

Научная статья

УДК 159.9

## ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ФАКТОРЫ САМОПОВРЕЖДАЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ В ЮНОШЕСКОМ ВОЗРАСТЕ

**Яна Владимировна Шемет**

Кемеровский государственный университет, Кемерово, Россия  
shemet142@mail.ru

**Аннотация.** В данной статье предпринимается попытка исследовать многогранный вопрос факторов самоповреждающего поведения. Рассмотрено всестороннее понимание понятия самоповреждающего поведения, значимости его дальнейшего изучения. В данном исследовании рассматриваются различные триггеры, детерминирующие самоповреждающее поведение, а именно: эмоциональное беспокойство юношей и девушек, трудности в эмоциональном выражении и отсутствие адаптивных навыков, помогающих справиться с напряжением. Также изучается роль саморегуляции и ее сложные взаимосвязи с самоповреждающим поведением. Понимание этих психологических факторов является важным для раннего вмешательства и разработки эффективных терапевтических методик и стратегий профилактики самоповреждающего поведения.

**Ключевые слова:** самоповреждающее поведение, психологические факторы, эмоциональное беспокойство, саморегуляция, психологические стрессы, травма, стратегии профилактики

---

**Для цитирования:** Шемет Я.В. Психологические факторы самоповреждающего поведения в юношеском возрасте // Вестник Военной академии войск национальной гвардии. 2025. № 1 (30). С. 162–169. URL: <https://vestnik-spvi.ru/2025/03/018.pdf>.

---

Original article

## PSYCHOLOGICAL FACTORS OF SELF-HARMING BEHAVIOR IN ADOLESCENCE

**Yana V. SHemet**

Kemerovo State University, Kemerovo, Russia  
shemet142@mail.ru

**Abstract.** This article explores the multifaceted question of factors of self-destructive behavior and provides a comprehensive understanding of its definition, significance. Self-destructive behavior, characterized by willful harm to one's own body, serves as a coping mechanism for people facing emotional distress and inability to adequately express their feelings.

This study examines the various triggers that determine self-destructive behavior, namely, emotional anxiety of young men and women, emotional difficulties and lack of adaptive skills to deal with tension. The role of self-regulation and its complex relationships with self-damaging behavior are also studied. Understanding these psychological factors is important for early intervention and the development of effective therapeutic techniques and strategies to prevent self-destructive behavior.

**Keywords:** self-harming behavior, psychological factors, emotional anxiety, self-regulation, psychological stress, trauma, prevention strategies

---

**For citation:** SHemet Ya.V. Psychological factors of self-harming behavior in adolescence. Vestnik Voennoj akademii vojsk nacional'noj gvardii. 2025;1(30): 162–169. (In Russ.). Available from: <https://vestnik-spvi.ru/2025/03/018.pdf>.

---

© Шемет Я.В., 2025

### Введение

На современном этапе проводится большое количество исследований в попытках объяснить феномен, при котором подростки, а также юноши и девушки со-

знательно наносят себе повреждения или проявляют прочие акты деструкции по отношению к себе [1]. Такой интерес к проблеме обусловлен сложными структурными изменениями, происходящими в об-

ществе и в том числе в молодежной среде [2], которые делают актуальными изучение процессов адаптации и дезадаптации, а также явным количественным увеличением подростков и молодых людей, которые все чаще выбирают в качестве так называемой «защитной» стратегии самоповреждающее поведение. Такая негативная тенденция в сторону увеличения молодежи, применяющей насилие по отношению к себе, привлекает все больше внимания научного сообщества. Попытки объяснить проявления самоповреждающего поведения ведутся учеными и с точки зрения психологии, физиологии, социологии и генетики. Все более распространённым становится междисциплинарный подход к проблеме самоповреждающего поведения [3]. Такое внимание со стороны ученых различных профилей говорит о серьезности данного явления, а также о полифакторной организации такого типа поведения. В настоящее время вопрос нанесения молодыми людьми себе физических повреждений стоит крайне остро.

Еще несколько лет назад нежелательным поведением у своих детей родители называли татуировки и пирсинг. Сегодня формы модификаций тела и применения различных методов нанесения себе повреждения достигли иных форм и проявлений. При этом, несмотря на высокую распространённость самоповреждающего поведения среди юношей и девушек, такие повреждения редко становятся поводом для обращения в лечебные учреждения общего профиля или психиатрическую больницу. Такое положение вещей прогностически является негативным для ведения профилактической работы и разработки разного уровня превентивных воздействий на факторы, продуцирующие неадаптивное, самоповреждающее поведение. Осложняется работа с такой категорией молодых людей тем, что, несмотря на большое внимание к данной проблеме и ученых-исследователей, и специалистов-практиков, сложная многофакторная структура аутоагрессивного поведения до сегодняшнего дня остается изученной не до конца.

Для профилактики такого рода поведения для подростков создано большое количество программ по формированию жизнестойкости и возможности справляться с дистрессом, программ по развитию ценностно-смысловых ориентиров личности, что в контексте аутоагрессии и в целом развития положительной направленности лич-

ности также имеет весомое значение [4]. При этом большая категория молодых людей, закончивших школы, выпадает из поля зрения органов, осуществляющих профилактическое вмешательство. За большой период, в течение которого человеческое сообщество сталкивается с проблемой самоповреждающего поведения, вокруг данной темы сложилось много мифов и ложного понимания проблемы самоповреждающего поведения. Проблема стигматизации такого поведения часто выступает на первый план. Стигматизация членовредительства может быть связана с комплексом причин. Сюда можно отнести и ошибочное понимание факта самоповреждения, как попытки суицида, и то, что самоповреждения являются достаточно распространённым диагностическим критерием среди психиатров для постановки диагноза «пограничного расстройства личности». Такая разрозненность подходов, а также отсутствие учета индивидуальных факторов, способствующих самоповреждающему поведению юношей и девушек, может приводить к неэффективной психологической коррекции. Зачастую авторы самоповреждений наборот подвергаются лишь медикаментозному лечению, за счет чего остается непроработанной психологическая сторона процесса.

Хотя распространённость самоповреждающего поведения варьируется в различных популяциях и регионах, это является глобальной проблемой. К сожалению, связанный со стигмой самоповреждением часто сопровождается недооценкой, что затрудняет получение точной статистики. Множество случаев самоповреждения остаются незарегистрированными или скрываются от других, что означает, что фактическое распространение, вероятно, выше, чем показывают данные.

В силу отсутствия комплексного подхода диагностической и коррекционной работы существует большое разнообразие подходов и определений сущности понятия самоповреждающего поведения. Множество авторов делают акцент на том, что самоповреждающее поведение не несет своей целью совершение суицидального акта. При этом молодые люди, занимающиеся самоповреждением, могут испытывать долгосрочные физические и психологические сложности и проблемы, поэтому раннее вмешательство важно для предотвращения вреда здоровью человека. В этой связи особую роль и важность играет изучение феномена самоповреждающего

поведения. Учет продолжающегося роста подростков и юношей с дезадаптивными, аутоагрессивными формами поведения показывает важность дальнейшего изучения и анализа проблемы самоповреждения исследователями на современном этапе. Задача исследования в данной статье заключается в попытке проанализировать сложность и многофакторность проблемы нанесения самоповреждений, пусковые механизмы самоповреждающего поведения у юношей и девушек.

### **Основные положения**

Проблема аутоагрессии подросткового и юношеского возраста не является принципиально новой для современной психологической науки. Еще в своем научном труде «Психопатология повседневной жизни» З. Фрейд рассматривает явление самопричиненных повреждений и предлагает интерпретацию их основных механизмов. Он утверждает, что такие действия исходят из бессознательного желания либо наказать самого себя, либо другого человека [5].

Стремление к саморазрушению фактически является проявлением подавленных агрессивных импульсов. Эти агрессивные побуждения «переносятся» на собственное тело. Самоповреждение и даже самоубийство рассматриваются З. Фрейдом как составляющие бессознательного комплекса саморазрушения. Этот комплекс ищет выражение, когда конкретные обстоятельства или подобные обстоятельства создают условия для его проявления [6].

Авторами даются различные понятия феномена самоповреждающего поведения. Самоповреждающее поведение – умышленное или совершаемое неосознанно физическое повреждение себе самому, чреватое серьезной патологией и даже гибелью [7]. Также исследователи считают, что самоповреждающее поведение – это поведение, направленное на намеренное нанесение себе телесного вреда, характеризующееся малой вероятностью суицидальной направленности: порезы, проколы и расчесывание кожи, самоожоги, удары по телу и твердым поверхностям [8]. Н. А. Польская пишет, что самоповреждающее поведение – понятие, охватывающее широкий круг действий, связанных с намеренным физическим повреждением собственного тела. Эти действия могут управляться как патологическими, так и непатологическими механизмами, выступать в качестве симптома или следствия, быть частью культурных и социальных

церемоний, участвовать в идентификационных процессах, связанных с возрастом, гендером, социальным и культурным окружением [9].

Для ведения эффективной практической работы с данной категорией молодежи, для успешной разработки и внедрения психолого-педагогических условий в контексте обучения в высшем учебном заведении, необходимо и важно учитывать факторы, которые могут служить триггерами и продуцировать самоповреждающее поведение. В данной статье мы предпринята попытка изучить многообразие факторов самоповреждающего поведения юношей и девушек.

### **Материалы и методы**

В основе исследования лежит работа по анализу статей и научной литературы по особенностям аутодеструктивного и самоповреждающего поведения юношей и девушек.

### **Результаты**

При попытке выделить факторы самоповреждающего поведения важно отметить, что степень открытости факторов остается актуальным вопросом. При рассмотрении причин проявления такого вида аутодеструктивного поведения особую важность представляет понимание, что есть целый пласт скрытых и неочевидных факторов.

В последние десятилетия в психологической науке укоренился биопсихосоциальный подход к объяснению причин и закономерностей психологических феноменов [10].

На практике можно часто заметить, что именно биологические факторы самоповреждающего поведения несут в себе наибольшую диагностическую сложность, так как для их выявления необходима специальная, зачастую врачебная диагностика. К биологическим факторам, несущим под собой риск самоповреждающего поведения, можно отнести, в целом, окончание пубертатного периода. В юношеском возрасте все еще продолжают наблюдаться морфологические и функциональные изменения, наступает стабилизация половой зрелости, четко проявляется фенотип и генотип. На данном возрастном этапе, в целом, все процессы перехода от подростковому к юношескому возрасту должны устояться, но, как отмечают многие исследователи, у юношей и девушек сегодня все отчетливее наблюдается феномен «социального инфантилизма» [11]. И именно с этим феноменом можно связы-

вать то, что все чаще сложности, которые проходили у подростков до 16–17 лет переносятся ими в следующие возрастные периоды. К таким особенностям можно отнести и неудовлетворенность собственным («Я»), и неудовлетворенность, а зачастую нарушение образа («Я»), в целом. У молодых людей эти особенности все чаще связаны с нарушениями на уровне биологического индивида [12]. В клинике психологов-практиков, сталкивающихся с самоповреждающим поведением, большую актуальность обретают запросы на работу с нарушенным образом своего тела.

Несмотря на то, что на современном этапе существует большое количество исследований, посвященных особенностям членовредительства и аутодеструктивного поведения, многие положения, обсуждаемые авторами, имеют общее происхождение и схожие тенденции. Самоповреждающее поведение сложно и многогранно, и можно отметить ряд психологических факторов, способствующих его развитию и устойчивости [13]:

1. Самоповреждение выступает как механизм, являющийся опорным для личности: для многих людей самоповреждение служит механизмом, помогающим справиться с подавляемыми эмоциями, такими как тревожность, депрессия, злость или грусть. Физическая боль временно отвлекает от эмоционального дистресса.

2. Эмоциональное выражение: самоповреждение может быть способом выражения эмоций, которые сложно передать словами.

3. Чувство контроля: самоповреждение может давать ложное чувство контроля над собственным телом и эмоциями.

4. Наказание себя: некоторые молодые люди практикуют самоповреждающее поведение как форму наказания себя, часто связанную с чувством вины или стыда.

Самоповреждающее поведение может иметь разнообразные психологические и физиологические последствия, как в краткосрочной, так и в долгосрочной перспективе. Самоповреждение может временно приносить облегчение или освобождение от эмоциональной боли, что закрепляет такой тип поведения.

Люди, занимающиеся самоповреждением, часто испытывают чувства вины и стыда, что может усилить их эмоциональный дистресс. Индивиды, прибегающие к самоповреждению, часто сообщают о переживании интенсивных отрицательных эмоций, включая тревожность, депрессию,

гнев и грусть, что побуждает их к нанесению повреждений себе, для ослабления эмоционального переживания. С течением времени самоповреждение может способствовать увеличению эмоциональной нестабильности и затруднить регулирование эмоций без самоповреждения. Самоповреждение тесно связано с психическими расстройствами, такими как депрессия, тревожность и расстройство личности. Оно также может служить предиктором будущего суицидального поведения [14].

Самоповреждение может действовать как способ саморегулирования эмоций. Эта регуляция предоставляет собой осязаемый и немедленный способ изменить свое эмоциональное состояние. Самоповреждение может предоставлять мгновенное облегчение от эмоциональной боли, что подкрепляет это поведение. Однако это облегчение недолговечно и часто сопровождается чувствами вины и стыда, создавая цикл самоповреждения [15].

Установлено, что разнообразные психологические стрессы, включая травматические переживания, проблемы в отношениях, академические или профессиональные стрессы и внутренние конфликты, тесно связанные с самоповреждающим поведением. Эти стрессоры часто выступают в качестве триггеров, вынуждая людей прибегать к саморазрушению как способу справиться с эмоциональной болью, вызванной этими стрессорами [16]. В процессе меняющегося общества сложно переоценить важность механизмов преодоления и сопротивления различного рода стрессорам, для предотвращения самоповреждающего поведения. Многие молодые люди, применяющие самоповреждение, сообщают о недостаточных навыках справиться со стрессом и эмоциями эффективно. Этот недостаток адаптивных стратегий может выступать фактором и способствовать такой форме поведения, как самоповреждение.

Молодые люди, пережившие травму, такую как физическое или сексуальное насилие, могут обращаться к самоповреждению, как способу справиться с эмоциональными ранами, оставленными этими травматическими переживаниями. Тем временем внутренние конфликты, такие как борьба с собственной идентичностью, сексуальностью или чувством ничтожности, могут провоцировать наступление стресса, который приводит к самоповреждающему поведению.

Важно учитывать роль психологических факторов и стрессоров в самоповреждающем поведении. Работа с этими основными проблемами через терапию, консультирование и поддержку имеет решающее значение для помощи людям, в поиске более здоровых способов справляться со своими эмоциями и беспокойством.

Стало очевидным, что самоповреждения часто выступают в качестве механизма для регулирования эмоционального состояния индивида. Путем причинения физической боли себе, юноши и девушки могут временно облегчить эмоциональное беспокойство или восстановить ощущение контроля. Тем не менее важно отметить, что этот вид саморегуляции является неадаптивным и не решает корневых причин эмоционального дистресса. Фактически, он может поддерживать цикл саморазрушения.

Юношеский возраст по времени совпадает с окончанием школы, обучением в вузе, временем, которое играет важную социальную функцию в становлении личности [17]. Данный возрастной период и события социального характера, которые происходят с молодыми людьми, являются важными социальными факторами, влияющими на функциональное состояние организма, которые в свою очередь могут являться неким социальным пуском для проявления тенденций к самоповреждающему поведению [18].

Уровень воздействия социальных факторов на проявление самоповреждающего поведения у молодых людей обсуждается многими исследователями и становится очевидным, что факторы так называемой социальной группы могут оказывать не менее негативное воздействие, чем собственно внутренние психологические факторы. Наибольшее влияние на возникновение аутодеструктивного поведения могут влиять такие факторы, как насилие на учебном месте, стресс от школьного или социального насилия, особенно в подростковый период и в период юношества, может являться побуждающим аспектом к самоповреждению, как способу справиться с эмоциональной болью, вызванной этим насилием. Таким образом, самоповреждения выступают в роли компонента, регулирующего сложные психологические процессы. Тем не менее такая регуляция является малоадаптивной, поскольку не решает коренные причины дистресса и может поддерживать самоповреждающее поведение. И зачастую именно фактор

наличия хронического, а не острого травматического переживания может приводить к негативным последствиям.

Проблемы во взаимодействии, такие как разрывы в романтических отношениях или конфликты внутри семьи, могут быть источником психологического стресса, который вызывает самоповреждающее поведение. Наличие проблем в социальном окружении юношей и девушек, сложности в выстраивании поверхностных социальных связей, а также более близких отношений также рассматривается нами, как вероятно продуцирующий фактор дезадаптивного поведения, в т. ч. с применением физических повреждений себе.

Также, в связи с возрастанием требований к учебным знаниям старших школьников и студентов, возрастает учебная нагрузка. Учебные нагрузки, стресс на учебе или высокие ожидания со стороны родителей также могут продуцировать самоповреждения, поскольку юноши ищут способы справиться с давлением. Самоповреждение может негативно сказываться на личных и семейных отношениях, так как близкие часто испытывают трудности в понимании и реагировании на это поведение. Отсутствие в опыте более старшего поколения такого вида действий по отношению к себе, а также отсутствие понимания причин таких действий, слабо развитая жизнестойкость и зачастую астения в раннем юношеском возрасте особенно осложняет понимание и коммуникацию в семье, особенно с представителями более старших поколений.

Одним из социальных факторов, который в последнее время становится все более очевидным в сфере членовредительства, является влияние сверстников или социальная контагиозность, которая может играть роль, особенно среди подростков, где самоповреждающее поведение может распространяться в социальных группах и служить нездоровым и непродуктивным способом коммуникации. В цифровой среде появляется все больше сообществ в прямой или более латентной форме, поддерживающих аутодеструкцию, а также показывающих, что такой паттерн поведения является нормальным. Большое количество приверженцев этих сообществ также подкрепляет понимание молодого человека, что саморазрушение и различные приемы по самоповреждению могут помочь ему справиться с его внутренними переживаниями.

Поскольку окружающие часто не могут правильно понять или реагировать поддерживающим образом на самоповреждение, люди, занимающиеся им, могут оказаться социально изолированными, что также является сложностью в помощи и профилактики молодым людям, практикующим самоповреждения [19].

#### **Выводы**

Результаты проведенного исследования позволяют говорить о сложной структурной организации такого типа поведения, как самоповреждающее несуицидальное поведение и сложности выделения отдельных групп факторов, которые ведут к такому типу поведения. В процессе исследования данной проблемы было выявлено, что так называемые факторы зачастую могут выступать механизмом и одновременно фактором, вызывающим самоповреждающее поведение, эмоциональное беспокойство. В различных исследованиях эмоциональное беспокойство выявляется как постоянный и основной провоцирующий фактор самоповреждающего поведения. Также сложности в выражении эмоций могут быть причиной, провоцирующей самоповреждающее поведение. Исследования показывают, что подростки и молодые люди, применяющие самоповреждение, могут испытывать сложности в вербальном выражении своих эмоций и внутренних переживаний, а также с трудом участвовать в эффективной коммуникации не только с социальным окружением, но и с кругом значимых близких. В результате самоповреждение может выступать как телесное выражение своих невербализованных переживаний [20].

В целом, все вышеперечисленные факторы имеют тесную связь с таким психологическим образованием, как саморегуляция. Саморегуляция, как способность контролировать свои мысли, эмоции и поведение, показывает себя, как фактор со сложной ролью в самоповреждающем поведении. Самоповреждение может использоваться некоторыми людьми как спо-

соб регулировать свое эмоциональное состояние путем временного облегчения эмоционального дискомфорта или восстановления ощущения контроля [21].

Можно отметить, что приведенные в данном исследовании факторы зачастую имеют комплексную характеристику [22]. Большое количество предикторов, ведущих к проявлениям несуицидальных самоповреждений, имеют перекрестную структуру и могут выступать одновременно и как сам фактор, ведущий к аутоагрессии, и как механизм, помогающий справиться с негативными эмоциями, переживаниями, мыслями. Также следует отметить, что большое количество факторов остаются сложными для анализа и изучения, так как в силу разных причин остаются скрытыми вследствие стигматичного отношения общества к проблеме саоразрушения, недостаточной открытости молодых людей, которые к нему прибегают. Обобщение всех этих данных выявляет необходимость создания единой модели факторов аутоагрессивного поведения, а основе которой можно будет выделить и факторы самоповреждающего поведения молодых людей.

Все выявленные особенности, проявление внимания к проблеме самоповреждений и членовредительства только показывает необходимость все большего изучения данного вопроса, а также все более глубокого анализа неадаптивных и деструктивных проявлений в молодежной среде. А также способствует все большему развитию института раннего вмешательства и комплексной поддержки для лиц, занимающихся самоповреждением. Понимание психологических, социальных и биологических факторов, приводящих к аутоагрессии, может помочь в разработке более эффективных терапевтических подходов и стратегий профилактики, а также внедрении психолого-педагогических условий, направленных на разрешение проблемы самоповреждающего поведения и нивелирование или устранение его причин [23].

#### **Список источников**

1. Ениколопов С. Н. Враждебность и проблема здоровья человека / С. Н. Ениколопов, А. В. Садовская // Журнал неврологии и психиатрии. 2021. Т. 100. № 7. С. 59–63.
2. Яницкий М. С. Структура «Я-образа» представителей различных ценностных типов / М. С. Яницкий, А. В. Серый, О. А. Браун // Междисциплинарные ресурсы экономической психологии в формировании этнорегиональной идентичности и позитивного образа малой родины: материалы Всероссийской научно-практической конференции с международным участием, Иркутск, 27–30 июня 2019 года / отв. ред. А. Д. Карнышев, В. А. Решетников. Иркутск: Иркутский государственный университет, 2019. С. 246–253.

3. Епанчинцева Г. А. Аутоагрессия и проактивные ресурсы личности у больных параноидной шизофренией / Г. А. Епанчинцева, А. И. Ерзин // Теоретическая и экспериментальная психология. 2013. № 3. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/autoagressiya-i-proaktivnye-resursy-lichnosti-u-bolnyh-paranoidnoy-shizofreniey> (дата обращения: 01.05.2024).
4. Яницкий М. С. Поведение учащейся молодежи в цифровой среде: к проблеме формирования информационной культуры и системы ценностно-смысловой регуляции // Теория и практика социогуманитарных наук. 2022. № 4(20). С. 90–97.
5. Фрейд З. Психология бессознательного: сб. произведений / сост. М. Г. Ярошевский. М. : Просвещение, 2021. 448 с.
6. Фрейд З. Печаль и меланхолия // Суицид. Хрестоматия по суицидологии / сост. А. Н. Моховиков. Киев: АЛД, 2020. С. 149–160.
7. Аверин В. А. Детерминанты психического развития и структурная организация человека // Ученые записки Санкт-Петербургского государственного института психологии и социальной работы. 2022. Т. 17. № 1. С. 69–73.
8. Васильева Ю. А. Особенности смысловой сферы личности при нарушениях социальной регуляции поведения // Психологический журнал. 2019. Т. 18. № 2. С. 58–78.
9. Польская Н. А. Эмоциональная дисрегуляция в структуре самоповреждающего поведения // Консультативная психология и психотерапия. 2018. Т. 26. № 4(102). С. 65–82.
10. Барабанщиков В. А. Системная организация и развитие психики Барабанщиков // Психологический журнал. 2022. Т. 24. № 1. С. 29–46.
11. Головачев В. Ц. Самоубийство, как родовой обычай и сакральный ритуал в традиционном Китае. URL: <http://abirus.ru/content/564/623/625/644/649/848.html#11> (дата обращения: 12.10.2023).
12. Дозорцева Е. Г. Психологическая травма у подростков с проблемами в поведении. Диагностика и коррекция. М. : Генезис, 2022. 128 с.
13. Одинцова М. А. «Скрытый» суицид как проявление психологического неблагополучия алкоголезависимой личности // Суицид: очерки по теории и практики / под ред. Е. С. Асмаковец, С. П. Мельничкина. Омск: БОУДПО «ИРОО», 2019. С. 143–160.
14. Меннингер К. Война с самим собой. М. : ЭКСМО-Пресс, 2019. 480 с.
15. Запорожец А. В. Основные проблемы онтогенеза психики: избран. психолог. труды: в 2 т. / редкол. В. В. Давыдов [и др.]. Т. 1. М. : Педагогика, 2019. С. 223–257.
16. Раппопорт А. Системный подход в психологии // Психологический журнал. 2021. Т. 15. № 3. С. 3–16.
17. Серый А. В. Ценностно-смысловые аспекты психологической работы со студенческой молодежью, находящейся в кризисной ситуации / А. В. Серый, М. С. Яницкий, Е. В. Харченко // Вестник НГПУ. 2014. № 2 (18). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/tsennostno-smyslovye-aspekty-psihologicheskoy-raboty-so-studencheskoy-molodezhyu-nahodyascheysya-v-krizisnoy-situatsii> (дата обращения: 09.04.2024).
18. Выготский Л. С. Этюды по истории поведения: Обезьяна. Примитив. Ребенок / Л. С. Выготский, А. Р. Лурия. М. : Педагогика-Пресс, 2021. 224 с.
19. Коробейников И. А. Нарушения развития и социальная адаптация. М. : ПЕРСЭ, 2021. 192 с.
20. Ласовская Т. Ю. Самоповреждающее поведение у лиц с пограничным личностным расстройством (обзор литературы) // Сибирский вестник психиатрии и наркологии. 2019. № 6. С. 58–61.
21. Исаева Е. Р. Совладающее со стрессом и защитное поведение личности при расстройствах психической адаптации различного генеза: дис. ... д-ра психол. наук: 19.00.04 / Исаева Елена Рудольфовна. СПб., 2019. 367 с.
22. Batey Helen Elizabeth Intrusive Thoughts, Mindfulness and Dissociation in Self-Harm / university of Plymouth Research Theses. 2011. 224 p. URL: <http://hdl.handle.net/10026.1/484> (дата обращения: 29.03.2024). P. 90–93.
23. Холмогорова А. Б. Когнитивная психотерапия А. Бека и культурно-историческая психология // Консультативная психология и психотерапия. 2019. № 2. С. 20–33.

## References

1. Enikolopov S. N. Hostility and human health issues / S. N. Enikolopov, A. V. Sadovskaya // Zhurnal nevrologii i psichiatrii. 2021. Т. 100;7: 59–63. (In Russ.).

2. YAnickij M. S. Struktura «YA-obraza» predstavitelej razlichnyh cennostnyh tipov / M. S. YAnickij, A. V. Seryj, O. A. Braun // *Mezhdisciplinarnye resursy ekonomicheskoy psihologii v formirovanii etnoregional'noj identichnosti i pozitivnogo obraza maloj rodiny: materialy Vserossijskoj nauchno-prakticheskoy konferencii s mezhdunarodnym uchastiem, Irkutsk, 27–30 iyunya 2019 goda* / otv. red. A. D. Karnyshev, V. A. Reshetnikov. Irkutsk: Irkutskij gosudarstvennyj universitet, 2019. S. 246–253. (In Russ.).
3. Epanchinceva G. A. Autoagressiya i proaktivnye resursy lichnosti u bol'nyh paranoidnoj shizofreniej / G. A. Epanchinceva, A. I. Erzin // *Teoreticheskaya i eksperimental'naya psihologiya*. 2013. № 3. Available from: <https://cyberleninka.ru/article/n/autoagressiya-i-proaktivnye-resursy-lichnosti-u-bolnyh-paranoidnoy-shizofreniej> (data obrashcheniya: 01.05.2024). (In Russ.).
4. YAnickij M. S. The behavior of students in the digital environment: towards the problem of forming an information culture and a system of value and semantic regulation // *Teoriya i praktika sociogumanitarnykh nauk*. 2022;4(20): 90–97. (In Russ.).
5. Frejd 3. *Psihologiya bessoznatel'nogo: sb. proizvedenij* / sost. M. G. YAroshevskij. M. : Prosveshchenie, 2021. 448 s. (In Russ.).
6. Frejd 3. Pechal' i melanholiya // *Suicid. Hrestomatiya po suicidologii* / sost. A. N. Mohovikov. Kiev: ALD, 2020. S. 149–160. (In Russ.). (In Russ.).
7. Averin V. A. Determinants of mental development and human structural organization // *Uchenye zapiski Sankt-Peterburgskogo gosudarstvennogo instituta psihologii i social'noj raboty*. 2022. T. 17;1: 69–73. (In Russ.).
8. Vasil'eva YU. A. Features of the semantic sphere of personality in cases of violations of social regulation of behavior // *Psihologicheskij zhurnal*. 2019. T. 18;2: 58–78. (In Russ.).
9. Pol'skaya N. A. Emotional dysregulation in the structure of self-harming behavior // *Konsul'tativnaya psihologiya i psihoterapiya*. 2018. T. 26;4(102): 65–82. (In Russ.).
10. Barabanshchikov V. A. Systematic organization and development of the Drummers' psyche // *Psihologicheskij zhurnal*. 2022. T. 24;1: 29–46. (In Russ.).
11. Golovachev V. C. Samoubijstvo, kak rodovoj obyčaj i sakral'nyj ritual v tradicionnom Kitae. Available from: <http://abirus.ru/content/564/623/625/644/649/848.html#11> (data obrashcheniya: 12.10.2023). (In Russ.).
12. Dozorceva E. G. *Psihologicheskaya travma u podrostkov s problemami v povedenii. Diagnostika i korrekciya*. M. : Genesis, 2022. 128 s. (In Russ.).
13. Odincova M. A. «Skrityj» suicid kak proyavlenie psihologicheskogo neblagopoluchiya alkogolezavisimoy lichnosti // *Suicid: ocherki po teorii i praktiki* / pod red. E. S. Asmakovec, S. P. Mel'nichkina. Omsk: BOUDPO «IROO», 2019. S. 143–160. (In Russ.).
14. Menninger K. *Vojna s samim soboj*. M. : EKSMO-Press, 2019. 480 s. (In Russ.).
15. Zaporozhec A. V. *Osnovnye problemy ontogeneza psihiki: izbran. psiholog. trudy: v 2 t. / redkol. V. V. Davydov [i dr.]*. T. 1. M. : Pedagogika, 2019. S. 223–257. (In Russ.).
16. Rappoport A. A systematic approach in psychology // *Psihologicheskij zhurnal*. 2021. T. 15;3: 3–16. (In Russ.).
17. Seryj A. V. Value-semantic aspects of psychological work with students in crisis situations / A. V. Seryj, M. S. YAnickij, E. V. Harchenko // *Vestnik NGPU*. 2014;2 (18). Available from: <https://cyberleninka.ru/article/n/tsennostno-smyslovye-aspekty-psihologicheskoy-raboty-so-studencheskoy-molodezhyu-nahodyascheysya-v-krizisnoj-situatsii> (data obrashcheniya: 09.04.2024). (In Russ.).
18. Vygotskij L. S. *Etyudy po istorii povedeniya: Obez'yana. Primitiv. Rebenok* / L. S. Vygotskij, A. R. Luriya. M. : Pedagogika-Press, 2021. 224 s. (In Russ.).
19. Korobejnikov I. A. *Narusheniya razvitiya i social'naya adaptaciya*. M.: PERSE, 2021. 192 s. (In Russ.).
20. Lasovskaya T. YU. Self-harming behavior in people with borderline personality disorder (literature review) // *Sibirskij vestnik psihiatrii i narkologii*. 2019;6: 58–61. (In Russ.).
21. Isaeva E. R. *Sovladayushchee so stressom i zashchitnoe povedenie lichnosti pri rasstrojstvah psihicheskoy adaptacii razlichnogo geneza: dis. ...d-ra psihol. nauk: 19.00.04* / Isaeva Elena Rudol'fovna. SPb., 2019. 367 s. (In Russ.).
22. Batey Helen Elizabeth *Intrusive Thoughts, Mindfulness and Dissociation in Self-Harm / university of Plymouth Research Theses*. 2011. 224 r. Available from: <http://hdl.handle.net/10026.1/484> (data obrashcheniya: 29.03.2024). R. 90–93.
23. Holmogorova A. BA. Beck's cognitive psychotherapy and cultural-historical psychology // *Konsul'tativnaya psihologiya i psihoterapiya*. 2019;2: 20–33. (In Russ.).

Статья поступила в редакцию 12.02.2025;  
одобрена после рецензирования 17.03.2025;  
принята к публикации 20.03.2025.

The article was submitted 12.02.2025;  
approved after reviewing 17.03.2025;  
accepted for publication 20.03.2025.