

# ПРИЧИНЫ САМОПОВРЕЖДЕНИЯ В ЮНОШЕСКОМ ВОЗРАСТЕ (на основе шкалы самоотчета)

Н.А. ПОЛЬСКАЯ

Представлены результаты пилотного исследования, посвященного изучению психологических причин самоповреждения. В качестве инструмента исследования выступает шкала причин самоповреждающего поведения, разработанная автором. Выдвигается гипотеза, что акты самоповреждения в юношеском возрасте представляют собой реакцию на острое внутренне неблагополучие и носят регулятивный характер, т.е. через самоповреждение происходит овладение собственным психологическим состоянием, восстанавливается контроль над поведением, либо таким образом происходит поиск социальной поддержки, привлечение внимания, поиск опоры в отношениях со значимыми другими. Самоповреждение в структуре процессов психологической саморегуляции может выступать как способ самоконтроля и как способ контроля поведения других людей. Исследовательская выборка — 60 студентов в возрасте от 16 до 21 года. В результате определяются связи между самоповреждениями и возможными психологическими причинами, объясняющими их совершение. Выделяются четыре фактора, раскрывающие содержание регулятивной структуры самоповреждающего поведения: воздействие на других, избавление от напряжения, изменение себя (поиск нового опыта), восстановление контроля над эмоциями.

**Ключевые слова:** самоповреждение, юношеский возраст, идентичность, контроль поведения, саморегуляция

Самоповреждения в юношеском возрасте определяются комплексом психологических, социальных, культурных и биологических причин. С одной стороны, сам факт подобных действий является симптоматичным и может указывать на психопатологические нарушения, а с другой стороны, свидетельствует о проблемах психологического характера, связанных с психогенетическими и социальными особенностями развития личности на данном этапе онтогенеза [Польская 2010, 2014].

В этот период появляются новые способы контроля и управления собственным поведением, новые приемы влияния на поведение других людей, происходят значительные изменения в сфере определения лич-

ностных границ и формирования образа себя. Идентичность в юношеском возрасте формируется на основе интеграции представлений о самом себе, мире и тех социальных ролей, через которые происходит социальная ассимиляция личности.

Именно в юношеском периоде мы можем наблюдать признаки «спутанной идентичности» [Эриксон, 2006], которые при неблагоприятных условиях могут трансформироваться в «диффузную идентичность» [Кернберг, 2010], характеризующую недостаточность или слабость интеграции я-концепции и концепции значимых других [Кернберг, 2010], и стать основой формирования пограничной личностной организации.

Согласно Э. Эриксону, в юношеском периоде происходят существенные изменения, затрагивающие как представления о себе, так и представления о том, как тебя воспринимают значимые другие. Это возраст крайностей, которые «могут включать в себя не только мятежные, но также девиантные, делинквентные и саморазрушительные тенденции» [Эриксон, 2006]. Поведение в юношеском возрасте нередко определяется рамками «психологического моратория» [Эриксон, 2006] и характеризуется высоким риском маргинализации, отвержением общепринятых норм и поиском нового опыта, имеющего индивидуальную ценность и уникальность. Это означает, что возрастает риск сопряженных с маргинализацией радикальных действий, отличающихся общей антивитальной направленностью: суицидальное и самоповреждающее поведение, насилие, эмоциональное давление и запугивание [Juhnke, 2011]. Соответственно возрастает риск социальной дезадаптации и связанных с ней расстройств эмоций и поведения [Холмогорова, Гараян, Евдокимова, 2009].

В подростковый и юношеский периоды развития наблюдаются феномены, которые находятся на границе социально приемлемого и социально неприемлемого (психопатологического или девиантного) поведения. Не всегда легко определить, что выступает причиной этих отклонений: юношеская мятежность, возрастные психологические дисфункции или манифестация психического расстройства.

Одним из таких феноменов выступает самоповреждающее поведение.

В данной статье будут представлены результаты пилотного исследования психологических причин самоповреждения, которые позволяют раскрыть содержание регулятивной структуры, лежащей в основе самоповреждающего поведения в юношеском возрасте. В качестве инструмента исследования выступает шкала причин самоповреждающего поведения, разработанная автором.

Выдвигается **гипотеза**, что акты самоповреждения в юношеском возрасте представляют собой реакцию на острое внутреннее неблагополучие.

чие и носят регулятивный характер, т.е. через самоповреждение происходит овладение собственным психологическим состоянием, восстанавливается контроль над поведением, либо таким образом происходит поиск социальной поддержки, привлечение внимания, поиск опоры в отношениях со значимыми другими. Таким образом, самоповреждение в структуре процессов психологической саморегуляции может выступать как способ самоконтроля (подчинения себя самому себе) и как способ контроля поведения других людей (привлечение внимания, демонстрация своей уязвимости или силы, управление другими и т.п.).

**Характеристика выборки.** Выборка составила 60 испытуемых — студентов колледжа и университета, в возрасте от 16 лет до 21 года ( $M_{\text{возр.}} = 19,78$ ;  $SD = 2,18$ ), из них 46 (76,7%) девушек и 14 (23,3%) юношей.

**Процедура и методика исследования.** Исследование проводилось индивидуально или в небольших группах 2—3 человека. Предлагалась следующая инструкция: «В жизни случаются такие ситуации, когда человек может сознательно причинить вред собственному телу: нанести себе порезы, ожоги или ударить самого себя со всей силы. Иногда это происходит не так явно, в форме так называемых «дурных» привычек: обкусывание ногтей, губ или расчесывание кожи. Эти и другие самоповреждения случаются по разным причинам. «Если с Вами случалось что-то подобное, отметьте, пожалуйста, что это были за самоповреждения, и укажите, используя предложенные формулировки, причины, которые могли бы объяснить Ваше психологическое состояние в тот момент».

Испытуемому предоставлялся бланк исследовательской шкалы самоотчета, включающей в себя три блока. В первом блоке представлен перечень актов самоповреждения, включающий в себя 12 пунктов:

1. Порезы режущими предметами уколы или проколы кожи острыми предметами
2. Уколы или проколы кожи острыми предметами
3. Самоожоги
4. Удары по собственному телу
5. Удары кулаком, ногой, головой или корпусом тела по твердым поверхностям
6. Выдергивание волос
7. Расчесывание кожи
8. Обкусывание ногтей
9. Сковыривание болячек, чтоб дольше не заживали
10. Обкусывание губ
11. Прикусывание щек или языка
12. Другие самоповреждения (если есть, указать).

В каждом пункте необходимо выбрать один, наиболее подходящий ответ от «никогда» до «часто»; на этапе обработки данных ответы кодируются следующим образом: 1 — никогда, 2 — лишь однажды, 3 — иногда, 4 — часто.

Во втором блоке предлагается указать время последнего самоповреждения: от нескольких дней до более года назад. Эти ответы также унифицируются: более года назад — 1 балл, год назад — 2 балла, примерно полгода назад — 3 балла, в течение последнего месяца назад — 4 балла, в течение последней недели — 5 баллов. В данной публикации этот блок анализироваться не будет.

В третьем блоке представлен перечень возможных мотивов, побуждающих к действиям самоповреждающего характера.

Причины самоповреждения:

№	Причины самоповреждения	№	Причины самоповреждения
1	чтобы взять себя в руки	14	чтобы другие поняли, что мне плохо
2	чтобы избавиться от плохих мыслей	15	чтобы стать лучше
3	чтобы показать силу своих чувств, эмоций другому человеку	16	чтобы произвести на других впечатление
4	хотел запомнить, как может быть плохо	17	чтобы попробовать что-то необычное
5	чтобы успокоиться	18	чтобы навсегда запомнить важное событие
6	чтобы освободиться от всего плохого внутри	19	чтобы получить удовольствие
7	чувствовал потребность в адреналине	20	чтобы не чувствовать душевной боли
8	чтобы все от меня отстали	21	чтобы показать другим, что я способен на все
9	чтобы справиться со своими эмоциями	22	чувствовал себя полностью уничтоженным
10	злился на других	23	чтобы меня уважали другие
11	чтобы почувствовать облегчение	24	хотел понять самого себя
12	чтобы почувствовать хоть что-нибудь	25	чтобы избавиться от тревоги, страха
13	просто за компанию	26	считал, что это красиво

Напротив каждой причины следует указать степень своего согласия от «совершенно не согласен» до «совершенно согласен», которые кодируются следующим образом: 1 — совершенно не согласен, 2 — не согласен, 3 — затрудняюсь ответить, 4 — согласен, 5 — совершенно согласен.

Для статистического анализа (SPSS for Windows v. 17) применялись частотные и описательные статистики, таблицы сопряженности (коэффициент гамма), факторный анализ (метод главных компонент с Варимакс вращением и нормализацией Кайзера), корреляционный анализ («роу» Спирмена).

### Результаты исследования

Представленные результаты частотного распределения по актам самоповреждения (Таблица 1) демонстрируют, что частота действий самоповреждающего характера в данной выборке наиболее высока по таким самоповреждениям, как порезы режущими предметами, удары кулаком, ногой, головой или корпусом тела по твердым поверхностям, расчесывание кожи, сковыривание болячек, обкусывание губ и прикусывание щек или языка.

Таблица 1  
Частотное распределение ответов по актам самоповреждения (%)

№	Акты самоповреждения	Частота проявлений			
		Никогда	Один раз	Иногда	Часто
1	Порезы режущими предметами	51,7	23,3	18,3	6,7
2	Уколы или проколы кожи острыми предметами	68,4	13,3	15	3,3
3	Самоожоги	93,3	5,0	1,7	0
4	Удары по собственному телу	60,0	20,0	15,0	5,0
5	Удары кулаком, ногой, головой или корпусом тела по твердым поверхностям	38,4	15,0	38,3	8,3
6	Выдергивание волос	83,4	8,3	5,0	3,3
7	Расчесывание кожи	48,4	8,3	30,0	13,3
8	Обкусывание ногтей	63,4	5,0	18,3	13,3
9	Сковыривание болячек, чтоб дырки не заживали	56,7	11,7	13,3	18,3
10	Обкусывание губ	16,7	5,0	35,0	43,3
11	Прикусывание щек или языка	43,3	6,7	26,7	23,3

От 20% до 34% респондентов выразили свое согласие с утверждениями, раскрывающими мотивы самоповреждения по следующим пунктам: избавиться от плохих мыслей, успокоиться, освободиться от всего плохого внутри, справиться со своими эмоциями, почувствовать облегчение, не чувствовать душевной боли, потому что злился на других (Таблица 2).

Для оценки связи между конкретными актами и причинами самоповреждения использовались таблицы сопряженности (коэффициент гамма). Был выявлен целый ряд значимых связей. Например, порезы режущими предметами показали статистически достоверные связи со следующими пунктами: «чтобы успокоиться» ( $p=0,03$ ), чувствовал потребность в адреналине ( $p=0,02$ ), злился на других ( $p=0,01$ ), чтобы почувствовать облегчение ( $p=0,00$ ), чтобы почувствовать хоть что-нибудь ( $p=0,00$ ), чувствовал себя полностью уничтоженным ( $p=0,02$ ), хотел понять самого себя

Таблица 2

## Частотное распределение ответов по мотивам самоповреждения (%)

№	Причины самоповреждения	Совершенно не согласен	Не согласен	Затрудняюсь ответить	Согласен	Совершенно согласен
1	чтобы взять себя в руки	38,3	20,0	11,7	23,3	6,7
2	чтобы избавиться от плохих мыслей	38,2	21,7	6,7	26,7	6,7
3	чтобы показать силу своих чувств, эмоций другому человеку	56,7	23,3	5,0	8,3	6,7
4	хотел запомнить, как может быть плохо	58,4	26,7	8,3	3,3	3,3
5	чтобы успокоиться	25,0	8,3	10,0	40,0	16,7
6	чтобы освободиться от всего плохого внутри	38,2	16,7	11,7	21,7	11,7
7	чувствовал потребность в адреналине	53,3	21,7	11,7	10,0	3,3
8	чтобы все от меня отстали	56,7	25,0	11,7	3,3	3,3
9	чтобы справиться со своими эмоциями	23,2	16,7	11,7	26,7	21,7
10	злился на других	33,2	16,7	11,7	16,7	21,7
11	чтобы почувствовать облегчение	31,6	16,7	16,7	20,0	15,0
12	чтобы почувствовать хоть что-нибудь	48,4	18,3	18,3	8,3	6,7
13	просто за компанию	75,0	18,3	5,0	1,7	0
14	чтобы другие поняли, что мне плохо	65,0	20,0	6,7	3,3	5,0
15	чтобы стать лучше	68,4	18,3	8,3	3,3	1,7
16	чтобы произвести на других впечатление	71,7	13,3	8,3	5,0	1,7
17	чтобы попробовать что-то необычное	65,1	18,3	13,3	3,3	0
18	чтобы навсегда запомнить важное событие	68,3	25,0	5,0	0	1,7
19	чтобы получить удовольствие	60,0	21,6	11,7	6,7	0
20.	чтобы не чувствовать душевной боли	41,6	10,0	10,0	21,7	16,7
21	чтобы показать другим, что я способен на все	66,6	20,0	10,0	1,7	1,7
22	чувствовал себя полностью уничтоженным	56,7	18,3	10,0	8,3	6,7
23	чтобы меня уважали другие	71,6	20,0	6,7	1,7	0
24	хотел понять самого себя	53,3	16,7	16,7	8,3	5,0
25	чтобы избавиться от тревоги, страха	40,0	15,0	10,0	23,3	11,7
26	считал, что это красиво	63,4	18,3	10,0	5,0	3,3

( $p=0,07$ ). Значимые взаимосвязи были определены между обкусыванием ногтей, выдергиванием волос и получением удовольствия ( $p=0,01$ ).

С целью обобщения все самоповреждения были подразделены на две группы: инструментальные и соматические. В группу инструментальных

самоповреждений были отнесены порезы режущими предметами, уколы или проколы кожи острыми предметами, самоожоги и удары кулаком, ногой, головой или корпусом тела по твердым поверхностям. В группу соматических самоповреждений — удары по собственному телу, выдергивание волос, расчесывание кожи, обкусывание ногтей, сковыривание болячек, обкусывание губ и прикусывание щек или языка. Анализ проводился с помощью процедуры множественных ответов. Согласно частотному распределению 37,1% респондентов указали (от «одного раза» до «часто»), что осуществляли инструментальные самоповреждения, и 46,9% отметили соматические самоповреждения (Таблица 3).

Таблица 3

**Частотное распределение по инструментальным и соматическим самоповреждениям (%)**

Выбор ответа	Группы самоповреждений	
	Инструментальные самоповреждения	Соматические самоповреждения
никогда	62,9	53,1
один раз	14,2	9,3
иногда	18,3	20,5
часто	4,6	17,1

Чтобы определить возможность обобщения причин самоповреждения был использован метод факторного анализа. Пригодность данных для проведения факторного анализа проверялась с помощью критериев КМО: мера выборочной адекватности Кайзера-Мейера-Олкина (0,64) и критерий сферичности Бартлетта (1260,76,  $p < 0,001$ ). Из возможных решений было выбрано четырехфакторное решение (63,3% объясняемой дисперсии), с помощью которого были определены четыре фактора: воздействие на других, избавление от напряжения, изменение себя (поиск нового опыта), восстановление контроля над эмоциями (Рисунок 1).

В фактор «**Восстановление контроля над эмоциями**» вошли пункты: чтобы взять себя в руки; чтобы избавиться от плохих мыслей; чтобы избавиться от тревоги, страха. Фактор «**Воздействие на других**» объединил пункты: чувствовал потребность в адреналине; чтобы все от меня отстало; чтобы показать силу своих чувств, эмоций другому человеку; хотел запомнить, как может быть плохо; чтобы другие поняли, что мне плохо; чтобы произвести на других впечатление; чтобы показать другим, что я способен на все; чувствовал себя полностью уничтоженным; чтобы меня уважали другие. Фактор «**Избавление от напряжения**» объединил пункты: чтобы успокоиться; чтобы освободиться от всего плохого внутри; чтобы справиться со своими эмоциями; злился на других; чтобы почувствовать облегчение; чтобы почувствовать хоть что-нибудь; чтобы не чувствовать

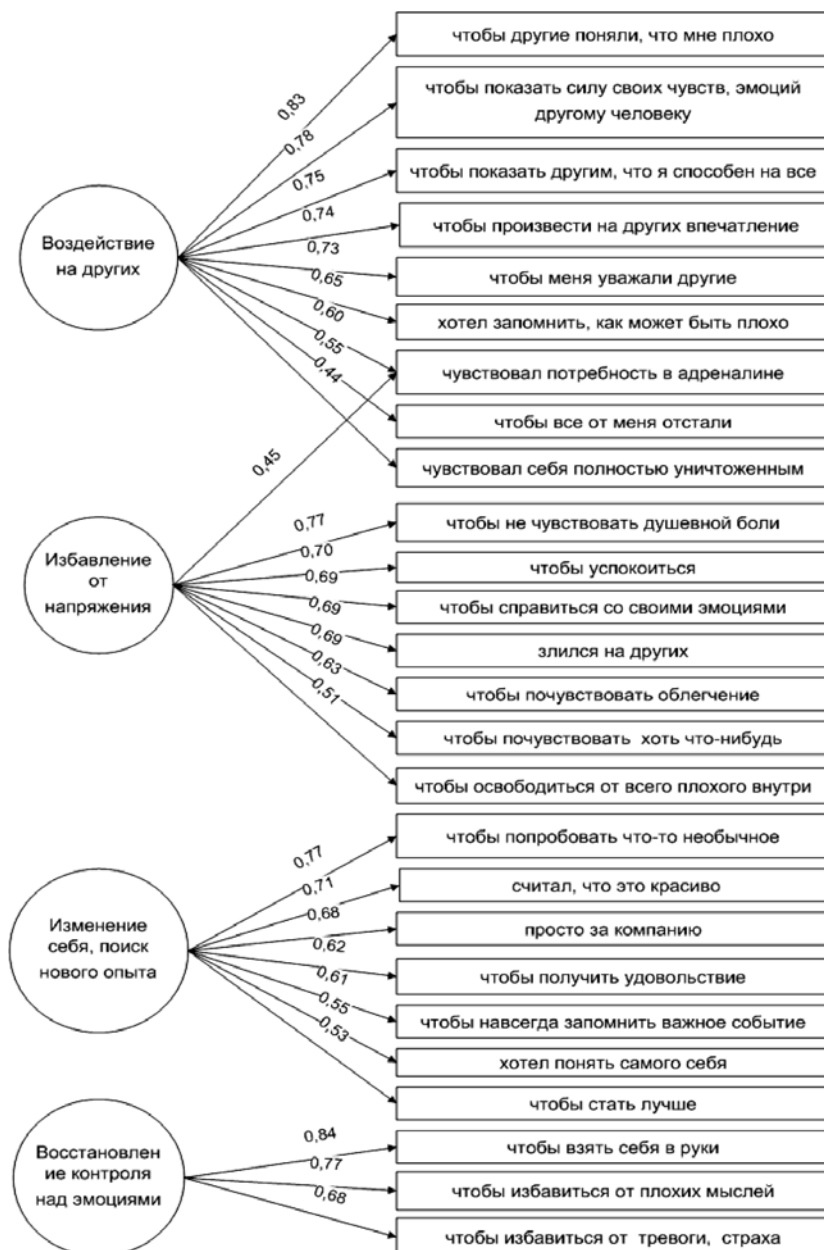


Рисунок 1. Схема факторных нагрузок по причинам самоповреждения



душевной боли. В фактор «**Изменение себя, поиск нового опыта**» вошли пункты: просто за компанию; чтобы стать лучше; чтобы попробовать что-то необычное; чтобы навсегда запомнить важное событие; чтобы получить удовольствие; хотел понять самого себя; считал, что это красиво.

Проверка на согласованность (альфа Кронбаха) пунктов, объединенных в факторы, показала следующие значения: фактор «Воздействие на других» — 0,89, фактор «Избавление от напряжения» — 0,87, фактор «Изменение себя, поиск нового опыта» — 0,83, фактор «Восстановление контроля над эмоциями» — 0,86, что указывает на хорошую внутреннюю согласованность.

Определение связи между выделенными факторами и инструментальными и соматическими самоповреждениями выявило статистически значимую взаимосвязь обеих групп с фактором «избавление от напряжения» (ро Спирмена 0,5,  $p < 0,001$ ). Статистически значимые результаты аналогичной оценки связи факторов с конкретными самоповреждениями ( $p < 0,01$ ,  $p < 0,05$ ) были получены между фактором «избавление от напряжения» и практически всеми актами самоповреждения.

### **Обсуждение результатов**

Представленные результаты подтверждают, что самоповреждение является не узко клиническим феноменом, а достаточно распространено в неклинической популяции. Специфика различий между клиническим, субклиническими и неклиническими вариантами самоповреждающего поведения должна определяться через выявление и изучение особенностей регулятивных структур, которые раскрывают психологическую основу самоповреждения.

Наиболее высокими по частоте являются такие самоповреждения как порезы режущими предметами, удары кулаком, ногой, головой или корпусом тела по твердым поверхностям, расчесывание кожи, сквыривание болячек, обкусывание губ и прикусывание щек или языка.

Разделение актов самоповреждения на соматические и инструментальные показало, что более трети респондентов совершали инструментальные и почти половина — соматические самоповреждения.

Практически треть респондентов в качестве причин, объясняющих подобное поведение, указали на причины, связанные с эмоционально-регулятивными аспектами контроля поведения: избавиться от плохих мыслей, успокоиться, освободиться от всего плохого внутри, справиться со своими эмоциями, из-за злости, почувствовать облегчение или не чувствовать душевной боли.

Выявленные связи между конкретными актами самоповреждения и отдельными причинными показали их взаимозависимость, но

сложно (и в силу небольшой выборки невозможно) определить специфичные связи для отдельных самоповреждений. Можно только сказать, что такие распространенные самоповреждения как порезы или удары по своему телу имеют большее число объясняющих их причин, чем, например, самоожоги. Соматические самоповреждения, а именно обкусывание ногтей и выдергивание волос, показали связь с получением удовольствия, однако, насколько устойчива эта связь, можно будет говорить после исследования на более объемных выборках.

Выделенные факторы — воздействие на других, избавление от напряжения, изменение себя (поиск нового опыта) и восстановление контроля над эмоциями — позволили эмпирически верифицировать наши теоретические представления о самоповреждении как способе контроля, который регулирует эмоциональное состояние, воздействует на личность и на поведение других людей. Эта позиция базируется на представлениях о саморегуляции как сознательном процессе, направленном на управление поведением и реализующимся на операционально-техническом и мотивационном уровнях [Зейгарник, Холмогорова, Мазур 1989].

Данная факторная структура может рассматриваться в качестве основы для определения типов контроля при самоповреждении: 1) контроль над собственным состоянием (избавление от напряжения/восстановление контроля над эмоциями); 2) контроль над внешними событиями (воздействие на других/поиск нового опыта).

Оба типа контроля взаимосвязаны, но не исключено, что в конкретных случаях может преобладать один из типов (изучение этого — задача другого исследования). Сейчас можно предположить, что первый тип контроля связан с устранением нежелательных эмоций и вследствие этого элиминацией болезненного опыта. Эта позиция отсылает к модели избегания переживания (the experiential avoidance model), в рамках которой самоповреждающее поведение рассматривается как часть цикла, целью которого является избавление от непереносимых эмоциональных переживаний. Непереносимость аффекта ощущается сильнее при наличии таких факторов, как высокая интенсивность эмоций, сложность контроля над ними, низкая терпимость к дистрессу, плохо развитый навык эмоциональной саморегуляции. Этот цикл закрепляется и автоматизируется в результате многократного повторения, запускаясь в ответ на любой раздражитель, ведущий к сильным эмоциям [Chapman, Gratz, Brown 2006].

В данной модели самоповреждающее поведение рассматривается как избегающее поведение, направленное на избавление от нежелатель-

ных эмоций, мыслей, воспоминаний или телесного опыта. В акте самоповреждения, с одной стороны, снижается интенсивность болезненных эмоций, но с другой стороны, происходит негативное подкрепление самоповреждающего поведения, которое представляется эффективным средством избегания эмоциональной боли.

Второй тип регуляции самоповреждающего поведения связан с контролем над внешними событиями, получением нового опыта и поиском новых ощущений, что подразумевает усиление коммуникации, стремление оказывать влияние на других, управлять ими, стремление к новым ощущениям, необычным переживаниям. Этот тип соответствует модели поиска ощущений, предложенной М. Цукерманом. Согласно этой позиции «поиск ощущений» («sention seeking») характеризует поведение, связанное с потребностью в новых ощущениях и выражающееся в готовности к риску ради этих ощущений [Zuckerman, 2007]. Самоповреждение выступает своеобразным способом экспериментирования с ощущениями, при этом латентной составляющей может выступать суицидальная мотивация, когда самоповреждение становится способом проигрывания собственной смерти [Stanley, Cameroff, Michalsen, Mann 2001].

Следует отметить, что по результатам нашего пилотного исследования «избавление от напряжения» стало главным мотивационным фактором в объяснении собственных самоповреждений респондентами. Других значимых связей самоповреждений с факторами, их объясняющими выявить не удалось.

### **Выводы**

Данное исследование, направленное на изучение причин самоповреждения в юношеском возрасте, выявило, что более трети респондентов совершали инструментальные и почти половина — соматические самоповреждения. Наибольшая частота выборов пришлась на причины, связанные с эмоционально-регулятивными аспектами контроля поведения: избавиться от плохих мыслей, успокоиться, освободиться от всего плохого внутри, справиться со своими эмоциями, из-за злости, почувствовать облегчение или не чувствовать душевной боли.

На основе факторного анализа были выделены четыре фактора: воздействие на других, избавление от напряжения, изменение себя (поиск нового опыта) и восстановление контроля над эмоциями.

Данная факторная структура была взята за основу для определения типов контроля при самоповреждении:

1) контроль над собственным состоянием (избавление от напряжения/восстановление контроля над эмоциями);

2) контроль над внешними событиями (воздействие на других/поиск нового опыта).

Первый тип контроля связан с устранением нежелательных эмоций и элиминацией болезненного опыта. Второй тип связан с контролем над внешними событиями приобретением нового опыта, что означает усиление коммуникации, стремление оказывать влияние на других, управлять ими, стремление к новым ощущениям.

Несмотря на то, что избавление от напряжения, связанное с первым типом контроля (контроль над собственным состоянием), оказалось преобладающим в данной выборке, второй тип контроля (влияние на других и поиск новых ощущений) играет не менее важную роль в понимании самоповреждений в юношеском возрасте. Теоретически второй тип контроля в большей степени объясняет социально-санкционированные самоповреждения, к которым относятся различные способы декорирования тела, ритуальные и социально-статусные самоповреждения. Тогда как первый тип контроля непосредственно связан с переживанием психологических трудностей, сопряженных с периодом взросления.

## ЛИТЕРАТУРА

- Зейгарник Б.В., Холмогорова А.Б., Мазур Е.С. Саморегуляция поведения в норме и патологии // Психологический журнал. 1989. Т.10. № 2. С. 122—132
- Кернберг О. Тяжелые личностные расстройства: стратегии психотерапии / Пер. с англ. — М.: Независимая фирма «Класс», 2000
- Польская Н.А. Структура и функции самоповреждающего поведения // Психологический журнал. 2014. Т. 35. № 2. С. 45—56
- Польская Н.А. Особенности самоповреждающего поведения в подростковом и юношеском возрасте // Известия Саратовского университета. Серия Филология. Психология. Педагогика, выпуск 1. 2010. Том 10. С. 92—97
- Холмогорова А.Б. Гаранян Н.Г. Евдокимова Я.Г. Москова М.В. Психологические факторы эмоциональной дезадаптации у студентов // Вопросы психологии. 2009. № 3.
- Эриксон Э. Идентичность: юность и кризис. Пер. с англ. — М.: Флинта, 2006
- Charman A.L., Gratz K.L., Brown M.Z. Solving the puzzle of deliberate self-harm: the experiential avoidance model // Behaviour Research and Therapy. 2006. V. 44. P. 371—394
- Juhnke G.A. Suicide, self-injury, and violence in the schools: Assessment, prevention, and intervention strategies. New York, 2011
- Stanley B., Cameroff M.J., Michalsen V., Mann J.J. Are suicide attempters who self-mutilate a unique population // Am. Journ. Psychiatry. 2001. V. 158. № 3. P. 427—432
- Zuckerman M. Sensation seeking and risky behavior. Washington, DC: American Psychological Association, 2007

## THE REASONS OF SELF-INJURIOUS BEHAVIOR IN YOUTH (BASED ON A SELF-REPORT SCALE)

*N.A. POLSKAYA*

The article presents the results of the pilot study investigating the psychological mechanisms of self-injurious behavior. The research tool is the scale of reasons of self-injurious behavior developed by the author. It is hypothesized that self-injuries in youth constitute a reaction to acute internal ill-being and provide a regulatory function, that is, by the means of self-injuring one takes control over his/her psychological state and behavior or searches social support in relationships with significant others and draws attention to him/herself. In the structure of processes of psychological regulation self-injury can represent a means of controlling of the self and the behavior of the others. Research sample consists of 60 students, age 16–21. Connections between self-injuries and psychological reasons explaining them are investigated. The regulative structure of self-injurious behavior is revealed in four factors: influencing the others, reducing tension, modifying self (searching for new experience) and regaining control of emotions.

**Keywords:** self-injurious behavior, youth, identity, behavior control, self-regulation

*Zeygarnik B.V., Holmogorova A.B., Mazur E.S.* Samoregulyatsiya povedeniya v norme i patologii. // Psihologicheskij zhurnal. 1989. T. 10. # 2. S. 122–132

*Kernberg O.* Tyazhelyie lichnostnyie rasstroystva: strategii psihoterapii / Per. s angl. — M.: Nezavisimaya firma "Klass", 2000

*Polskaya N.A.* Struktura i funktsii samopovrezhdayushego povedeniya // Psihologicheskij zhurnal. 2014. T. 35. # 2. S. 45–56

*Polskaya N.A.* Osobennosti samopovrezhdayushego povedeniya v podrostkovom i yunosheskom vozraste // Izvestiya Saratovskogo universiteta. Seriya Filosofiya. Psihologiya. Pedagogika, vyipusk 1. 2010. Tom 10. S. 92–97

*Holmogorova A.B. Garanyan N.G. Evdokimova Ya.G. Moskova M.V.* Psihologicheskie faktoryi emotsionalnoy dezadaptatsii u studentov // Voprosy psihologii. 2009. # 3.

*Erikson E.* Identichnost: yunost i krizis. Per. s angl. — M.: Flinta, 2006

*Juhnke G.A.* Suicide, self-injury, and violence in the schools: Assessment, prevention, and intervention strategies. New York, 2011

*Stanley B., Cameroff M.J., Michalsen V., Mann J.J.* Are suicide attempters who self-mutilate a unique population // Am. Journ. Psychiatry. 2001. V. 158. № 3. P. 427–432

*Zuckerman M.* Sensation seeking and risky behavior. Washington, DC: American Psychological Association, 2007