Национальный психологический журнал. 2025. Т. 20, № 4, С. 46–59
National Psychological Journal. 2025. Vol. 20, No. 4, P. 46–59

КЛИНИЧЕСКАЯ ПСИХОЛОГИЯ / CLINICAL PSYCHOLOGY

Научная статья / Research Article
https://doi.org/10.11621/npj.2025.0404
УДК/UDC 159.9.075; 159.922.8

Копинг-стратегии, неадаптивные тенденции мышления и алекситимия у студентов с преднамеренным несуицидальным самоповреждающим поведением

С.Н. Ениколопов [1, 2], А.Г. Ефремов [2], К.Д. Хломов [3]

[1] Московский государственный университет имени М.В. Ломоносова, Москва, Российская Федерация
[2] Научный центр психического здоровья, Москва, Российская Федерация
[3] Российская академия народного хозяйства и государственной службы при Президенте Российской Федерации, Москва, Российская Федерация

efremovalexander@mail.ru

РЕЗЮМЕ

Актуальность. В мире сейчас среди молодых людей распространено несуицидальное самоповреждающее поведение (НСП), количество актов которого, включая одноразовые, может достигать по разным оценкам до четверти от общего числа студентов.
Цель. В ходе исследования достигались три цели — это изучение методов и различий в моделях НСП в выборке студентов из разных предметных областей, возможных связей между НСП и различными когнитивными нарушениями, и изучение механизмов различных когнитивных нарушений, поддерживающих НСП.
Выборка. В исследовании приняли участие 617 респондентов в возрасте от 17 до 25 лет ($M_{возраст}$ = 23,41; SD = 2,14). Из них 475 женщин (77%) и 142 мужчины (23%), студенты различных профилей, 400 студентов психологического профиля высшего образования.
Методы. Исследование выполнено на основе опросного дизайна с применением трех опросников — шкалы на степень угнетающей руминации (I-RS), стилей совладания (CSQ-3), торонтовской шкалы оценки алекситимии (TAS), и анкеты НСП. Для обработки количественных данных используются регрессионный анализ — логистическая регрессия Омнибус-тест, коэффициент α Кронбаха, t-критерий Стьюдента.
Результаты. Участники с НСП набрали значительно более высокие баллы по неадаптивным стилям и алекситимии. Особенно заметны эти различия были у студентов с повторяющимся и недавним НСП. Неадаптивная направленность мышления и фактор алекситимии оказались наиболее значимыми факторами-предикторами поведения с самоповреждением. Около 10% учащихся с НСП впервые совершили самоповреждения, непосредственно учась в вузе. Студентам психологического профиля больше характерно НСП, чем студентам других профилей. Более высокие уровни концентрации на негативных размышлениях у студентов с НСП позволяют прогнозировать возможность усиления этого поведения и указывают на мишень психотерапевтического воздействия.
Выводы. Результаты подтверждают важность наличия в учебных заведениях служб психологической поддержки, и необходимость дальнейшего исследования психологических механизмов НСП. Молодые люди, имеющие сложности в распознавании своих собственных эмоциональных состояний, хуже способны идентифицировать и применять стратегии терпения дистресса или решения основных психологических проблем.

Ключевые слова: несуицидальное самоповреждающее поведение, алекситимия, неадаптивные тенденции мышления, копинг-стратегии, студенты, высшее образование, студенты-психологи

Для цитирования: Ениколопов, С.Н., Ефремов, А.Г., Хломов, К.Д. (2025). Копинг-стратегии, неадаптивные тенденции мышления и алекситимия у студентов с преднамеренным несуицидальным самоповреждающим поведением. *Национальный психологический журнал, 20*(4), 46–59. https://doi.org/10.11621/npj.2025.0404

A Study of Coping Strategies, Maladaptive Thinking Tendencies and Alexithymia in Students with Intentional Non-Suicidal Self-Harming Behaviour

Sergey N. Enikolopov [1, 2], Alexander G. Efremov [2], Kirill D. Khlomov [3]

[1] Lomonosov Moscow State University, Moscow, Russian Federation
[2] Mental Health Research Centre, Moscow, Russian Federation
[3] Russian Presidential Academy of National Economy and Public Administration, Moscow, Russian Federation

efremovalexander@mail.ru

ABSTRACT

Background. Non-suicidal self-harming behaviour (NSSHB) is now widespread among young people in the world, the number of acts of which, including the one-time ones, can reach, according to various estimates, up to a quarter of the total number of students.
Objectives. The study achieved three goals: to study methods and differences in the models of non-suicidal self-harming behaviour (NSSHB) in a sample of students from different subject areas, possible links between non-suicidal self-harming behaviour (NSSHB) and various cognitive impairments, and to study the mechanisms of various cognitive impairments that support NSSHB.
Study Participants. The study involved 617 respondents aged 17 to 25 years (M_{age} = 23.4; SD = 6.53; 475 women (77%) and 142 men (23%), students of various profiles, 400 students of psychological profile of higher education.
Methods. The study was carried out on the basis of a survey design using three questionnaires: the scale for the degree of depressing rumination (I-RS), coping styles (CSQ-3), the Toronto alexithymia assessment scale (TAS), and the NSSHB questionnaire. To process quantitative data, regression analysis is used — logistic regression Omnibus test, Cronbach's α coefficient, Student's *t*-criterion.
Results. Participants with NSSHB scored significantly higher on maladaptive coping styles and psychology students on alexithymia. These differences were especially noticeable among students with recurrent and recent NSSHB. The maladaptive orientation of thinking and the factor of alexithymia turned out to be the most significant predictors of self-harm behaviour. About 10% of students with NSHB committed self-harm for the first time while studying directly at a university. Psychological profile students are more characterized by NSSHB than students of other profiles (χ^2 = 5.54; df = 1; p = 0.019).
Conclusions. The results confirm the importance of psychological support services in universities, and the need for further research into the psychological mechanisms of NSSHB. Students who have difficulty recognizing their own emotional states are less able to identify and apply strategies for enduring distress or solving underlying psychological problems.

Keywords: non-suicidal self-harming behaviour, alexithymia, maladaptive thinking tendencies, coping strategies, students, psychological profile of higher education

For citation: Enikolopov, S.N., Efremov, A.G., Khlomov, K.D. (2025). A study of coping strategies, maladaptive thinking tendencies and alexithymia in students with intentional non-suicidal self-harming behaviour. *National Psychological Journal, 20*(4), 46–59. https://doi.org/10.11621/npj.2025.0404

ВВЕДЕНИЕ

Работники психологических служб при учебных заведениях Российской Федерации должны быть в состоянии оказывать надлежащую поддержку учащимся, замеченным в преднамеренном нанесении себе физического ущерба (Васильева и др., 2021). Использование множества различных терминов для обозначения такого поведения — членовредительство (self-mutilation), преднамеренное членовредительство (deliberate self-harm — DSH), самоповреждающее поведение (self-injurious behaviours — SIB), не связанное с самоубийством самоповреждающее поведение (non-suicidal self-injury — NSSI) — привело к путанице в исследовательской литературе и с самим понятием «членовредительство», и в его отношении к суицидальному поведению, или к самоповреждающему поведению, осуществляемому без суицидальных намерений, и к самоповреждающему поведению с неясными намерениями. Психиатрические исследования, например, сосредоточены главным образом на пациентах, поступивших в отделения неотложной помощи в результате попытки самоубийства (Ефремов и др., 2020). В данной работе мы акцентируемся на несуицидальном самоповреждающем поведении несмотря на то, что существуют теории, предполагающие связь самоповреждающего и суицидального поведения (Чистопольская, Ениколопов, 2019). В литературе описаны различные методы членовредительства: процарапывания, поверхностные надрезы, физическое самобичевание, практикуемые для уменьшения негативного эмоционального возбуждения (Польская, 2018). Несуицидальное самоповреждающее поведение (НСП) мы определяем как поведение, направленное на физическое повреждение тканей и органов собственного тела (Польская, 2018; Кузнецова и др., 2023), и в данной работе употребляем термины «самоповреждающее поведение», «несуицидальное самоповреждающее поведение», «членовредительство» как синонимичные.

Сейчас имеется лишь ограниченная информация о моделях и предпосылках растущего числа случаев самоповреждающего поведения среди молодежи. Предпринятые попытки определить частоту и характер членовредительства среди студентов установили, что в общей сложности 17% участников опросов сообщили по крайней мере об одном случае членовредительства в течение жизни, чаще всего о царапинах или пощипывании кожи, а 33% из тех, кто сообщил о членовредительстве, говорили о порезах. Женщины преобладали среди тех, кто сообщил о более чем одном случае членовредительства (Абрамова и др., 2018; Кулешов и др., 2022; Хуторянская и др., 2022; Hawton et al., 2006). Значительная часть из них в прошлом подвергалась физическому или эмоциональному насилию (Егиазарян и др., 2018; Великоцкая и др., 2018). Более трети (36%) студентов, сообщивших о членовредительстве, скрывали свое поведение, и менее 4% сообщили о своих самоповреждениях медицинским службам. Поскольку опрос был добровольным, то полагаем, что цифра 17% весьма занижена по сравнению с истинными масштабами распространенности поведения с самоповреждением (Whitlock et al., 2006). Исследования самоповреждающего поведения среди непосредственно студентов-психологов, дали гораздо большие цифры практики НСП. В общей сложности 37% студенток-психологов сообщили по крайней мере об одном случае членовредительства в своей жизни и 17% сообщили о десяти или более инцидентах. Удивительно, но 44% студентов-психологов мужского пола также сообщили о членовредительстве, причем 26% сообщили о пяти или более инцидентах, хотя число опрошенных мужчин было намного меньше (Gratz, Chapman, 2007). Порезы и царапины были наиболее распространенными методами, используемыми женщинами, в то время как мужчины чаще всего сообщали о порезах и ожогах. Как и в первом случае, членовредительство было связано с переживанием агрессии в детстве, но само жестокое обращение не определяло частоту НСП. Поддержание поведения самоповреждения с течением времени было связано с трудностями в регуляции эмоций. Полученные результаты, возможно, не распространяются на студентов других дисциплин, но они подчеркивают, что у определенного количества молодых людей такое поведение не прекращается с окончанием подросткового возраста, но может продолжаться у тех, кто так и не развил навыки регуляции эмоций в трудных ситуациях (Ениколопов и др., 2019; Кузнецова и др., 2022; Кузнецова, Такмакова, 2021).

Теоретическая модель поведения с самоповреждением рассматривает особые механизмы, лежащие в основе повторяющегося несуицидального самоповреждения. Модель предполагает, что причиняющие себе вред имеют особенно сильную тенденцию к избегающему поведению, связанную с импульсивностью, низкой терпимостью к эмоциональному возбуждению и плохими навыками выражения эмоций и управления ими. Предположение о том, что люди, причиняющие себе вред, имеют более низкую толерантность к стрессу, подтверждается исследованиями с использованием показателей физиологического возбуждения и уровня кортизола (Ефремов, 2006; Chapman et al., 2006). Кроме того, было предположено, что алекситимия может модерировать связь между жестоким обращением в детстве и последующим членовредительством (Pavio, McCulloch, 2004). Была установлена связь между членовредительством студентов, обращающихся за помощью, и компонентами алекситимии, в частности трудностями в идентификации и выражении чувств. Исследования стилей совладания показали, что постоянно причиняющие себе вред с большей вероятностью сообщают об использовании стратегии избегания и эмоционально-ориентированного совладания, а не рационального или отстраненного совладания. Другим фактором, который следует учитывать, является сосредоточенное на себе мышление, определяемое как стойкое и повторяющееся негативное (Зинчук и др., 2022). Размышления часто связаны с депрессией и суицидальными идеями, но его потенциальная роль в поддержании несуицидального членовредительства редко изучалась прицельно (Евсеев и др., 2022; Ениколопов и др., 2022; Armey, Crowther, 2008).

ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ИССЛЕДОВАНИЯ

Настоящее исследование преследовало три основные цели: во-первых, получить информацию о методах и моделях самоповреждающего поведения в относительно разнообразной выборке студентов из разных предметных областей, и, во-вторых, изучить возможные связи между самоповреждающим поведением и различными когнитивными нарушениями. Третьей целью было исследование механизмов, которые как предполагается поддерживают несуицидальное самоповреждающее поведение. Гипотезы исследования заключались в том, что студенты, сообщившие о любом членовредительстве, наберут более высокие баллы по показателям социального избегания, негативного мышления, эмоционального торможения и алекситимии и более низкие по показателям рационального и отстраненного совладания. Было также предсказано, что эти тенденции будут наиболее заметны у тех, кто сообщает о многочисленных случаях самоповреждения, и у тех, кто сообщает о самых недавних инцидентах. На данном этапе планирования невозможно предсказать, будут ли обнаружены различия по психометрическим шкалам в зависимости от конкретных способов членовредительства.

В исследование включена обратная связь о работе медико-психологической службы вуза. Достижение этих целей должно повысить эффективность работы университетской медико-психологической службы сопровождения учебного процесса и предложить новые меры психологической помощи студентам.

ВЫБОРКА

Всего в исследовании приняли участие 617 студентов: 475 девушек (77%) и 142 юноши (23%). Выборка состояла из студентов разных предметных направлений трех московских вузов. Из всей выборки 400 (65%) студентов изучали психологию, а остальные 217 (35%) — информатику, естественные и социальные науки. Участники заполнили опросники на виды самоповреждений, общую информацию, показатели стилей совладания и характеристик мышления. Были описаны паттерны и методы самоповреждающего поведения и проведено сравнение психометрических показателей между студентами с каким-либо видом аутоагрессивного поведения и без него, с самоповреждениями до и после поступления в университет, а также с многочисленными случаями самоповреждений.

Возраст студентов варьировал от 17 до 25 лет ($M_{возраст}$ = 23,41; SD = 2,14), каждый из них уже отучился в вузе не менее шести месяцев. Студенты-психологи получали за участие баллы по практическим занятиям, другие студенты были добровольцами, набранными во время прохождения плановой диспансеризации.

МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

Процедура

Для отбора участников использовалась многоступенчатая кластерная случайная выборка. В итоге анкеты были предоставлены 650 студентам московских вузов. Из их числа вернули действительными полностью заполненные 617 опросников, то есть эффективность отдачи = 94,9%. Опрос проводился во внеучебный период с согласия как самих студентов, так и кураторов курсов и администрации вуза. Сначала руководитель проекта сообщил о цели опроса испытуемым, которые добровольно приняли в нем участие и подписали информированное согласие. Затем сотрудники медико-психологического центра разъяснили правильность заполнения бланков методики и после окончания процедуры собрали заполненные формы. Конфиденциальность была достигнута путем сбора и хранения анкет отдельно от форм согласия. Данные из вузов были объединены и занесены в электронную таблицу SPSS для статистического анализа. В исследовании применялись разработанная анкета, стандартизованные опросники, и также был применен статистический анализ данных (программный комплекс SPSS 24.0).

Методики

1. Анкета несуицидального самоповреждающего поведения для русскоязычной выборки (Polskaya, 2018). В анкете общей информации от участников требовалось указать, практиковали ли они когда-нибудь поведение с преднамеренным самоповреждением в виде порезов, царапин или укусов за кожу, прижиганий, самобичеваний, глотания несъедобных предметов, преднамеренного отравления или передозировки. Тех, кто сообщал о подобном поведении, просили записать частоту нанесения самоповреждений, указать время начала, в частности, до или после поступления в вуз. Всем им также было предложено прокомментировать в письменном виде работу медико-психологических служб, если таковые имелись в конкретном вузе.

2. Шкала на степень угнетающей руминации в адаптации Е.А. Дорошевой, Г.Г. Князева (2017) — постоянные угнетающие негативные мысли из 39 пунктов (Inhibition-Rumination Scale — I-RS) (Roger et al., 2011), разработанная Роджером из более раннего опросника оценки контроля эмоций (Emotion Control Questionnaire — ECQ (Roger, Najarian, 1989)). Варианты ответов по шкале I-RS были «верно» или «неверно». Соответствие факторной структуры было нами предварительно проверено с помощью подтверждающего факторного анализа (CFA), что лучше всего подходит для шкал с небольшим количеством пунктов, зависящих от дискретных ответов. Коэффициент α Кронбаха для отдельных факторов варьировал от 0,62 до 0,80 и находился в пределах допустимого диапазона для небольших опросников. Соответствие модели теоретической конструкции оценивалось семейством индексов. Индекс хорошего соответствия (GFI), сравнительный индекс соответствия (CFI), ненормированный индекс соответствия (non-normed), индекс соответствия (NNFI) и среднеквадратичная ошибка аппроксимации (RMSEA). Каждый из значений GFI, CFI и NNFI превышал 0,90, что указывает на приемлемое соответствие теоретической модели полученным данным. Показатель RMSEA (0,63) говорит о приемлемом соответствии.

3. Опросник копинг-стратегий (Coping Styles Questionnaire — CSQ-3), разработанный Роджером с соавторами, предназначен для измерения уровней стилей совладания (Roger, Jarvis, Najarian, 1993). В русскоязычном варианте методика прошла факторизацию и получила удовлетворительные психометрические показали в адаптации Л.И. Вассермана с коллегами (Вассерман и др., 2008). Ответы опросника на типичные стрессовые реакции оценивались четырехбалльной Лайкертовской шкалой: «нет», «скорее нет», «скорее да», «да». Результаты факторизации выявили три наиболее нагруженных фактора (там же). Первый, обозначенный как «Сосредоточенность на эмоциях», объединил 11 пунктов

и объясняет 14,60% дисперсии. Наиболее нагруженным здесь является пункт «Я чувствую себя одиноким» (0,670), а следующим за ним «Я чувствую себя подавленным» (0,667). Второй фактор сгруппировал еще 11 пунктов, объяснив дисперсию на 9,38%. Здесь определяющими характер шкалы являются пункты: «Я предпринимаю действия, чтобы что-то изменить» (0,680) и «Я пытаюсь найти дополнительную информацию, которая поможет мне принять решения о том, что произошло» (0,613). Следовательно, смысловое содержание данного фактора относится к поведению, направленному на рациональное решение проблемы и на ее когнитивную переоценку. Фактор получил название «Рационализация». Наконец, третий фактор объединил 13 пунктов, объяснив 6,96% общей дисперсии. Наиболее информативными в данном случае были пункты следующего толка. «Я делаю вид, что ничего не происходит, даже если окружающие меня спрашивают» (0,673) или «Я говорю о произошедшем как можно меньше» (0,610). Остальные пункты этой шкалы также относились к чувствам отчуждения и идеям отстранения от ситуации, затрагивали склонность к поведению избегания поиска решения проблемы и пассивного ожидания ее спонтанного разрешения. Таким образом, третий фактор получил название «Избегание». Индексы внутренней согласованности (α Кронбаха) оказались приемлемыми для всех измерений CSQ. Сосредоточенность на эмоциях = 0,73; Рационализация = 0,78; Избегание = 0,65.

4. Шкала оценки алекситимии в адаптации Е.Г. Старостиной с др. (2010) (Toronto Alexithymia Scale, Taylor et al., 1992). Методика производит оценку параметров: DIF/DDF — трудности с определением и описанием чувств; DIF — трудности с определением чувств; DDF — трудности с описанием чувств; EOT — мышление, ориентированное на внешний мир; PT — прагматическое мышление; IOE — отсутствие (субъективной значимости или) важности эмоций. В результате адаптации методики получены удовлетворительные показатели индексов соответствия данных теоретической модели: CFI = 0,937 — сравнительный индекс соответствия; SRMR = 0,40 — стандартизированный среднеквадратичный остаток; RMSEA = 0,027 — среднеквадратичная ошибка аппроксимации AIC = 7946,7 — информационный критерий Акаике; BIC = 6445,8 — байесовский информационный критерий. Корреляция между факторами была самой высокой между DDF и DIF (r = 0,77) и умеренной для корреляций с фактором EOT (r(DDF/EOT) = 0,47 и r(DIF/EOT) = 0,32). Оценки надежности ω согласно McDonald составили ωDIF = 0,84, ωDDF = 0,75 и ωEOT = 0,62.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

1. Частота причинения себе вреда

В общей сложности 166 (27%) участников сообщили, что они каким-либо образом причиняли себе вред в какой-то период своей жизни, и 60 участников (9,7% от общей выборки) сообщили, что причиняли себе вред уже после поступления в университет. Из тех, кто сообщил о членовредительстве и ответил на дополнительные вопросы о частоте, 48 (31%) сказали, что они причинили себе вред только один раз, еще 31% сообщили о 2–4 инцидентах и 60 (38%) сообщили о 5 или более случаях НСП. Более высокая доля студенток (29%), чем студентов мужского пола (21%), сообщила о самоповреждении, но эта разница не была статистически значимой. Студенты-психологи (30%) чаще сообщали о членовредительстве, чем студенты, не изучающие психологию (21%), что является статистически значимой разницей (χ^2 = 5,54; df = 1; p = 0,019, two-tailed test).

2. Методы членовредительства

Для студентов, сообщивших о поведении с несуицидальным самоповреждающим поведением, наиболее распространенными методами были царапание или покусывание кожи (88,53% от причинивших себе вред), за которыми следовали порезы (76,46%). Кроме того, 31% из тех, кто сообщил о членовредительстве, сообщили о передозировке, 14% сообщили о том, что преднамеренно обжигались зажигалкой или зажженной сигаретой, и 13% сообщили о проглатывании предметов / самоотравлении, в то время как 19% сообщили о других методах, например, самобичевании руками или предметами. Хотя более половины из тех, кто причинил себе вред, использовали только один метод, остальные использовали два или более, причем 14 студентов сообщили о четырех различных способах.

3. Стиль совладания

Между студентами, имевшими в анамнезе какие-либо случаи НСП, и теми, кто не сообщал о самоповреждении, был обнаружен ряд небольших, но статистически значимых различий средних по стилям совладания со стрессовой ситуацией (Таблица 1).

Обоснование использования t-критерия Стьюдента

Для сравнения использовался *t*-критерий Стьюдента, поскольку выборка дала распределение близкое к нормальному с минимальным эксцессом при равенстве дисперсий в сравниваемых группах (Levene's test p > 0,05). К тому же, если выборка содержит более 100 наблюдений, то *t*-критерий Стьюдента считается устойчивым (robust) нечувствительным к малым отклонениям.

Как и предсказывалось, учащиеся, сообщившие о самоповреждении, набрали значимо более высокие баллы по шкале избегания CSQ-3 (t = 3,26; df = 590; p < 0,0001) и значимо более низкие по шкале рационального совладания (t = 4,05; df = 598; p < 0,0001) по сравнению с теми, у кого не было сообщений о аутоагрессии. Те, кто причинял себе вред, также набрали баллы значимо ниже по шкале «Сосредоточенность на эмоциях» ($t = 5{,}38$; $df = 567$; $p < 0{,}0001$), что указывает на большее внимание к снижению эмоционального возбуждения. Такая динамика оценок по критерию «стили совладания» была особенно заметна у студентов с пятью или более инцидентами и у студентов, которые причинили себе вред уже после поступления в университет, по сравнению со всеми остальными студентами. Когда баллы были проанализированы с точки зрения конкретного метода самоповреждения, выяснилось, что участники, сообщившие о самопорезах, имели значительно более высокие баллы по избеганию, чем студенты, не сообщившие о данном виде НСП, независимо от того, использовали они другие методы или нет ($t = 2{,}84$; $df = 587$; $p < 0{,}005$). Те, кто сообщил о передозировке, имели низкие показатели «отстраненного совладания» ($t = 3{,}30$; $df = 565$; $p < 0{,}001$), что указывает на присутствие высокой эмоциональной компоненты в копинг-стратегии при стрессовой ситуации. Согласно общепринятой градации, коэффициент d Коэна — сила индикатора различий между средними, измеренная в единицах стандартного отношения — считается при $d < 0{,}20$ — слабой, в интервале 0,20–0,50 — средней и при $d > 0{,}80$ — сильной. Таким образом, силу различий средних по шкалам, где различия статистически значимы, можно признать средней, поскольку значения d лежат в интервале от 0,21 до 0,58.

Таблица 1

Описательная статистика и результаты сравнения между группами по шкалам методик CSQ-3, I-RS и TAS

N = 617	Статус аутоагрессии					
	Есть самоповреждения $N_1 = 166$		Нет самоповреждений $N_2 = 451$			
Шкалы	**Mean**	**SD**	**Mean**	**SD**	**t-Стьюд. p**	**d Коэна**
Стиль совладания (CSQ-3)						
Избегание	13,27	5,31	11,78	4,79	$3{,}26^{***}$	0,28
Рационализация	15,12	4,85	16,82	4,50	$4{,}05^{***}$	0,21
Сосредоточенность на эмоциях	32,53	9,45	36,84	8,11	$5{,}38^{***}$	0,26
Степень руминации (I-RS)						
Руминация	11,11	4,22	8,48	4,34	$6{,}37^{***}$	0,38
Эмоциональное угнетение	9,42	5,10	8,14	5,13	$2{,}61^{**}$	0,49
Шкала алекситимии (TAS)						
Трудности с определением чувств	19,94	6,31	16,23	6,04	$3{,}57^{***}$	0,58
Трудности с описанием чувств	14,96	4,44	13,47	4,20	$2{,}06^{*}$	0,39
Мышление, ориентированное на внешний мир	17,73	4,98	17,92	4,74	0,23 $p = 0{,}816$	-
Уровень алекситимии в целом	52,63	12,67	47,62	11,15	$2{,}54^{*}$	0,46

Примечание: $^{*}p < 0{,}05$; $^{**}p < 0{,}01$; $^{***}p < 0{,}001$.

4. Руминация и общее угнетение эмоционального состояния (Методика I-RS)

Баллы по шкале «Руминация» и «Эмоциональное угнетение» приведены в Таблице 1. Студенты, сообщившие о любом виде НСП, набрали статистически значимо более высокие баллы как по руминации ($t = 6{,}37$; $df = 549$; $p < 0{,}0001$), так и по подавлению эмоций ($t = 2{,}61$; $df = 544$; $p < 0{,}009$), причем высокие баллы по шкале руминации были обнаружены у студентов, сообщивших о каждом из трех основных методов самоповреждающего поведения (самопорезы, царапины, передозировка). Кроме того, студенты, которые причиняли себе вред уже после момента поступления в университет, имели самые высокие баллы по шкале руминации ($t = 4{,}07$; $df = 591$; $p < 0{,}002$).

Table 1

Descriptive statistics and comparison results between groups on scales CSQ-3, I-RS и TAS

N = 617	Self-harm status					
	Any self-harm N_1 = 166		No self-harm N_2 = 451			
Measure	**Mean**	**SD**	**Mean**	**SD**	**t**	**Cohen' d**
CopingStylesQuestionnaire (CSQ-3),						
Avoidance coping	13.27	5.31	11.78	4.79	3.26***	0.28
Rational coping	15.12	4.85	16.82	4.50	4.05***	0.21
Focusing on emotions	32.53	9.45	36.84	8.11	5.38***	0.26
Inhibition-Rumination Scale (I-RS)						
Rumination	11.11	4.22	8.48	4.34	6.37***	0.38
Emotion inhibition	9.42	5.10	8.14	5.13	2.61**	0.49
Toronto Alexithymia Scale (TAS)						
Difficulty identifying feelings	19.94	6.31	16.23	6.04	3.57***	0.58
Difficulty describing feelings	14.96	4.44	13.47	4.20	2.06*	0.39
Externally-oriented thinking	17.73	4.98	17.92	4.74	0.23 p = 0.816	-
Alexithymia total	52.63	12.67	47.62	11.15	2.54*	0.46

Note: *p < 0.05; **p < 0.01; ***p < 0.001.

5. Алекситимия (методика TAS)

По шкале оценки алекситимии сообщившие о каком-либо самоповреждении набрали значительно более высокие баллы, чем другие учащиеся, по общей шкале алекситимии (t = 2,54; df =167; p = 0,012) и по фактору «трудности с определением чувств» (t = 3,57; df = 167; p < 0,0001). У 18 студентов (11% из 169 студентов, заполнивших шкалу алекситимии), которые причиняли себе вред уже после поступления в университет, средний балл составил 59,78, что, что в сравнении с другими работами, близко к клиническому порогу (61 балл) для высокой алекситимии и значительно выше норм шкалы, полученных из выборки взрослого сообщества (среднее значение 45,6) (Parker et al., 2003). Они набрали значительно больше баллов, чем другие учащиеся, и по фактору «трудности с определением чувств», и по фактору «трудности с описанием чувств» шкалы алекситимии, как и учащиеся, сообщившие о пяти или более случаях самовреда. По шкале «мышление, ориентированное на внешний мир», существенных различий (p = 0,816) выявлено не было.

6. Логистическая регрессия

Были проведены два регрессионных анализа, чтобы проверить вклад психометрических показателей в прогнозирование любого вида самоповреждения. Используя общий набор данных, была проведена логистическая регрессия с тремя стилями совладания, руминацией и подавлением эмоций в качестве предикторных переменных. По результатам Омнибус теста, который проверяет, является ли объясненная дисперсия в наборе данных значительно большей, чем необъяснимая дисперсия в целом, выявлено, что общая модель достоверно предсказывала статус самоповреждения (Omnibus test: χ^2 = 38,31; df = 5; p < 0,0001). Данная модель успешно предсказала только 14,7% случаев причинения себе вреда. Из предикторных переменных только шкала руминации достоверно предсказывала состояние самоповреждения (p = 0,016).

Вторая логистическая регрессия была проведена для подмножества данных, которые включали баллы по алекситимии. Прогностическими переменными в этом анализе были факторы алекситимии «трудности с определением чувств» и «трудности с описанием чувств», «мышление, ориентированное на внешний мир», «общий балл алекситимии» и размышление. Общая модель была значимой при прогнозировании статуса самоповреждения (Omnibus test: $\chi^2 = 16{,}867$; df = 4; p = 0,002), при этом 21,3% лиц, причинивших себе вред, были предсказаны правильно. Как «руминация» (p = 0,030), так и фактор алекситимии «трудности с определением чувств» (p = 0,029) были значимыми в качестве прогностических переменных.

Регрессионный анализ показывает, что показатели по фактору «трудности с определением чувств», «руминация» и «общий балл алекситимии» были статистически значимыми как предикторы несуицидального самоповреждающего поведения и, следовательно, оказались более прочно с ним связанными, чем показатели стилей совладания. Эти два фактора смогли предсказать лишь относительно небольшую долю тех, кто сообщил о членовредительстве, что неудивительно, учитывая сложность поведения и множество причинно-следственных факторов.

7. Комментарии к работе медико-психологической службы сопровождения учебного процесса

Ответы участников на открытый вопрос о психологической помощи были расшифрованы, а ответы тех, кто сообщил о нанесении себе вреда уже после поступления в университет, были проанализированы тематически. Из 60 студентов (9,7% от общей выборки), которые причинили себе вред после поступления в университет, 35 (58%) никак не прокомментировали работу службы психологической помощи университета. Комментарии остальных 25 (42%) были обобщены по двум актуальным темам: повышение доступности уже существующих видов помощи и роль профессорско-преподавательского состава для предупреждения аутоагрессии. Повышение эффективности продвижения и доступности существующих служб поддержки, необходимость активизации продвижения психологической помощи была очевидна из комментариев студентов, которые предлагали добавить в уже существующую внеаудиторную работу, например, наставничество со стороны старших студентов, работу персональных тьюторов, в том числе и для иностранных студентов. Некоторые участники не были осведомлены об уже существующих видах помощи, в то время как другие напрямую просили о более активном продвижении медико-психологического сопровождения вузовской жизни. Третья группа студентов была знакома с психологической работой в вузе, но сочли, что необходимо повысить доступность психологического консультирования. Важным стало предложение об организации работы службы психологического консультирования непосредственно в каждом общежитии с соответствующей системой как предварительной записи, так и экстренной психологической помощи, особенно на время экзаменационных сессий.

ОБСУЖДЕНИЕ РЕЗУЛЬТАТОВ

Результаты этого исследования показывают, что более четверти российских студентов-респондентов сообщали о причинении себе вреда в прошлом и настоящем времени, что сопоставимо с уровнем сообщений, выявленным в других исследованиях (Ениколопов и др., 2019; Whitlock et al., 2006). Хотя более высокая доля девушек-студенток сообщила о поведении с преднамеренным самоповреждении, это гендерное различие не было статистически значимым, ставя под сомнение распространенное представление об аутоагрессии как о поведении, более характерном для женщин и контрастирующем с клиническими группами населения (Walsh, 2008). Нельзя исключать гендерных различий в готовности сообщать о членовредительстве, хотя все данные были собраны анонимно с гарантиями конфиденциальности. Более высокий уровень членовредительства, о котором сообщают студенты психологического профиля обучения по сравнению со студентами из других предметных областей, является предупреждением о том, что исследования психологов, основанные исключительно на их собственных студентах, могут переоценивать частоту членовредительства среди студентов в целом. Причины того, почему именно студенты психологического профиля обучения чаще других учащихся практикуют самоповреждающее поведение, возможно связаны с более высоким у них уровнем алекситимии. Также, возможно, что выбор психологического профиля обучения, интерес к внутреннему миру человека может быть связан с большими трудностями эмоционального и поведенческого спектра и эмоциональной саморегуляции, что, как следствие, будет проявляться в большей распространенности в этой выборке несуицидального самоповреждающего поведения. В любом случае этот феномен требует специального исследования.

Студенты, которые сообщили о поведении с преднамеренным самоповреждением, значимо отличались от других участников тем, что сообщали о большем использовании неадаптивных стилей совладания (избегание и концентрация на эмоциях), хотя сами стили не проявили себя как независимые предикторы НСП. Более высокие уровни концентрации на негативных размышлениях у студентов с НСП оказались значимыми для прогнозирования возможного дальнейшего самоповреждения. Это говорит о том, что при попытке справиться с повторяющимся самоповреждающим поведением следует уделять больше внимания снижению негативных тенденций к руминации (Евсеев и др., 2022). С другой стороны, навязчивые размышления могут усугублять негативное воздействие у людей, которые причиняют себе вред, способствуя негативному самосознанию, вызывающему отвращение (Armey, Crowther, 2008). Поэтому важно различать конструктивное размышление над проблемами и самоунижающее размышление. Для дальнейшего изучения этого вопроса необходимо исследование с участием большего числа мужчин. Вспомогательные вмешательства для учащихся, которые причиняют себе вред, могли бы с пользой включать способы изменения склонности к негативному размышлению и оспаривания возможных неадаптивных убеждений о ценности негативного размышления при решении проблем (Rose et al., 2007).

Данные из выборки НСП подтверждают выводы, касающиеся алекситимии и самоповреждения, в частности, связи между сообщениями о самоповреждении и дефицитом в идентификации эмоций. Баллы по руминации и алекситимии в совокупности смогли предсказать один из пяти случаев самоповреждения в небольшой подвыборке и могут быть более эффективным предиктором в более крупной выборке. Молодые люди, которым трудно понять свои собственные эмоциональные состояния, менее способны идентифицировать и применять стратегии терпения дистресса или решения основных проблем и, следовательно, использовать самоповреждение для уменьшения аверсивного возбуждения в краткосрочной перспективе (Polk, Liss, 2007). В текущем исследовании мы не включали данные о структуре семьи, а также о дисфункциональности семейных отношений респондентов и их длительности, что, как известно по исследованиям подростков, может влиять на развитие НСП и требует дополнительного изучения (Бурлакова, Олешкевич, 2023).

Вывод о том, что почти 10% участников сообщили о первичном нанесении себе вреда после поступления в университет, подтверждает важность наличия в вузах служб психологической поддержки, сотрудники которых понимают и учитывают роль самоповреждения в регулировании дистресса и осведомлены о психологических механизмах, которые могут поддерживать такое поведение. Большая часть членовредительства после поступления в университет заключалась в царапании кожи, которое может нанести лишь незначительный ущерб, также отмечались порезы, которые могут вызвать необратимое рубцевание и в крайних случаях привести к инфекции или серьезной потере крови. Восемь участников предприняли передозировку во время учебы в университете — потенциально смертельный акт, обычно связанный с некоторой степенью суицидальности намерений.

Что касается общих служб поддержки, комментарии студентов, которые сообщили о нанесении себе вреда во время учебы в университете, свидетельствуют о том, что отмечается удовлетворенность существующими службами, где о них известно, но что студентам нужны регулярные напоминания о различных способах оказания поддержки (например, консультационные службы, студенческие общества, схемы наставничества). Акцент, который эти участники сделали на роли профессорско-преподавательского состава в оказании поддержки, поднимает важные вопросы об удовлетворенности студентов учебной и внеучебной средой. Вполне понятно, что персонал университета, не связанный с консультированием и медицинскими службами, может неохотно брать на себя дополнительную нагрузку и ответственность за психическое здоровье студентов. Следовательно, при рассмотрении вопроса о том, как наилучшим образом поддержать учащихся с поведением преднамеренного самоповреждения, необходимо учитывать потенциальное несоответствие между представлениями персонала и учащихся об ответственности за благополучие.

ВЫВОДЫ

Проведенное исследование показывает, что существуют различия в частоте несуицидального самоповреждающего поведения (НСП) между выборками студентов из разных предметных областей. Наряду с этим существует возможность связей между НСП и различными когнитивными нарушениями, в статье даны предположения о механизмах различных когнитивных нарушений.

1. Отмечается достаточно высокий уровень выраженности несуцидального самоповреждающего поведения, о котором сообщают студенты. По результатам исследования студенты психологического профиля обучения в большей степени по сравнению со студентами из других предметных областей склонны к членовредительству.

2. Более высокий уровень концентрации на негативных размышлениях у студентов позволяет частично прогнозировать возникновение самоповреждающего поведения.

3. Алекситимия в совокупности с высоким уровнем руминации смогли предсказать одну пятую всех студентов с самоповреждающим поведением, но роль влияния этих факторов требует изучения на более крупной выборке.

4. Медико-психологическая служба в вузе имеет большое значение для студентов с самоповреждающим поведением, но для повышения эффективности ее работы необходимо делать шаги как по информированию студентов о ее работе, так и по повышению доступности консультационной помощи в разнообразных формах.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ПРИМЕНЕНИЕ

1. Возможности оказания психологической консультационной помощи студентам

Как же тогда можно решить проблемы эмоциональной регуляции и толерантности к стрессу в терапевтической работе со студентами или другими молодыми людьми, которые причиняют себе вред? Современные когнитивно-поведенческие методы лечения, предлагаемые при повторном самоповреждении, включают диалектическую поведенческую терапию для тех людей, у которых диагностировано пограничное расстройство личности, и более короткие вмешательства, подходящие для неклинических условий (Berk et al., 2004; Евсеев и др., 2022). В обзорах когнитивно-поведенческой терапии определены три ключевых механизма изменения, которые, по-видимому, сопровождают поведение с преднамеренным самоповреждением: регулирование эмоций, когнитивная уязвимость и дефицит вариантов решения проблем, наряду с необходимостью сильного терапевтического альянса со стороны значимого другого (Slee et al., 2008). Ключевым аспектом формирования регуляции эмоций и терпимости к бедствиям может быть необходимость уменьшить избегание и научиться осознанной способности признавать и осознавать мысли и чувства без самоосуждения. Когнитивная терапия, основанная на осознанности, начинает использоваться с пациентами, склонными к суициду, для предотвращения рецидива (Ефремов, 2006; Williams et al., 2006), а в некоторых вузах были созданы группы роста осознанности восприятия эмоций для снижения общего стресса. Также могут быть полезны и другие направления психотерапевтического вмешательства, практикующие развитие осознанности, внимание к эмоциям, например, гештальттерапия (Хломов, Ениколопов, 2006), телесные подходы, эмоционально-фокусная терапия и другие.

Результаты текущего исследования позволяют предположить, что тренировка осознанности и сосредоточение внимания на сокращении периода руминации могут быть полезными стратегиями для работы с учащимися, которые неоднократно причиняют себе вред, с суицидальными намерениями или без них, и что требуются дальнейшие исследования эффективности этого подхода. Тем не менее, при внедрении психологических вмешательств для учащихся, которые причиняют себе вред, возможно, потребуется учитывать, что многие учащиеся могут изначально не осознавать свою роль в транзакционной природе стресса. Учащиеся могут воспринимать свои трудности как возникающие сами по себе из стрессовых ситуаций, вместо понимания того, что они сами могут играть активную роль в оценке ситуации и могут работать над разработкой соответствующих стратегий совладания с эмоциями.

2. Воспринимаемая роль и важность помощи от профессорско-преподавательского состава

Значительное число респондентов называло именно профессорско-преподавательский состав, а не конкретные службы, в качестве центрального звена оказания психологической поддержки студентам. Это привело к рекомендации увеличить число и время доступности преподавательского персонала. Профессорско-преподавательский состав рассматривался как потенциально способный помочь в снижении стресса, предоставляя как поддержку, так и руководство. В частности, преподаватели могли бы продемонстрировать свою осведомленность о стрессе и проблемах, с которыми могут столкнуться учащиеся, и в большей степени выразить свое понимание и поддержку (Юркова, 2023). Преподаватели и студенты могли бы больше беседовать о том, как справляться со стрессом. С другой стороны, было также указано, что именно преподаватели часто способствуют возникновению стресса в периодах обучения и сессий. Учитывая ограниченные знания некоторых студентов об официальных службах психологической помощи, неудивительно, что респонденты сосредоточились на роли преподавательского состава, учитывая их более регулярные контакты с преподавателями, чем со специалистами медико-психологической службы вуза.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Абрамова, А.А., Ениколопов, С.Н., Ефремов, А.Г., Кузнецова, Е.О. (2018). Аутоагрессивное несуицидальное поведение как способ совладания с негативными эмоциями. *Клиническая и специальная психология,* 7(2), 21–40. https://doi.org/10.17759/cpse.2018070202

Бурлакова, Н.С., Олешкевич, В.И. (2023). Применение культурно-исторической методологии к анализу анамнеза группы мальчиков-подростков с самоповреждающим поведением. *Национальный психологический журнал, 18*(1), 101–113. https://doi.org/10.11621/npj.2023.0109

Васильева, А.В., Антохина, Р.И., Антохин, Е.Ю. (2021). Успешность стратегий прогнозирования и выраженность негативного детского опыта у подростков с несуицидальным самоповреждением. *Психическое здоровье,* (6), 25–35. https://doi.org/10.25557/2074-014X.2021.06.25-35

Вассерман, Л.И., Иовлев, Б.В., Исаева, Е.Р., Трифонова, Е.А., Щелкова, О.Ю., Новожилова, М.Ю., Вукс, А.Я. (2008). Методика для психологической диагностики способов совладания со стрессовыми и проблемными для личности ситуациями. Санкт-Петербург: Изд-во НИПНИ им. В.М. Бехтерева.

Великоцкая, А.М., Хломов, К.Д., Ениколопов, С.Н., Ефремов, А.Г. (2018). Изучение ситуации правонарушения как травматического события в жизни подростка. Клиническая и специальная психология, 7(3), 66–83. https://doi.org/10.17759/cpse.2018070304

Дорошева, Е.А., Князев, Г.Г. (2017). Психометрические свойства трех опросников регуляции эмоций. В кн.: Современные проблемы клинической психологии и психологии личности. (С. 193–198). Новосибирск: Изд-во НГУ.

Евсеев, В.Д., Бохан, Н.А., Мандель, А.И., Кадочникова, С.В. (2022). Связь несуицидальных самоповреждений с тревогой, депрессией и агрессивным поведением у лиц призывного возраста. *Психиатрия, 20*(4), 27–35. https://doi.org/10.30629/2618-6667-2022-20-4-27-35

Егиазарян, З.А., Ениколопов, С.Н., Ефремов, А.Г. (2018). Самоповреждение у лиц, переживших сексуальное злоупотребление в детском возрасте. В кн.: Современные проблемы психологии и образования в контексте работы с различными категориями детей и молодежи. Сб. тр. 2-й Всеросс. с междунар. участием науч.-практич. конф. (26–27 апреля, 2018 г.). Под ред. Р.Е. Барабанова. (С. 17–21). Москва: Изд-во МИТУ-МАСИ.

Ениколопов, С.Н. Кузнецова, С.О., Абрамова, А.А., Ефремов, А.Г. (2019). Исследование особенностей аутоагрессивного поведения у лиц, переживших сексуальное злоупотребление в детском возрасте. *Национальный психологический журнал, 12*(3), 88–100. https://doi.org/10.11621/npj.2019.0310

Ениколопов, С.Н., Медведева, Т.И., Воронцова, О.Ю., Бойко, О.М, Жабина, Д.В. (2022). Аутоагрессия и психологические аспекты восприятия тела при депрессии. *Психологические исследования, 15*(81). https://doi.org/10.54359/ps.v15i81.1072

Ефремов, А.Г. (2006). Системы субъективных значений у лиц юношеского возраста с аутоагрессивными попытками: дисс. канд. психол. наук. Москва.

Ефремов, А.Г., Кузнецова, С.О., Ениколопов, С.Н., Абрамова, А.А. (2020). Психологические особенности суицидального поведения. В кн.: Коченовские чтения — 2020. Психология и право в современной России. Сб. тезисов Всеросс. конф. по юридической психологии с междунар. участием (11–13 ноября, 2020 г.). Под ред. В.В. Рубцова. (С. 31–33). Москва: Изд-во МГППУ.

Зинчук, М.С., Лаврищева, А.П., Меньшикова, А.А., Война, Н.И., Артемьева, М.С., Гехт, А.Б. (2022). Несуицидальные самоповреждения при расстройствах пищевого поведения. *Журнал неврологии и психиатрии им. С.С. Корсакова, 122*(9), 70–78. https://doi.org/10.17116/jnevro202212209170

Кузнецова, С.О, Мустафина, К.А., Такмакова, М.В. (2022). Взаимосвязь бодимодификаций и самоповреждающего поведения с психологическими травмами, пережитыми в детском возрасте. *Вестник Пермского университета. Философия. Психология. Социология*, (3), 479–493. https://doi.org/10.17072/2078-7898/2022-3-479-493

Кузнецова, С.О., Такмакова, М.В. (2021). Личностные особенности юношей с самоповреждающим поведением и с субклинической депрессией. *Вестник Пермского университета. Философия. Психология. Социология,* (3), 454–465. https://doi.org/10.17072/2078-7898/2021-3-454-465

Кузнецова, С.Ю., Басова, А.Я., Залманова, С.Л., Хломов, К.Д. (2023). Образ тела у подростков с суицидальным и несуицидальным самоповреждающим поведением: удовлетворенность собственным телом. *Клиническая и специальная психология, 12*(2), 138–163. https://doi.org/10.17759/cpse.2023120207

Кулешов, А.А, Крылова, Е.С., Бебуришвили, А.А., Каледа, В.Г. (2022). Динамика аутоагрессивного поведения в юности в траектории пограничного расстройства личности. *Обозрение психиатрии и медицинской психологии имени В.М. Бехтерева, 56*(4), 77–84. https://doi.org/10.31363/2313-7053-2022-4-77-84

Польская, Н.А. (2018). Факторы риска и направления профилактики самоповреждающего поведения подростков. *Клиническая и специальная психология, 7*(2), 1–20. https://doi.org/10.17759/cpse.2018070201

Старостина, Е.Г., Тэйлор, Г.Д., Квилти, Л.К., Бобров, А.Е., Мошняга, Е.Н., Пузырева, Н.В., Боброва, М.А., Ивашкина, М.Г., Кривчикова, М.Н., Шаврикова, Е.П., Бэгби, М. (2010). Торонтская шкала алекситимии (20 пунктов): валидизация русскоязычной версии на выборке терапевтических больных. *Социальная и клиническая психиатрия, 4,* 31–34.

Хломов, К.Д., Ениколопов, С.Н. (2006). Гештальт-терапия в практике психологической помощи беременным с угрозой прерывания. В кн.: Ананьевские чтения — 2006. Сб. тр. науч.-практич. конф. (24–26 октября, 2006 г.). Под ред. Л.А. Цветковой, А.А. Крылова. (С. 423–425). Санкт-Петербург: Изд-во СПбГУ.

Хуторянская, Ю.В, Поздняк, В.В., Гречаный, С.В. (2022). Несуицидное самоповреждающее поведение у подростков. *Журнал неврологии и психиатрии им. С.С. Корсакова, 122*(12), 105–110. https://doi.org/10.17116/jnevro2022122121105

Чистопольская, К.А., Ениколопов, С.Н. (2019). Особенности молодых людей с самоповреждениями и предшествующими попытками в остром суицидальном кризисе. *Суицидология, 10*(4), 47–64. https://doi.org/10.32878/suiciderus.19-10-04(37)-47-64

Юркова, И.Ю. (2023). Повышение психологической компетентности педагога в области несуицидального самоповреждающего поведения у подростков. В кн.: Потенциал образования для самореализации и развития талантов у молодежи. Сб. тр. региональной науч.-практич. конф., посвященной Году педагога и наставника (20 января, 2023 г.). Под ред. О.В. Бондаренко. (С. 81–85). Иркутск: Изд-во ИрГАУ.

Armey, M.F., Crowther, J.H. (2008). A comparison of linear versus non-linear models of aversive self-awareness, dissociation, and non-suicidal self-injury among young adults. Journal of *Consulting and Clinical Psychology, 76*(1), 9–14. https://doi.org/10.1037/0022-006X.76.1.9

Berk, M.S., Henriques, G.R., Warman, D.M., Brown, G.K., Beck, A.T. (2004). A cognitive therapy intervention for suicide attempters: An overview of the treatment and case examples. *Cognitive and Behavioural Practice, 11*(3), 265–277. https://doi.org/10.1016/S1077-7229(04)80041-5

Chapman, A.L., Gratz, K.L., Brown, M.Z. (2006). Solving the puzzle of deliberate self-harm: the experiential avoidance model. *Behaviour Research and Therapy, 44*(3), 371–394. https://doi.org/10.1016/j.brat.2005.03.005

Gratz, K.L., Chapman, A.L. (2007). The role of emotional responding and childhood maltreatment in the development and maintenance of deliberate self-harm among male undergraduates. *Psychology of Men & Masculinity, 8*(1), 1–14. https://doi.org/10.1037/1524-9220.8.1.1

Hawton, K., Rodham, K., Evans, E. (2006). By their own young hand: Deliberate self-harm and suicidal ideas in adolescents. London: Jessica Kingsley Publishers.

Parker, J.D.A., Taylor, G.J., Bagby, R.M. (2003). The 20-item Toronto Alexithymia Scale: III. Reliability and factorial validity in a community population. *Journal of Psychosomatic Research, 55*(3), 269–275. https://doi.org/10.1016/s0022-3999(02)00578-0

Pavio, S.C., McCulloch, C.R. (2004). Alexithymia as a mediator between childhood trauma and self-injurious behaviours. *Child Abuse and Neglect, 28*, 339-354.

Polk, E., Liss, M. (2007). Psychological characteristics of self-injurious behavior. *Personality and Individual Differences, 43*(3), 567–577. https://doi.org/10.1016/j.paid.2007.01.003

Roger, D., Guarino de Scremin, L., Borril, J., Forbes, A. (2011). Rumination, inhibition and stress: The construction of a new scale for assessing emotional style. *Current Psychology, 30*(3), 234–244. https://doi.org/10.1007/s12144-011-9117-y

Roger, D., Jarvis, G., Najarian, B. (1993). Detachment and coping: The construction and validation of a new scale for measuring coping strategies. *Personality and Individual Differences, 15*(6), 619–626. https://doi.org/10.1016/0191-8869(93)90003-L

Roger, D., Najarian, B. (1989). The construction and validation of a new scale for measuring emotion control. *Personality and Individual Differences, 10*(8), 845–853. https://doi.org/10.1016/0191-8869(89)90020-2

Rose, A.J., Carlson, W., Waller, E.M. (2007). Prospective associations of co-rumination with friendship and emotional adjustment: Considering the socioemotional trade-offs of co-rumination. *Developmental Psychology, 43*(4), 1019–1031. https://doi.org/10.1037/0012-1649.43.4.1019

Slee, N., Arensman, E., Garnefski, N., Spinhoven, P. (2008). Cognitive-behavioral therapy for deliberate self-harm. *Crisis: The Journal of Crisis Intervention and Suicide Prevention, 28*(4), 175–182. https://doi.org/10.1027/0227-5910.28.4.175

Taylor, G.J., Bagby, P.M., Parker, J.D. (1992). The Revised Toronto Alexithymia Scale: Some reliability, validity and normative data. *Psychotherapy and Psychosomatics, 57*(1–2), 34–41. https://doi.org/10.1159/000288571

Walsh, B.W. (2008). Treating self-injury: A practical guide. New York: Guilford Press.

Whitlock, J., Eckenrode, J., Silverman, D. (2006). Self-injurious behaviors in a college population. *Pediatrics, 117*(6), 1939–1948. https://doi.org/10.1542/peds.2005-2543

Williams, J.M., Duggan, D.S., Crane, C., Fennel, M.J. (2006). Mindfulness-based cognitive therapy for prevention of recurrence of suicidal behavior. *Journal of Clinical Psychology, 62*(2), 201–210. https://doi.org/10.1002/jclp.20223

REFERENCES

Abramova, A.A., Enikilopov, S.N., Efremov, A.G., Kuznetsova, S.O. (2018). Autoaggressive non-suicidal behavior as the way of coping with negative emotions. *Klinicheskaia i spetsial'naia psikhologiia = Clinical Psychology and Special Education, 7*(2), 21–40. (In Russ.). https://doi.org/10.17759/cpse.2018070202

Armey, M.F., Crowther, J.H. (2008). A comparison of linear versus non-linear models of aversive self-awareness, dissociation, and non-suicidal self-injury among young adults. Journal of *Consulting and Clinical Psychology, 76*(1), 9–14. https://doi.org/10.1037/0022-006X.76.1.9

Berk, M.S., Henriques, G.R., Warman, D.M., Brown, G.K., Beck, A.T. (2004). A cognitive therapy intervention for suicide attempters: An overview of the treatment and case examples. *Cognitive and Behavioural Practice, 11*(3), 265–277. https://doi.org/10.1016/S1077-7229(04)80041-5

Burlakova, N.S., Oleshkevich, V.I. (2023). Cultural-historical methodology for the analysis of anamneses of adolescents with self-harm behaviours. *National Psychological Journal, 18*(1), 101–113. (In Russ.). https://doi.org/10.11621/npj.2023.0109

Chapman, A.L., Gratz, K.L., Brown, M.Z. (2006). Solving the puzzle of deliberate self-harm: the experiential avoidance model. *Behaviour Research and Therapy, 44*(3), 371–394. https://doi.org/10.1016/j.brat.2005.03.005

Chistopolskaya, K.A., Enikolopov, S.N. (2019). Characteristics of young people in acute suicidal crisis with and without non-suicidal self-harm and suicide attempts. *Suicidologiya = Suicidology, 10*(4), 47–64. (In Russ). https://doi.org/10.32878/suiciderus.19-10-04(37)-47-64

Dorosheva, E.A., Knyazev, G.G. (2017). Psychometric properties of three emotion regulation questionnaires. In: Modern problems of clinical psychology and personality psychology. (pp. 193–198). Novosibirsk: NSU Publ. (In Russ.)

Efremov, A.G. (2006). Systems of subjective values in adolescents with autoaggressive attempts: Diss. Cand. Sci. (Psychol.). Moscow. (In Russ.)

Efremov, A.G., Kuznetsova, S.O., Enikolopov, S.N., Abramova, A.A. (2020). Psychological features of suicidal behavior. In the Kochenov Readings — 2020. Psychology and Law in Modern Russia. In: V.V. Rubtsov, (ed.). All-Russian Conference on Legal Psychology with International Participation (November 11–13, 2020). (pp. 31–33). Moscow: MSUPE Publ. (In Russ.)

Egiazaryan, Z.A., Enikolopov, S.N., Efremov, A.G. (2018). Self-harm in survivors of childhood sexual abuse. In the Modern Problems of Psychology and Education in the Context of Working with Various Categories of Children and Youth. In: R.E. Barabanov, (ed.). Second All-Russian with International Participation Scientific and Practical Conference (April 26–27, 2018). (pp. 17–21). Moscow: MUIT-MIACE Publ. (In Russ.)

Enikolopov, S.N., Kuznetsova, S.O., Abramova, A.A., Efremov, A.G. (2019). The study of the auto-aggressive behaviour in individuals who survived sexual abuse in childhood. *National Psychological Journal, 12*(3), 88–100. (In Russ.). https://doi.org/10.11621/npj.2019.0310

Enikolopov, S.N., Medvedeva, T.I., Vorontsova, O.Yu., Boyko, O.M., Zhabina, D.V. (2022). Auto-aggression and psychological aspects of body perception in depression. *Psikhologicheskie issledovaniya = Psychological Studies, 15*(81). (In Russ.). https://doi.org/10.54359/ps.v15i81.1072

Evseev, V.D., Bokhan, N.A., Mandel, A.I., Kadochnikova, S.V. (2022). Association of non-suicidal self-harm with anxiety, depression and aggressive behavior in young men of military age. *Psikhiatriya = Psychiatry, 20*(4), 27–35. (In Russ.). https://doi.org/10.30629/2618-6667-2022-20-4-27-35

Gratz, K.L., Chapman, A.L. (2007). The role of emotional responding and childhood maltreatment in the development and maintenance of deliberate self-harm among male undergraduates. *Psychology of Men & Masculinity, 8*(1), 1–14. https://doi.org/10.1037/1524-9220.8.1.1

Hawton, K., Rodham, K., Evans, E. (2006). By their own young hand: Deliberate self-harm and suicidal ideas in adolescents. London: Jessica Kingsley Publishers.

Khlomov, K.D., Enikolopov, S.N. (2006). Gestalt therapy in the practice of psychological assistance to pregnant women with the threat of termination. In the Ananiev Readings — 2006. In: L.A. Tsvetkova, A.A. Krylov, (eds.). Scientific and Practical Conference (October 24–26, 2006). (pp. 423–425). Saint-Petersburg: SPbU Publ. (In Russ.)

Khutoryanskaya, J.V., Pozdnyak, V.V., Grechanyy, S.V. (2022). Non-suicidal self-injurious behavior in adolescents. *Zhurnal nevrologii i psikhiatrii imeni S.S. Korsakova = S.S. Korsakov Journal of Neurology and Psychiatry, 122*(12), 105–110. (In Russ.). https://doi.org/10.17116/jnevro2022122121105

Kuleshov, A.A., Krylova, E.S., Beburishvili, A.A., Kaleda, V.G. (2022). Dynamics of autoagressive behavior in youth in the trajectory of borderline personality disorder. *Obozrenie psihiatrii i medicinskoj psihologii imeni V.M. Bekhtereva = V.M. Bekhterev review of psychiatry and medical psychology, 56*(4), 77–84. (In Russ.). https://doi.org/10.31363/2313-7053-2022-4-77-84

Kuznetsova, S.O., Mustafina, K.A., Takmakova, M.V. (2022). The relationship of body modification and self-harming behavior with psychological traumas experienced in childhood. *Vestnik Permskogo universiteta. Filosofiya. Psikhologiya. Sotsiologiya = Bulletin of Perm University. Philosophy. Psychology. Sociology,* (3), 479–493. (In Russ.). https://doi.org/10.17072/2078-7898/2022-3-479-493

Kuznetsova, S.O., Takmakova, M.V. (2021). Personal traits of young men with self-injurious behavior and with subclinical depression. *Vestnik Permskogo universiteta. Filosofiya. Psikhologiya. Sotsiologiya = Bulletin of Perm University. Philosophy. Psychology. Sociology,* (3), 454–465. (In Russ.). https://doi.org/10.17072/2078-7898/2021-3-454-465

Kuznetsova, S.Yu., Basova, A.Ya., Zalmanova, S.L., Khlomov, K.D. (2023). Body image in adolescents with suicidal and non-suicidal self-harm behavior: satisfaction with their own bodies. *Klinicheskaia i spetsial'naia psikhologiia = Clinical Psychology and Special Education, 12*(2), 138–163. (In Russ.). https://doi.org/10.17759/cpse.2023120207

Parker, J.D.A., Taylor, G.J., Bagby, R.M. (2003). The 20-item Toronto Alexithymia Scale: III. Reliability and factorial validity in a community population. *Journal of Psychosomatic Research, 55*(3), 269–275. https://doi.org/10.1016/s0022-3999(02)00578-0

Pavio, S.C., McCulloch, C.R. (2004). Alexithymia as a mediator between childhood trauma and self-injurious behaviours. *Child Abuse and Neglect, 28*, 339–354.

Polk, E., Liss, M. (2007). Psychological characteristics of self-injurious behavior. *Personality and Individual Differences, 43*(3), 567–577. https://doi.org/10.1016/j.paid.2007.01.003

Polskaya, N.A. (2018). Risk factors and approaches to preventing self-injurious behavior in adolescents. *Klinicheskaia i spetsial'naia psikhologiia = Clinical Psychology and Special Education, 7*(2), 1–20. (In Russ.). https://doi.org/10.17759/cpse.2018070201

Roger, D., Guarino de Scremin, L., Borril, J., Forbes, A. (2011). Rumination, inhibition and stress: The construction of a new scale for assessing emotional style. *Current Psychology, 30*(3), 234–244. https://doi.org/10.1007/s12144-011-9117-y

Roger, D., Jarvis, G., Najarian, B. (1993). Detachment and coping: The construction and validation of a new scale for measuring coping strategies. *Personality and Individual Differences, 15*(6), 619–626. https://doi.org/10.1016/0191-8869(93)90003-L

Roger, D., Najarian, B. (1989). The construction and validation of a new scale for measuring emotion control. *Personality and Individual Differences, 10*(8), 845–853. https://doi.org/10.1016/0191-8869(89)90020-2

Rose, A.J., Carlson, W., Waller, E.M. (2007). Prospective associations of co-rumination with friendship and emotional adjustment: Considering the socioemotional trade-offs of co-rumination. *Developmental Psychology, 43*(4), 1019–1031. https://doi.org/10.1037/0012-1649.43.4.1019

Slee, N., Arensman, E., Garnefski, N., Spinhoven, P. (2008). Cognitive-behavioral therapy for deliberate self-harm. *Crisis: The Journal of Crisis Intervention and Suicide Prevention, 28*(4), 175–182. https://doi.org/10.1027/0227-5910.28.4.175

Starostina, E.G., Taylor, G.D., Quilty, L.K., Bobrov, A.E., Moshnyaga, E.N., Puzyreva, N.V., Bobrova, M.A., Ivashkina, M.G., Krivchikova, M.N., Shavrikova, E.P., Begbi, M.B. (2010). A new 20-item version of the Toronto Alexithymia Scale: validation of the Russian language translation in a sample of medical patients. *Social'naya i klinicheskaya psihiatriya = Social and Clinical Psychiatry, 4*, 31–38. (In Russ.)

Taylor, G.J., Bagby, P.M., Parker, J.D. (1992). The Revised Toronto Alexithymia Scale: Some reliability, validity and normative data. *Psychotherapy and Psychosomatics, 57*(1–2), 34–41. https://doi.org/10.1159/000288571

Vasileva, A.V., Antokhina, R.I., Antokhin, E.Yu. (2021). Successful forecasting strategies and expression of negative children's experience in adolescents with non-suicidal self-injury. *Psikhicheskoe zdorovie = Mental Health,* (6), 25–35. (In Russ.). https://doi.org/10.25557/2074-014X.2021.06.25-35

Velikotzkaya, A.M., Khlomov, K.D., Enikolopov, S.N., Efremov, A.G. (2018). Offense situation experience as a traumatic event among adolescents being in conflict with the law. *Klinicheskaia i spetsial'naia psikhologiia = Clinical Psychology and Special Education, 7*(3), 66–83. (In Russ.). https://doi.org/10.17759/cpse.2018070304

Walsh, B.W. (2008). Treating self-injury: A practical guide. New York: Guilford Press.

Wasserman, L.I., Iovlev, B.V., Isaeva, E.R., Trifonova, E.A., Shchelkova, O.Yu., Novozhilova, M.Yu., Vuks, A.Ya. (2008). Methodology for psychological diagnostics of coping methods with stressful and problematic situations for the individual. St. Petersburg: NIPNI named after V.M. Bekhterev Publ. (In Russ.)

Whitlock, J., Eckenrode, J., Silverman, D. (2006). Self-injurious behaviors in a college population. *Pediatrics, 117*(6), 1939–1948. https://doi.org/10.1542/peds.2005-2543

Williams, J.M., Duggan, D.S., Crane, C., Fennel, M.J. (2006). Mindfulness-based cognitive therapy for prevention of recurrence of suicidal behavior. *Journal of Clinical Psychology, 62*(2), 201–210. https://doi.org/10.1002/jclp.20223

Yurkova, I.Yu. (2023). Improving the psychological competence of a teacher in the field of non-suicidal self-harming behavior in adolescents. In the The Potential of Education for Self-Realization and Talent Development Among Young People. In: O.V. Bondarenko, (ed.). Regional Scientific and Practical Conference Dedicated to the Year of the Teacher and Mentor (January 20, 2023). (pp. 81–85). Irkutsk: IrSAU Publ. (In Russ.)

Zinchuk, M.S., Lavrishcheva, A.P., Menshikova, A.A., Voinova, N.I., Artemieva, M.S., Guekht, A.B. (2022). Nonsuicidal self-injury in eating disorders. *Zhurnal nevrologii i psikhiatrii imeni S.S. Korsakova = S.S. Korsakov Journal of Neurology and Psychiatry, 122*(9), 70–78. (In Russ.). https://doi.org/10.17116/jnevro202212209170

ИНФОРМАЦИЯ ОБ АВТОРАХ /

ABOUT THE AUTHORS

Сергей Николаевич Ениколопов

Кандидат психологических наук, доцент, руководитель отдела медицинской психологии Научного центра психического здоровья; ведущий научный сотрудник кафедры психологии личности факультета психологии Московского государственного университета имени М.В. Ломоносова, Москва, Российская Федерация, enikolopov@mail.ru, https://orcid.org/0000-0002-7899-424X

Sergey N. Enikolopov

Cand. Sci. (Psychol.), Associate Professor, Head of Department of Medical Psychology, Mental Health Research Centre; Leading Researcher at the Department of Personality Psychology, Faculty of Psychology, Lomonosov Moscow State University, Moscow, Russian Federation, enikolopov@mail.ru, https://orcid.org/0000-0002-7899-424

Александр Георгиевич Ефремов

Кандидат психологических наук, старший научный сотрудник отдела медицинской психологии Научного центра психического здоровья, Москва, Российская Федерация, efremovalexander@mail.ru, https://orcid.org/0000-0002-9226-5158

Alexander G. Efremov

Cand. Sci. (Psychol.), Senior Researcher at the Department of Medical Psychology, Mental Health Research Centre, Moscow, Russian Federation, efremovalexander@mail.ru, https://orcid.org/0000-0002-9226-5158

Кирилл Даниилович Хломов

Кандидат психологических наук, старший научный сотрудник лаборатории когнитивных исследований, руководитель психологической службы факультета психологии Института общественных наук Российской академии народного хозяйства и государственной службы при Президенте Российской Федерации, Москва, Российская Федерация, kirkhlomov@yandex.ru, https://orcid.org/0000-0003-1016-6154

Kirill D. Khlomov

Cand. Sci. (Psychol.), Senior Researcher at the Laboratory of Cognitive Research, Head of the Psychological Service, Faculty of Psychology, Institute of Social Sciences of the Russian Presidential Academy of National Economy and Public Administration, Moscow, Russian Federation, kirkhlomov@yandex.ru, https://orcid.org/0000-0003-1016-6154

Поступила 24.07.2024. Получена после доработки 07.11.2024. Принята в печать 15.08.2025.

Received 24.07.2024. Revised 07.11.2024. Accepted 15.08.2025.