЖЕРЛО ТРАГЕДИИ

Лиана Алавердова «Брат мой, брат мой...». М.: Новые возможности, 2014. 156 с. <http://nvm.org.ru>

Е.Б. Любов, Е.В. Борисоник

Московский научно-исследовательский институт психиатрии – филиал ФГБУ «ФМИЦПН им. В.П.Сербского» Минздрава России

Мы должны помнить не день поражения, но множество дней, когда он побеждал, несмотря на преобладающие силы.

Пастор W. Stevens [цит. по 4]

Каждый суицид, по данным ВОЗ, затрагивает 6–10 человек, в первую очередь, близких жертвы, названных не случайно «выжившими». Как после землетрясения или цунами. Как заново жить? Где искать помощи? Как «правильно горевать и вести себя с горяющими»?

Исповедь Лианы Алавердовой – одна из первых, изданных на русском языке книг, посвященная бременю близких жертв суицида. Автор спустя 10 лет воскрешает по крупицам скорбный путь брата, страдающего многолетней нелеченой депрессией (но портрет многоцветен и выпуклый), последствия трагедии, разбившей жизнь семьи на «до и после». Лиана повествует о горьком опыте рокового незнания и пожизненных боли и тоски, привлекая умным сердцем переработанную и систематизированную для непрофессионала научную литературу, художественные источники (автор называет себя «книжным червем»), антологию личных свидетельств, предупреждая новые добровольные смерти. Лиана рассказывает о возможностях самоисцеления через переосмысление трагедии, принятие ответственности и выбор альтруистической деятельности, сменившей (приглушившей) отчаяние и чувство вины: автор – не только мать трех дочерей, магистр библиотекведения и заведующая библиотекой, но – доброволец общественной американской организации предупреждения суицидов (American Foundation for Suicide Prevention, AFSP), организовала и ведет группу для переживших суицид родственника. Пока в России ресурс неформальной помощи суицидентам мало востребован [2, 3], а третичная профилактика (смягчение бремени

суицида в семье) через поддержку «равного равным» в забвении при определенных подвижках в психиатрии (примечательно: книга издана обществом самопомощи «Новые возможности»). Однако близкие суицидента составляют группу риска депрессии, психосоматических расстройств, суицидального поведения, но в силу неведения и самостигматизации не стремятся к сторонней помощи даже при ее доступности.

Книга, памятник брату и пример благотворного катарсиса, написана ярко, образным языком, органично дополнена стихами автора, личными письмами и фотографиями, что позволяет назвать ее семейным альбомом с общественным звучанием. Ее страницы обращены к горяющим после невосполнимой утраты и не только вследствие суицида, используя мощный потенциал живого примера («Я тоже смогу»); несет первичный профилактический посыл; полезна профессионалам, стремящимся узнать более о внутреннем мире подопечных – верному средству установления терапевтической связи [1]. Фрагменты книги заслуживают включения в материал тематического усовершенствования психиатров, обучения врачей общей практики, преподавателей, социальных работников, всех впервые сталкивающихся с депрессивными (находящимися под гнетом психосоциального дистресса) больными. Перед нами и руководство к действию по организации групп самопомощи жертв суицида вслед рекомендациям ВОЗ (<http://whqlibdoc.who.int/hq/russian/>), но автор подчеркивает важность профессиональной помощи, столь необходимой в свое время брату и порой близким суицидента.

ЛИТЕРАТУРА

1. Любов Е.Б., Левина Н.Б. Признание в любви. (О книге Лианы Алавердовой «Брат мой, брат мой...») // Суицидология. 2015. Т. 6, № 1 (18). С. 53–58.
2. Любов Е.Б., Цупрун В.Е. Век, время и место профессора А.Г.Амбрумовой в отечественной суицидологии [Электронный ресурс] // Медицинская психология в России: электрон. науч. журн. 2013. N 2 (19).
3. Харитонов С.В., Цупрун В.Е., Паршин А.Н. Программа включения родственников в превенцию суицидов у больных с личностными расстройствами. [Электронный ресурс] / Медицинская психология в России: электрон. науч. журн. 2013. N 2 (19).
4. Peale N.V. The Healing of Sorrow: Understanding and help for the bereaved. NY. 1966. 96 p.

Любов Евгений Борисович – доктор медицинских наук, профессор, заведующий отделом суицидологии Московского научно-исследовательского института психиатрии – филиала ФГБУ «ФМИЦПН им. В.П.Сербского» Минздрава России; e-mail: lyubov.evgrny@mail.ru
Борисоник Евгения Владимировна – младший научный сотрудник отдела суицидологии Московского научно-исследовательского института психиатрии – филиала «ФМИЦПН им. В.П. Сербского» Минздрава России; e-mail: borisonik-ev@mail.ru