

НАУЧНАЯ СТАТЬЯ  
УДК 616.89-008.441.45



## **Самоповреждающее поведение у подростков: особенности формирования и опасность тенденции**

**Алина Сергеевна СЕГЕДА** ✉, **Алина Дмитриевна САЗОНОВА**  
ФГБОУ ВО «Тамбовский государственный университет им. Г.Р. Державина»  
392000, Российская Федерация, г. Тамбов, ул. Интернациональная, 33  
✉ [seged3105@gmail.com](mailto:seged3105@gmail.com)

**Аннотация.** Сейчас эпидемия самоповреждающего несуицидального поведения в мире. Селф-харм – это агрессивное поведение, направленное на себя, которое проявляется осознанными и умышленными попытками принести вред себе и своему телу без цели совершить суицид. Целью работы является исследование особенностей проявления и причин формирования несуицидального самоповреждающего поведения у подростков. Для выявления особенностей формирования селф-харма было проведено исследование показателей психического состояния в группах школьников 10–11 классов и пациентов психоневрологического отделения с признаками самоповреждения. Было выявлено, что у подростков с проявлениями несуицидального самоповреждения показатели аутоагрессии, тревоги, депрессивности находятся на более высоком уровне.

**Ключевые слова:** самоповреждающее поведение, селф-харм, подростки, аутоагрессивное не-суицидальное поведение

**Благодарности:** Авторы выражают особую признательность научному руководителю Гаже Андрею Константиновичу, профессору, кандидату педагогических наук, за бесценный опыт, переданный в научных исследованиях и чуткое наставничество. А также благодарим за помощь в проведении научно-исследовательской работы.

**Для цитирования:** *Сегеда А.С., Сазонова А.Д.* Самоповреждающее поведение у подростков: особенности формирования и опасность тенденции // Державинский форум. 2023. Т. 7. № 4. С. 590-595.

---

ORIGINAL ARTICLE  
UDC 616.89-008.441.45

## **Self-harming behavior of adolescents: features of formation and danger of the trend**

**Alina S. SEGEDA** ✉, **Alina D. SAZONOVA**  
Derzhavin Tambov State University  
33 Internatsionalnaya St., Tambov, 392000, Russian Federation  
✉ [seged3105@gmail.com](mailto:seged3105@gmail.com)

**Abstract.** There is now an epidemic of self-harming suicidal behavior in the world. Self-harm is aggressive behavior directed at oneself, which is manifested by conscious and deliberate attempts to harm oneself and one's body without the goal of committing suicide. The aim of the work is to study

the features of the manifestation and causes of the formation of suicidal self-harming behavior in adolescents. To identify the features of self-harm formation, a study of mental state indicators is conducted in groups of schoolchildren of grades 10–11 and patients of the neuropsychiatric department with signs of self-harm. It is revealed that in adolescents with manifestations of non-suicidal self-harm, the indicators of autoaggression, anxiety, and depression are at a higher level.

**Keywords:** self-harming behavior, self-harm, adolescents, auto-aggressive non-suicidal behavior

**Acknowledgements:** The authors express their special gratitude to the scientific supervisor Andrey Konstantinovich Gage, professor, PhD (Pedagogy), for the invaluable experience transferred in scientific research and sensitive mentoring. And also thank you for your help in carrying out research work.

**For citation:** Segeda, A.S. & Sazonova, A.D. (2023). Self-harming behavior of adolescents: features of formation and danger of the trend. *Derzhavinskii forum = Derzhavin Forum*, vol. 7, no. 4, pp. 590-595. (In Russ., abstract in Eng.)

## ВВЕДЕНИЕ

В настоящее время существует эпидемия самоповреждающего несуицидального поведения (non-suicidal self-injury – NSSI) в мире [1]. Селф-харм – это агрессивное поведение, направленное на себя, которое проявляется осознанными и умышленными попытками принести вред себе и своему телу без цели совершить суицид. Однако необходимо учитывать, что некоторые случаи подросткового селф-харма могут привести к смерти [2]. Самоповреждающее поведение – расстройство, которое часто наблюдается при различных психоневрологических заболеваниях. В последнее время научный, клинический и общественный интерес к изучению селф-харма значительно вырос [3].

В настоящее время учеными отмечается увеличение случаев подросткового самоповреждения. По данным суицидологов, более 20 % подростков хотя бы единожды практиковали селф-харм [4]. Однако, несмотря на это, исследований по изучению данного вопроса остается все также мало. Большинство подростков берут негативный пример самоповреждающего поведения со своих сверстников. Многие люди, видя такие вещи, не будут это практиковать, за исключением 20–30 % подростков, которые пробовали

самоповреждающее поведение хотя бы раз [5].

На сегодняшний день отсутствует единая классификация самоповреждающего поведения. Одна из наиболее подробных классификаций предложена М. Стронг. В ней выделяются два типа самоповреждающего поведения. Первый тип вызван соблюдением определенных традиций, выполнением культурных ритуалов, обычаев. Второй – обусловлен собственно патологией психики – девиантно-патологическим аутоагрессивным поведением [6]. Этот тип включает в себя 3 вида самоповреждений

1) значительные – ампутация конечностей, кастрация, удаление глаз. Наблюдаются при острых психозах, маниакальном синдроме, шизофрении, тяжелой депрессии. Пациенты объясняют свои действия религиозными, моральными и сексуальными мотивами;

2) стереотипные – монотонно повторяющиеся действия (пациенты бьются головой о стену, кусают пальцы). Символизма в таком поведении не наблюдается. Встречается у людей с задержкой развития, аутизмом;

3) поверхностные – самый частый вариант самоповреждающего поведения. Являются признаками депрессивных и тревожных реакций. Могут проявляться в виде порезов, вырывания волос, ожогов, голодания и т. д. [7].

Эпизод самоповреждения, так называемой пробы, может возникнуть даже на фоне абсолютного психического благополучия. Другой вопрос – повторит это человек или нет. Природа самоповреждающего поведения и мотивация людей довольно разнообразна [8]. Самые частые варианты проявления NSSI – порезы, данный метод наиболее характерен для девушек, поврежденными становятся предплечья, бедра, ладони, плечи. Юноши чаще используют нанесение ударов кулаком по различным объектам и самоизбиение [2; 9]. Многие люди наносят себе повреждения, чтобы облегчить чувство вины и стыда, таким образом, наказывая себя за что-то [10]. Для других это метод проявления гнева, если есть запрет на его выражение. Стоит отметить, что при анализе природы самоповреждающего поведения достаточно важен аспект коморбидности. Многие повреждают себя при психозах, посттравматическом стрессовом и биполярном аффективном расстройствах. При депрессии, когда подростки ко всему равнодушны, они практикуют самоповреждающее поведение, чтобы почувствовать себя «живыми» [11]. Непродолжительное облегчение, которое происходит после нанесения себе повреждений, объясняется подъемом эндорфинов. Физиологическое выделение гормонов обусловлено ответной реакцией на боль, вызванную физической травмой. По причине того, что данное гормональное состояние длится недолго, и вскоре уровень эндорфинов возвращается к стандартным значениям, человеку снова приходится прибегать к самоповреждающему поведению [12]. Связь суицида и селф-харма неоднозначна, но самоповреждающее поведение наносит значительный вред не только физическому здоровью, но и психологическому состоянию подростков.

Цель исследования – анализ особенностей проявления и причин формирова-

ния несуйцидального самоповреждающего поведения у подростков.

## МАТЕРИАЛЫ И МЕТОДЫ

Для изучения особенностей проявления и причин формирования селф-харма исследовались 2 группы подростков в возрасте 15–17 лет. Первая – пациенты стационара психоневрологического профиля с признаками самоповреждений – 18 человек, вторая – учащиеся 10–11 классов – 30 человек. В работе использовали опросник суицидального риска (ОСР) (А.Г. Шмелев), шкалу тревоги и безнадежности (А. Бек), опросник по аутоагрессии (Е.П. Ильин и др.), опросник уровня агрессивности (А. Басс, А. Дарки). Также исследуемые 1 группы участвовали в личностном опроснике для определения характера, локализаций, частоты самоповреждений.

## РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

Среди пациентов стационара психоневрологического профиля с самоповреждениями количество девушек достигало 88,9 % (16 человек), юношей – 11,1 % (2 человека). Выявлено 77,8 % (14 человек) подростков, наносящих порезы на различные участки тела (предплечья, плечи, бедра, голени); 22,2 % (4 человека) наносящие себе сильные удары или бьющиеся частями тела. Больше половины опрошенных подростков наносили себе повреждения с целью облегчения эмоциональной боли (61,1 % – 11 человек), 27,8 % (5 человек) – для привлечения внимания своих близких, и 11,1 % (2 человека) – как самонаказание.

По шкале А. Бека, 67 % школьников имели незначительный уровень тревоги, 33 % – среднюю выраженность. У пациентов с самоповреждениями 11,1 % обладали незначительной тревожностью, 55,5 % – средней и 33,4 % – очень высо-

кой. Исходя из этого, было установлено, что у подростков с самоповреждениями уровень тревоги в 2 раза выше, чем у школьников.

По опроснику ауто- и гетероагрессии Е.П. Ильина, у школьников данные показатели были почти что на одинаковом низком уровне. В группе пациентов с проявлениями селф-харма более выражены были показатели аутоагрессии. Данные, полученные с помощью опросника уровня агрессивности (А. Басс, А. Дарки), указывают на то, что у пациентов психоневрологического профиля показатели агрессивности повышены у 27,8 % человек, индекс враждебности превышает норму у 38,9 %. У 3,4 % школьников выявлено превышение индекса агрессивности и увеличение показателей враждебности у 6,7 % подростков.

По результатам интерпретации шкалы безнадежности у 46,7 % школьников этот показатель в норме. У этих подростков отсутствует негативное отношение к субъективному будущему. Негативные ожидания относительно своего будущего имеют 53,3 % школьников. У 39,8 % из них выявлена легкая степень безнадежности, у 6,9 % – средняя и у 6,6 % – тяжелая. Превышения данного показателя – косвенный маркер суицидального риска. Среди пациентов у 5,5 % безнадежность не выявлена. У 33,3 % проявлена легкая степень безнадежности, у 38,9 % – средняя, у 22,3 % – тяжелая. Таким образом, у 94,5 % пациентов определен достаточно высокий уровень данного показателя, что может предрасполагать к развитию многих психических нарушений.

По результатам опросника суицидального риска в группе пациентов выявили наиболее выраженные показатели

«социального пессимизма». Уровни «аффективности» и «несостоятельности» достигали одинаково высоких значений. У таких людей в жизни доминируют эмоции и чувства, поэтому им привычно принимать нерациональные решения, импульсивно реагировать на любые события, что характерно для самоповреждающего поведения. В группе учащихся определены высокие показатели по шкалам «максимализм» и «социальный пессимизм». У многих подростков определялась отрицательная концепция окружающего мира, которая оказывает негативное влияние на психическое состояние.

## ВЫВОДЫ

Было выявлено, что у подростков с проявлениями несуйцидального самоповреждения показатели аутоагрессии, тревоги, депрессивности находятся на более высоком уровне. Таким образом, можно предположить, что в основе развития селф-харма лежит определенная психологическая конституция. Самоповреждения являются только результатом значительного внутреннего слома. Прежде всего, специалистам необходимо определить причину самоповреждающего поведения, то есть, чего недостаточно в жизни или что вызывает страдания, неустранимые другими способами, что единственным решением становится нанесение себе вреда. Профилактика эпизодов селф-харма должна быть направлена на сокращение индивидуальных проблем, предрасполагающих развитию NSSI, и на формирование новых навыков позитивного преодоления проблем, общения, управления стрессом и сильной социальной поддержки.

## Список источников

1. Boev O.I., Bychkova O.G. Monitoring of Intentional Self-Harm as a Tool to Detect Mental Disorders and Improve Access to Psychiatric Care // Consortium Psychiatricum. 2022. Vol. 3. № 2. P. 60-68. <https://doi.org/10.17816/CP181>, <https://elibrary.ru/cuuxye>

2. Давидовский С.В., Игумнов С.А., Козлов К.С. Несуицидальные самоповреждения у подростков: современные концепции // Вопросы психического здоровья детей и подростков. 2022. Т. 22. № 2. С. 80-91. <https://elibrary.ru/dyapdl>
3. Колесников М.П. Селф-харм как проблема современности // Психология: новые горизонты: сб. тр. Студенческого форума II Междунар. науч.-практ. конф. Симферополь: ООО «ИТ «Ариал», 2023. С. 111-116. <https://elibrary.ru/hkgzpe>
4. Любов Е.Б., Зотов П.Б. Несуицидальные самоповреждения подростков: общее и особенное // Суицидология. 2020. Т. 11. № 3 (40). С. 44-71. [https://doi.org/10.32878/suiciderus.20-11-03\(40\)-44-71](https://doi.org/10.32878/suiciderus.20-11-03(40)-44-71), <https://elibrary.ru/qttpkz>
5. Григорьева М.И., Мозгачева Е.С. Личностные особенности лиц молодого возраста с самоповреждающим поведением // Бюллетень медицинских интернет-конференций. 2020. Т. 10. № 1. С. 39-40. <https://elibrary.ru/getucv>
6. Демакова О.Э., Шагапова А.М., Шаяметова Э.Ш. Психология самоповреждающего поведения // Молодой ученый. 2023. № 19 (466). С. 545-548. <https://elibrary.ru/dhsika>
7. Добровидова Н.А., Горохова М.Ю., Матасова И.Л., Устюжанинова Е.Н., Шаталина М.А. Диагностика отклоняющегося поведения. Вып. 1. Психологическая диагностика самоповреждающего и суицидального поведения. Самара: СФ ГАОУ ВО «Моск. город. пед. ун-т», 2022. 50 с.
8. Макарова О.С., Пыркова К.В., Красильникова А.М., Насибуллина Р.Р. Образ тела и особенности совладающего поведения у подростков с самоповреждающим поведением (клинические случаи) // Неврологический вестник. 2020. Т. 52. № 1. С. 92-96. <https://doi.org/10.17816/nb21253>, <https://elibrary.ru/anskad>
9. Гарагашева Е.П. Самоповреждения: вопросы классификации // Университетская медицина Урала. 2021. Т. 7. № 3 (26). С. 21-22. <https://elibrary.ru/xqlypw>
10. Коровина О.Е., Щербинина Д.А. Психологические особенности подростков с самоповреждающим поведением // Актуальные проблемы развития личности в условиях современных реалий: сб. материалов III Междунар. науч.-практ. конф. Ереван: Рос.-Армян. (Славянский) ун-т, 2022. С. 333-342. <https://elibrary.ru/hnczrj>
11. Жесткова Н.А. Причины и стратегии самоповреждающего поведения в подростковом возрасте // Рефлексия. 2022. № 1. С. 32-34. <https://elibrary.ru/qwbhvh>
12. Дарьин Е.В., Зайцева О.Г. Этиология и факторы риска несуйцидального самоповреждающего поведения // Медицинский вестник Юга России. 2023. Т. 14. № 1. С. 13-23. <https://doi.org/10.21886/2219-8075-2023-14-1-13-23>, <https://elibrary.ru/nyssqo>

## References

1. Boev O.I., Bychkova O.G. (2022). Monitoring of intentional self-harm as a tool to detect mental disorders and improve access to psychiatric care. *Consortium Psychiatricum = Consortium Psychiatricum*, vol. 3, no. 2, pp. 60-68. <https://doi.org/10.17816/CP181>, <https://elibrary.ru/cuuxye>
2. Davidovskii S.V., Igumnov S.A., Kozlov K.S. (2022). Non-suicidal self-harm in adolescents: modern concepts. *Voprosy psikhicheskogo zdorov'ya detei i podrostkov = Mental Health of Children and Adolescent*, vol. 22, no. 2, pp. 80-91. (In Russ.) <https://elibrary.ru/dyapdl>
3. Kolesnikov M.P. (2023). Self-kharm kak problema sovremennosti [Self-harm as a problem of modernity]. *Sbornik trudov Studencheskogo foruma II Mezhdunarodnoi nauchno-prakticheskoi konferentsii «Psikhologiya: novye gorizonty»* [Proceedings of the Student Forum 2nd International Scientific and Practical Conference “Psychology: New Horizons”]. Simferopol, PP “Arial” LLC, pp. 111-116. (In Russ.) <https://elibrary.ru/hkgzpe>
4. Lyubov E.B., Zotov P.B. (2020). Adolescents non-suicidal self-injury: general and particular. Part 1. *Suitsidologiya = Suicidology*, vol. 11, no. 3 (40), pp. 44-71. (In Russ.) [https://doi.org/10.32878/suiciderus.20-11-03\(40\)-44-71](https://doi.org/10.32878/suiciderus.20-11-03(40)-44-71), <https://elibrary.ru/qttpkz>

5. Grigorieva M.I., Mozgacheva E.S. (2020). Lichnostnye osobennosti lits molodogo vozrasta s samopovrezhdayushchim povedeniem [Personal characteristics of young people with self-harming behavior]. *Byulleten' meditsinskikh internet-konferentsii = Bulletin of Medical Internet Conferences*, vol. 10, no. 1, pp. 39-40. (In Russ.) <https://elibrary.ru/getucv>
6. Demakova O.E., Shagapova A.M., Shayametova E.Sh. (2023). Psikhologiya samopovrezhdayushchego povedeniya [Psychology of self-harming behavior]. *Molodoi uchenyi [Young Scientist]*, no. 19 (466), pp. 545-548. (In Russ.) <https://elibrary.ru/dhsika>
7. Dobrovidova N.A., Gorokhova M.Yu., Matasova I.L., Ustyuzhaninova E.N., Shatalina M.A. (2022.) *Diagnostika otklonyayushchegosya povedeniya. Vypusk 1. Psikhologicheskaya diagnostika samopovrezhdayushchego i suitsidal'nogo povedeniya* [Diagnosis of deviant behavior. Issue 1. Psychological diagnostics of self-harming and suicidal behavior]. Samara, Samara branch of the State Autonomous educational institution of Moscow "Moscow City University" Publ., 50 p. (In Russ.)
8. Makarova O.S., Pyrkova K.V., Krasilnikova A.M., Nasibullina R.R. (2020). Body image and coping behavior in adolescents with self-damaging behavior (clinical cases). *Nevrologicheskii vestnik = Neurology Bulletin*, vol. 52, no. 1, pp. 92-96. (In Russ.) <https://doi.org/10.17816/nb21253>, <https://elibrary.ru/anskad>
9. Garagasheva E.P. (2021). Samopovrezhdeniya: voprosy klassifikatsii [Self-harm: classification issues]. *Universitetskaya meditsina Urala [University Medicine of the Urals]*, vol. 7, no. 3 (26), pp. 21-22. (In Russ.) <https://elibrary.ru/xqlypw>
10. Korovina O.E., Shcherbinina D.A. (2022). Psychological characteristics of adolescents with self-harming behavior. *Sbornik materialov III Mezhdunarodnoi nauchno-prakticheskoi konferentsii «Aktual'nye problemy razvitiya lichnosti v usloviyakh sovremennykh realii»* [Proceedings of the 2nd International Scientific and Practical Conference "Actual problems of personality development in the conditions of modern realities"]. Erevan: Russian-Armenian University, pp. 333-342. (In Russ.) <https://elibrary.ru/hnczrj>
11. Zhestkova N.A. (2022). Causes and strategies for self-harming behavior in adolescent. *Refleksiya [Reflection]*, no. 1, pp. 32-34. (In Russ.) <https://elibrary.ru/qwbbhv>
12. Daryin E.V., Zaitseva O.G. (2023). Etiology and risk factors for non-suicidal self-injurious behavior. *Meditsinskii vestnik Yuga Rossii = Medical Herald of the South of Russia*, vol. 14, no. 1, pp. 13-23. (In Russ.) <https://doi.org/10.21886/2219-8075-2023-14-1-13-23>, <https://elibrary.ru/nyssqo>

---

#### Информация об авторах

**Сегеда Алина Сергеевна**, студентка медицинского института, Тамбовский государственный университет им. Г.Р. Державина, г. Тамбов, Российская Федерация, [seged3105@gmail.com](mailto:seged3105@gmail.com)

**Сазонова Алина Дмитриевна**, студентка медицинского института, Тамбовский государственный университет им. Г.Р. Державина, г. Тамбов, Российская Федерация, [alina-saz2106@mail.ru](mailto:alina-saz2106@mail.ru)

#### Information about the authors

**Alina S. Segeda**, Student of the Medical Institute, Derzhavin Tambov State University, Tambov, Russian Federation, [seged3105@gmail.com](mailto:seged3105@gmail.com)

**Alina D. Sazonova**, Student of the Medical Institute, Derzhavin Tambov State University, Tambov, Russian Federation, [alina-saz2106@mail.ru](mailto:alina-saz2106@mail.ru)

---

Статья поступила в редакцию / The article was submitted 18.07.2023

Одобрена после рецензирования / Approved after reviewing 16.10.2023

Принята к публикации / Accepted for publication 23.11.2023