

Лазаренко Лариса Анатольевна

канд. психол. наук, доцент

ФГБОУ ВО «Кубанский государственный университет»

г. Краснодар, Краснодарский край

Есликовская Диана Олеговна

магистрант

ФГБОУ ВО «Кубанский государственный университет»

г. Краснодар, Краснодарский край

Мироненко Екатерина Васильевна

магистрант

ФГБОУ ВО «Кубанский государственный

медицинский университет»

г. Краснодар, Краснодарский край

Чуприна Максим Васильевич

магистрант

ФГБОУ ВО «Кубанский государственный

медицинский университет»

г. Краснодар, Краснодарский край

РАСПРОСТРАНЕННОСТЬ САМОПОВРЕЖДАЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ В ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ

Аннотация: в статье представлен аналитический обзор современных исследований, посвящённых распространённости самоповреждающего поведения в различных возрастных группах. На основе анализа научных публикаций 2020–2025 гг. рассматриваются особенности несуйцидального самоповреждения, его возрастная динамика, психологические и социальные детерминанты. Особое внимание уделяется подростковому возрасту как периоду наибольшего риска формирования самоповреждающих форм поведения. Делается вывод о необходимости возрастнo-ориентированных профилактических и диагностических подходов в системе охраны психического здоровья.

Ключевые слова: *самоповреждающее поведение, несуйцидальное самоповреждение, подростковый возраст, возрастная динамика, распространенность, факторы риска.*

Актуальной выбранной темы обусловлена тем, что самоповреждающее поведение ассоциируется с высоким риском развития психических расстройств, снижением качества жизни, а также с повышенной вероятностью суйцидальных попыток в будущем. Под самоповреждающим поведением понимаются преднамеренные действия, направленные на причинение физического вреда собственному телу без непосредственного суйцидального намерения. Наиболее распространённой формой является несуйцидальное самоповреждение (non-suicidalself-injury, NSSI), включающее порезы, ожоги, удары и другие способы повреждения тела. Несмотря на отсутствие суйцидального намерения, СПБ рассматривается как значимый фактор риска суйцидального поведения [2].

Цель данной статьи – изучить распространенность самоповреждающего поведения в различных возрастных группах на основе анализа научных источников по теме исследования, а также выявить основные возрастные особенности данного феномена.

Теоретико-методологические основы изучения распространенности самоповреждающего поведения позволяют рассмотреть различные возрастные группы, поскольку возраст является одним из ключевых факторов, определяющих формы, частоту и психологические функции самоповреждений. Анализ возрастных особенностей позволяет более точно выстраивать профилактические и лечебные стратегии. В работе использован теоретический метод исследования, включающий анализ и обобщение данных отечественных и зарубежных научных публикаций, систематических обзоров и мета-анализов, посвящённых проблеме самоповреждающего поведения. В качестве материалов исследования рассматривались статьи, опубликованные в рецензируемых психологических и психиатрических журналах, а также клинические рекомендации и эпидемиологические исследования. Применялись методы сравнительного анализа, логического обобщения и систематизации полученных данных.

В отечественной научной литературе проблема самоповреждающего поведения активно разрабатывается с начала 2000-х годов, однако наибольший рост числа эмпирических и обзорных исследований наблюдается после 2020 года, что связано с повышенным вниманием к вопросам психического здоровья подростков и молодёжи. Современные отечественные авторы рассматривают самоповреждающее поведение (далее СП) преимущественно в контексте клинической психологии, психиатрии и психологии развития [1].

Самоповреждающее поведение (СП) в настоящее время рассматривается как значимая медико-психологическая проблема, имеющая высокую распространённость и серьёзные последствия для психического здоровья. В научной литературе последних лет отмечается устойчивый рост интереса к изучению несуйцидального самоповреждения как самостоятельного феномена, не сводимого исключительно к суйцидальному поведению [7].

В современных теоретических моделях самоповреждающее поведение рассматривается как многофакторный феномен, формирующийся под воздействием биологических, психологических и социальных факторов. Ряд авторов указывает, что основными функциями самоповреждений являются регуляция интенсивных негативных эмоций, снижение внутреннего напряжения и восстановление субъективного чувства контроля и безопасности [2]. Согласно данным систематических обзоров, самоповреждающее поведение тесно связано с эмоциональной дисрегуляцией, импульсивностью, а также с симптомами депрессии и тревоги. При этом подчёркивается, что наличие СП не всегда свидетельствует о клиническом психическом расстройстве, особенно в подростковом возрасте, где самоповреждения могут носить ситуативный и экспериментальный характер [6].

Подростковый возраст большинством современных авторов рассматривается как период наибольшей уязвимости к формированию самоповреждающего поведения. Согласно данным мета-анализов и популяционных исследований, опубликованных после 2020 года, от 15 до 30% подростков сообщают хотя бы об одном эпизоде несуйцидального самоповреждения в течение жизни [3]. Психологические механизмы самоповреждающего поведения подробно

анализируются в работах Кузнецовой С.О. и Такмаковой М.В. [5]. В их исследовании выявлена значимая связь между нарушениями привязанности и склонностью к несуицидальному самоповреждению у подростков, что подтверждает роль раннего эмоционального опыта в формировании деструктивных копинг-стратегий. Авторы подчёркивают, что самоповреждающее поведение часто выполняет функцию регуляции аффекта в условиях дефицита адаптивных способов эмоционального выражения.

В эпидемиологическом исследовании, опубликованном в Журнале неврологии и психиатрии им. С.С. Корсакова, показано, что доля подростков, имеющих опыт несуицидального самоповреждения, в российских выборках сопоставима с данными зарубежных исследований и достигает 20–25% [8]. Авторы подчёркивают, что наибольший риск формирования устойчивых форм самоповреждающего поведения наблюдается в возрасте 13–17 лет. Отдельного внимания заслуживают исследования, посвящённые образу тела и самовосприятию у подростков с самоповреждающим поведением. В работе М.А. Кузнецовой и соавторов показано, что у подростков с НССП наблюдается более выраженное искажённое восприятие собственного тела, а также повышенный уровень телесного недовольства по сравнению с контрольной группой [5]. Эти данные расширяют представления о психологических факторах, ассоциированных с самоповреждающим поведением.

В молодом взрослом возрасте распространённость самоповреждающего поведения несколько снижается, однако остаётся клинически значимой. По данным современных исследований, у значительной части молодых взрослых самоповреждающее поведение начинается ещё в подростковом возрасте и может сохраняться в виде устойчивого паттерна. Важным направлением отечественных исследований является разработка и адаптация диагностических инструментов. Так, в публикации, посвящённой психометрической проверке опросника ISAS на российской выборке, продемонстрирована его надёжность и валидность для оценки функций и форм самоповреждающего поведения у подростков и молодых взрослых [7]. В рамках данного исследования также представлены данные о

распространённости НССП в условиях пандемии, что подчёркивает влияние социальных стрессоров на частоту самоповреждений.

Авторы подчёркивают связь СП в данной возрастной группе с хроническим стрессом, академическими и профессиональными нагрузками, а также трудностями межличностных отношений. Таким образом, самоповреждающее поведение в молодом возрасте рассматривается как индикатор неблагоприятных стратегий совладания [4].

Во взрослом и пожилом возрасте показатели распространённости самоповреждающего поведения значительно ниже по сравнению с подростками, однако современные исследования подчёркивают риск недооценки данного феномена. Отечественные авторы также указывают, что во взрослом возрасте СПБ часто остаётся вне поля зрения специалистов, что осложняет диагностику и своевременную помощь [6]. Анализ публикаций последних лет показывает, что большинство современных исследований носят систематический или мета-аналитический характер, что свидетельствует о высоком уровне научной разработанности проблемы. Отдельное внимание уделяется влиянию пандемии COVID-19, которая, по данным ряда авторов, привела к увеличению частоты самоповреждающего поведения среди подростков за счёт роста социальной изоляции и тревожности.

Таким образом, анализ современной научной литературы позволяет сделать вывод о выраженной возрастной специфике самоповреждающего поведения. Подростковый возраст является ключевым периодом формирования СПБ, тогда как во взрослом возрасте данный феномен приобретает более клинически тяжёлый характер. Современные авторы сходятся во мнении, что профилактика самоповреждающего поведения должна начинаться на ранних этапах и учитывать возрастные, психологические и социальные особенности. Современные исследования подтверждают высокую распространённость НССП среди подростков, подчёркивают его возрастную специфику и многофакторную природу, а также указывают на необходимость междисциплинарного подхода к диагностике и профилактике данного феномена.

Список литературы

1. Зверева М.В. Самоповреждающее поведение у подростков в норме и при психической патологии / М.В. Зверева, Л.С. Печникова // Клиническая и специальная психология. – 2013. – Т. 2. №4.
2. Иванова Н.С. Самоповреждающее поведение подростков как форма эмоциональной регуляции: дис. ... канд. психол. наук / Н.С. Иванова. – М., 2021. – 198 с.
3. Карасюк Д.В. Самоповреждающее поведение как эмоционально-поведенческое нарушение в ситуации буллинга / Д.В. Карасюк, Е.А. Чижова, П.Р. Юсупов // Вестник психологии и педагогики Алтайского государственного университета. – 2020. – №1. – С. 63–71.
4. Красильникова А.М. Самоповреждающее поведение детей и подростков с психическими расстройствами / А.М. Красильникова, К.В. Пыркова // Неврологический вестник. – 2019. – Т. 51. №2. – С. 85–91. EDN SEOPBS
5. Кузнецова С.О. Личностные особенности юношей с самоповреждающим поведением и с субклинической депрессией / С.О. Кузнецова, М.В. Такмакова // Вестник Пермского университета. Философия. Психология. Социология. – 2021. – №3. – С. 454–465. DOI 10.17072/2078-7898/2021-3-454-465. EDN LDETGB
6. Любов Е.Б. Самоповреждающее поведение подростков: дефиниции, эпидемиология, факторы риска и защитные факторы. Сообщение I / Е.Б. Любов, П.Б. Зотов, Г.С. Банников // Суицидология. – 2019. – Т. 10. №4(37). – С. 16–46. DOI 10.32878/suiciderus.19-10-04(37)-16-46. EDN QZCFZQ
7. Польская Н.А. К проблеме эмпирического изучения самоповреждающего поведения / Н.А. Польская // Экспериментальная психология в России: традиции и перспективы: сборник. – М., 2010. EDN TVBIZP
8. Польская Н.А. Основы диагностики и профилактики самоповреждающего поведения: монография / Н.А. Польская, А.Ю. Разваляева. – М.: МГППУ, 2022. – 220 с. EDN UENTFR