

Научная статья

УДК 37.015.3

DOI 10.37724/RSU.2026.3.79.003

Теоретическая модель взаимовлияния психологических факторов и самоповреждающего поведения у подростков, включенных в образовательный процесс

Ибрагимов Али Узейирович

Российский новый университет, Москва, Россия

alilion2001@mail.ru

Аннотация. Статья представляет результаты теоретического исследования взаимовлияния психологических факторов и самоповреждающего поведения у подростков. Актуальность темы обусловлена ростом внимания к подростковым формам аутоагрессии, их связью со школьными стрессорами, буллингом, цифровым подкреплением риска и недостаточной согласованностью действий участников образовательной среды при раннем распознавании признаков неблагополучия. Несмотря на активное изучение несуицидального самоповреждающего поведения, в том числе в работах Е. В. Макушкина, А. В. Абрамова, Е. Ю. Шкитырь, а также многих зарубежных исследователей, недостаточно раскрыта структура взаимосвязей между нарушенным самоотношением, эмоционально-когнитивной регуляцией, школьно-социальным давлением и цифровыми практиками подростков.

Цель исследования — разработка теоретической модели, объясняющей взаимное усиление психологических факторов и самоповреждающего поведения у подростков. Гипотеза исследования состоит в том, что самоповреждающее поведение формируется не под влиянием отдельного фактора, а в результате сочетания самообвинения, сниженного самопринятия, трудностей эмоциональной регуляции, дефицита принятия решений, буллинга, ослабления контакта со значимыми взрослыми и вовлеченности в деструктивные цифровые практики. Методологическую основу исследования составили системный подход, теоретическое обобщение, сравнительный анализ, систематизация научных данных и концептуальное моделирование.

Научная новизна исследования заключается в представлении самоповреждающего поведения подростков как повторяющегося контура риска, в котором кратковременное снижение психоэмоционального напряжения после эпизода закрепляет дисфункциональный способ реагирования и повышает вероятность повторного самоповреждения. Теоретическая значимость связана с уточнением структуры факторов риска в подростковом возрасте и описанием их взаимного усиления в условиях образовательной среды. Практическая значимость определяется возможностью применения модели для раннего школьного выявления сочетаний поведенческих, эмоциональных, межличностных и цифровых признаков неблагополучия.

Установлено, что наибольшее значение для профилактики имеет не фиксация отдельного симптома, а выявление устойчивых сочетаний риска: самообвинения, сниженного самопринятия, трудностей эмоциональной регуляции, дефицита принятия решений, буллинга, ослабления контакта со значимыми взрослыми и вовлеченности в деструктивные цифровые практики. Сделан вывод о необходимости перехода от эпизодического реагирования на уже совершенный акт самоповреждения к системному сопровождению подростка с участием педагога, школьного психолога, семьи и внешних специалистов. Перспективы исследований связаны с эмпирической проверкой модели на выборках подростков и разработкой диагностического протокола для образовательных организаций.

Ключевые слова: самоповреждающее поведение, подростки, образовательная среда, несуицидальное самоповреждение, психологические факторы, самоотношение, эмоциональная регуляция, профилактика, стресс, межличностные отношения.

Для цитирования: Ибрагимов А. У. Теоретическая модель взаимовлияния психологических факторов и самоповреждающего поведения у подростков, включенных в образовательный процесс // Психолого-педагогический поиск. 2026. № 3 (79). С. 28–37. DOI: 10.37724/RSU.2026.3.79.003.

Original article

Theoretical model of interaction of psychological factors and self-harming behavior in adolescents involved in the educational process

Ibragimov Ali Uzeyirovich

Russian New University, Moscow, Russia

alilion2001@mail.ru

Abstract. The article presents the results of a theoretical study of the interaction between psychological factors and self-harming behavior in adolescents. The relevance of the topic is determined by growing attention to adolescent forms of self-aggression, their association with school stressors, bullying, digital reinforcement of risk, and insufficient coordination among participants in the educational environment in the early recognition of signs of psychological distress. Despite active research on non-suicidal self-injurious behavior, including works of Ye. V. Makushkin, A. V. Abramov, Ye. Yu. Shkityr, and many researchers abroad, the structure of the relationships between a disturbed self-attitude, emotional-cognitive regulation, school-social pressure, and adolescents' digital practices remains insufficiently clarified.

The research goal is to develop a theoretical model explaining mutual reinforcement of psychological factors and self-harming behavior in adolescents. The hypothesis is that self-harming behavior is not formed under the influence of a single factor, but as a result of the combination of self-blame, reduced self-acceptance, difficulties in emotional regulation, decision-making deficits, bullying, weakened contact with significant adults, and involvement in destructive digital practices. The methodological basis of the study included a systemic approach, theoretical generalization, comparative analysis, systematization of research data, and conceptual modeling.

The scientific novelty of the study lies in presenting adolescent self-harming behavior as a recurrent risk circuit in which a short-term reduction in psycho-emotional tension after an episode consolidates a dysfunctional response pattern and increases the likelihood of repeated self-harm. The theoretical significance is lies in clarifying the structure of risk factors in adolescence and describing their mutual reinforcement within the educational environment. The practical significance is determined by the possibility of applying the model for early school-based identification of combinations of behavioral, emotional, interpersonal, and digital signs of psychological distress.

It was established that prevention is most strongly supported not by a single symptom, but by stable combinations of risk factors: self-blame, reduced self-acceptance, difficulties in emotional regulation, decision-making deficits, bullying, weakened contact with significant adults, and involvement in destructive digital practices. The article concludes that it is necessary to move from episodic responses to an already committed act of self-harm to systematic support for adolescents involving teachers, school psychologists, families, and external specialists. Further research is associated with empirical testing of the model in adolescent samples and the development of a diagnostic protocol for educational institutions.

Keywords: self-harming behavior, adolescents, educational environment, non-suicidal self-harm, psychological factors, self-attitude, emotional regulation, prevention, stress, interpersonal relationships.

For citation: Ibragimov A. U. Theoretical model of interaction of psychological factors and self-harming behavior in adolescents involved in the educational process // *Psikhologo-pedagogicheskiy poisk* [Psychological and Pedagogical Search]. 2026, no. 3 (79), pp. 28–37. (In Russian). DOI: 10.37724/RSU.2026.3.79.003.

Введение. В последние годы самоповреждающее поведение подростков все чаще рассматривается как результат одновременного действия личностных, межличностных и цифровых факторов. Для образовательной среды это имеет прямое значение, поскольку школа соединяет учебное давление, сравнение со сверстниками, групповую иерархию и постоянное цифровое взаимодействие (Абдурахманов, 2015, с. 37). В такой системе самоповреждение становится не только клинической, но и педагогической проблемой раннего распознавания.

Связь самоповреждения со школьными и межличностными стрессорами подтверждается эмпирическими данными. Так, Е. В. Макушкин с коллегами (Макушкин, Макушкина, Хайретдинов [и др.], 2024, с. 30) в популяционном исследовании суицидального поведения детей и подростков в Российской Федерации за 2023 год показали, что 62 % завершенных суицидов пришлись на возраст 15–17 лет; у 53 % несовершеннолетних с суицидальным поведением были зафиксированы буллинг, школьные конфликты, проблемы интеграции среди сверстников, жестокое обращение и травля в информационной среде; специализированную психиатрическую помощь после попытки получили 59,4 % подростков. Эти данные указывают на то, что риск формируется не только в индивидуально-психологической, но и в образовательной и социальной среде. На этом фоне Р. И. Антохина с соавторами (Антохина, Васильева, Антохин, Кибитов, 2025, с. 675) при сравнении 32 подростков с несуйцидальным повреждением (Nonsuicidal Self-Injury — NSSI) и 30 участников контрольной группы выявили у клинической группы более низкую эффективность принятия решений и меньшую антиципационную состоятельность. Тем самым к внешним стрессорам добавляется когнитивный компонент, влияющий на способ реагирования подростка на напряжение. Дальнейшее расширение этой картины предложили Г. У.

Солдатова и С. Н. Илюхина (Солдатова, Илюхина, 2021, с. 69): на материале 827 подростков и молодых людей они показали, что группа риска по самоповреждению чаще взаимодействует с аутодеструктивным онлайн-контентом, интенсивнее использует интернет и чаще имеет опыт насилия в офлайн-среде. В результате тема самоповреждающего поведения подростков приобретает актуальность как для психологии развития, так и для образовательной практики.

Актуальность исследования формируется из разрыва между масштабом риска и качеством его раннего выявления в школе. Образовательная организация регулярно сталкивается с эмоциональными срывами, самообвинением, социальной изоляцией, конфликтностью и цифровыми признаками неблагополучия, но эти сигналы редко собираются в единую модель оценки. Исследования последних лет связывают самоповреждение с нарушением самоотношения, дефицитом эмоциональной регуляции, снижением качества решений, буллингом, цифровым самоуничижением и дефицитом взрослой поддержки, однако в школьной практике эти блоки чаще фиксируются раздельно (Евсеев, Бохан, Мандель, Кадочникова, 2024, с. 15).

Проблема исследования состоит в том, что признаки риска распределены между разными участниками образовательного процесса. Педагог видит снижение включенности и конфликтность, школьный психолог — самообвинение и эмоциональную дезорганизацию, семья — изменения поведения дома, сверстники — эпизоды исключения и травли (Волкова, 2025, с. 32). При такой разнесенности школа чаще реагирует на уже произошедший эпизод, чем на его предикторы. Российские публикации последних лет одновременно указывают на фрагментарность диагностической базы и на неоднородность групп риска (Басова, Безменов, 2024, с. 20). Из этого проистекают и возможные направления решений. Первое связано с построением интегративной модели, объединяющей самоотношение, эмоционально-когнитивную регуляцию, школьно-социальную среду и цифровые практики. Второе — с переходом от фиксации эпизода к раннему выявлению его предикторов: самообвинения, снижения самопринятия, признаков буллинга, цифрового самоуничижения и отказа от обращения за помощью. Третье — с созданием единого школьного маршрута реагирования, включающего педагога, психолога, семью и внешнюю службу помощи.

Цель исследования состоит в анализе и разработке теоретической модели взаимовлияния психологических факторов и самоповреждающего поведения у подростков, включенных в образовательный процесс, и в определении ее практического значения для раннего выявления и профилактики риска в образовательной среде.

Объект исследования — самоповреждающее поведение подростков, включенных в образовательный процесс. **Предмет исследования** — взаимовлияние самообвинения, сниженного самопринятия, трудностей эмоциональной регуляции, дефицита принятия решений, буллинга, ослабления контакта со значимыми взрослыми и вовлеченности в деструктивные цифровые практики в формировании и повторении самоповреждающего поведения.

Гипотеза исследования заключается в том, что самоповреждающее поведение подростков формируется не под влиянием отдельного признака, а при сочетании самообвинения, сниженного самопринятия, трудностей эмоциональной регуляции, дефицита принятия решений, буллинга, ослабления контакта со значимыми взрослыми и вовлеченности в деструктивные цифровые практики, поскольку эти параметры взаимно усиливают риск и закрепляют повторяющийся контур самоповреждения.

Задачи исследования включали определение объекта и предмета исследования; систематизацию данных о связи самоповреждающего поведения с самообвинением, сниженным самопринятием, трудностями эмоциональной регуляции и дефицитом принятия решений; раскрытие роли буллинга, ослабления контакта со значимыми взрослыми и вовлеченности в деструктивные цифровые практики; построение теоретической модели взаимовлияния факторов и выделение школьных точек раннего вмешательства.

Материалы и методы. В качестве материала исследования использованы научные публикации, посвященные самоповреждающему поведению подростков, суицидальному риску, психологическим предикторам аутоагрессии, школьно-социальным условиям риска и цифровым формам аутодеструктивного поведения. В корпус вошли российские и зарубежные исследования, содержащие эмпирические данные, обзоры и описания профилактических практик, применимых к подросткам, включенным в образовательный процесс.

Методологическую основу составили методы теоретического обобщения, систематизации, сравнительного и системного анализа, позволившие выделить ключевые психологические, социальные и цифровые факторы самоповреждающего поведения у подростков. Дополнительно применялось

концептуальное моделирование, использованное для построения теоретической модели взаимовлияния психологических факторов и самоповреждающего поведения в условиях образовательной среды.

Результаты и обсуждение. Проведенный анализ показал, что самоповреждающее поведение подростков, включенных в образовательный процесс, формируется под влиянием не одного изолированного фактора, а совокупности взаимосвязанных психологических, школьно-социальных и цифровых условий (Баринова, Кулешова, 2024, с. 175). Наиболее устойчиво в исследованиях повторяются связи с нарушением самоотношения, дефицитом эмоциональной регуляции, снижением качества принятия решений, буллингом, трудностями интеграции в среде сверстников и вовлеченностью в аутодеструктивный онлайн-контент (Хуторянская, Поздняк, Гречаный, 2022, с. 108). Такая конфигурация позволяет рассматривать самоповреждение не как единичный поведенческий акт, а как результат накопления внутреннего напряжения, межличностного давления и доступных способов его краткосрочного снижения.

Первый блок результатов относится к внутриличностным механизмам. В выборках подростков и юношей с аутоагрессивным и несуицидальным самоповреждающим поведением повторяются четыре группы признаков: самообвинение, сниженное самопринятие, внутренний конфликт и дефицит когнитивной регуляции (Гончарова, 2023, с. 8). При этом исследования не сводят риск только к эмоциональной нестабильности (Феоктистова, Хмелькова, 2013, с. 16). На выборке подростков с NSSI показано ухудшение параметров принятия решений и антиципационной состоятельности, то есть риск затрагивает не только чувство, но и прогнозирование последствий (Воробьева, 2025, с. 55). Этот результат значим для школы: подросток с самоповреждением может не демонстрировать постоянную внешнюю дезорганизацию, но при стрессе выбирать быстрое и дисфункциональное решение. Чтобы показать, какие именно внутриличностные механизмы чаще всего связаны с самоповреждающим поведением у подростков, сведем выявленные психологические индикаторы в обобщенную систему (табл. 1).

Таблица 1

Внутрипсихические блоки модели и их эмпирические индикаторы

<i>Блок фактора</i>	<i>Конкретный показатель</i>	<i>Эмпирический результат</i>	<i>Школьный индикатор</i>
Самооценка и самопринятие	Сниженная самооценка, сниженное самопринятие	Инструментальная аутоагрессия связана с самооценкой и самопринятием; соматическая — с саморукководством и самообвинением	Колебания самооценки, высказывания на унижение самого себя, фиксация на неудаче
Самоотношение	Низкая уверенность в себе, низкое самопринятие, высокий внутренний конфликт, самообвинение	Аутоагрессия связана со снижением самоуверенности и самопринятия, ростом внутреннего конфликта и самообвинения	Выраженная вина после школьных конфликтов, отказ от обращения за помощью
Социальная привязанность	Созависимость, низкая самооценка	Созависимость и низкая самооценка связаны с самоповреждением; у девочек соматические формы выражены сильнее	Болезненная зависимость от оценки группы, страх исключения из общения
Когнитивная регуляция	Нарушение когнитивного контроля, дефициты управляющих и динамических функций	При NSSI выявлен более дефицитарный когнитивный профиль	Импульсивные решения под нагрузкой, слабое переключение, трудности торможения реакции

Структура первого блока показывает, что внутриличностный риск не ограничивается одним показателем. Сниженное самопринятие усиливает самообвинение, самообвинение повышает вероятность самонаказания, а когнитивная слабость ухудшает способность остановить реакцию в

момент стресса (Екимова, Голик, Левченко, 2025, с. 177). При такой последовательности школьный стрессор срабатывает не как первопричина, а как пусковой механизм уже сформированного контура.

Следующий уровень модели задает социальная и цифровая среда. Для подростка, включенного в образовательный процесс, она не делится на «школьную» и «внешнюю»: буллинг продолжается в сети, цифровой контент закрепляет переживание, а дефицит поддержки со стороны взрослых снижает вероятность обращения за помощью (Levkovich, Stregolev, 2025). На российском материале показано, что подростки группы риска чаще сталкиваются с аутодеструктивным контентом, интенсивнее используют интернет и чаще имеют опыт насилия в офлайн-среде (Кузнецова, Басова, Залманова [и др.], 2023, с. 141). В другом массиве данных риск переживаний суицидального типа у школьников тесно связан с качеством значимых отношений, уровнем веры в себя, самоуправлением и ответственностью. Это означает, что межличностная изоляция и цифровое подкрепление в школьной среде работают совместно.

Далее необходимо перейти от внутриличностного уровня к тем внешним условиям, которые усиливают риск самоповреждения в школьной и цифровой среде (табл. 2).

Таблица 2

Социально-школьные и цифровые усилители самоповреждающего поведения

<i>Усилитель</i>	<i>Данные исследования</i>	<i>Механизм в модели</i>	<i>Что может увидеть школа</i>
Семейный конфликт и эмоциональная перегрузка	Выделены социальные и эмоциональные причины самоповреждения, включая семейные отношения и стресс	Повышение фона напряжения и поиск быстрого способа саморегуляции	Рост эмоциональной лабильности после семейных событий, замкнутость
Виртуальная девиантная активность	Показана связь виртуальной и реальной девиантной активности	Перенос риска из сети в офлайн-поведение и обратно	Ночная активность в сети, рискованные цифровые практики
Цифровая аутоагрессия	Зафиксировано участие части подростков в digital self-harm	Самонаказание и самоуничтожение переносятся в сетевую среду, затем возвращаются в офлайн	Анонимные провокации в адрес себя, публикации, направленные на самоуничтожение
Буллинг, алекситимия, руминация	Выявлена связь буллинга с NSSI через алекситимию и руминацию	Социальное давление переводится во внутренне неразрешенное напряжение и повторяющееся пережевывание конфликта	Изоляция, исключение из группы, навязчивое возвращение к конфликту

Сочетание буллинга, цифрового давления и слабой опоры на взрослого ускоряет повторение самоповреждающего поведения (Феоктистова, Хмелькова, 2012, с. 98). В этом месте школьная практика сталкивается с трудностью. Один и тот же случай виден фрагментарно: педагог замечает спад включенности, психолог фиксирует самообвинение, семья — изменения поведения дома, а сверстники — эпизоды сетевого давления. При отсутствии общей схемы оценки признаки распадаются на отдельные жалобы и поздно связываются между собой (Суннатова, Крушельницкая, Ланщиков, 2025, с. 85).

На этом фоне теоретическая модель должна объяснять не просто перечень факторов, а их взаимное включение. Базовый уровень задают самоотношение и эмоционально-когнитивная регуляция (Олейчик, Шевченко, Морева [и др.], 2025, с. 442). Средний уровень образуют школьные и семейные стрессоры, включая буллинг, исключение из значимых отношений и слабую опору на взрослого. Верхний уровень составляет цифровое усиление: контент, сетевые ролевые сценарии, анонимное самоуничтожение и повторное подкрепление уже совершенного действия. Итогом становится краткосрочное снижение напряжения, которое повышает вероятность следующего эпизода (Asperqvist, Korhonen, Dahlström [et al.], 2025, p. 11). Сопоставление внутренних и внешних факторов позволяет

представить их не как разрозненный перечень признаков, а как единую модель взаимосвязанных механизмов (табл. 3).

Таблица 3

Теоретическая модель взаимовлияния психологических факторов
и самоповреждающего поведения у подростков,
включенных в образовательный процесс

<i>Блок модели</i>	<i>Содержание блока</i>	<i>Поведенческий эффект</i>	<i>Точка вмешательства</i>
Самообвинение и сниженное самопринятие	Самообвинение, сниженное самопринятие, нестабильная самооценка, болезненная реакция на оценивание	Самоповреждающее поведение используется как самонаказание или способ кратковременной разрядки напряжения	Индивидуальная диагностика самоотношения, краткий протокол оценки риска
Трудности эмоциональной регуляции и дефицит принятия решений	Трудности эмоциональной регуляции, дефицит принятия решений, руминация, слабое торможение импульсивной реакции	После стрессора повышается вероятность повторного самоповреждающего поведения, особенно при слабом прогнозировании последствий	Модули эмоциональной регуляции, тренинг распознавания состояний, отработка безопасных решений
Буллинг и ослабление контакта со значимыми взрослыми	Буллинг, исключение из группы, ослабление контакта со значимыми взрослыми, зависимость от статуса среди сверстников	Социальное давление усиливает самообвинение и снижает вероятность обращения за помощью до эпизода	Антибуллинговый маршрут, включение классного руководителя, восстановление контакта со значимым взрослым
Вовлеченность в деструктивные цифровые практики	Вовлеченность в деструктивные цифровые практики, digital self-harm, сетевое подкрепление, скрытая тематическая активность	Цифровая среда нормализует самоповреждающее поведение и ускоряет повторение эпизода	Цифровой скрининг, работа с семьей, цифровая гигиена
Обратная петля самоповреждающего поведения	Кратковременное снижение напряжения после эпизода с последующим ростом повторного риска	Переход от единичного эпизода к устойчивому паттерну самоповреждающего поведения	Ступенчатая маршрутизация: школа — семья — профильные специалисты

Сопоставление блоков модели показывает, что гипотеза получила теоретическое обоснование: самоповреждающее поведение возникает не из одного фактора, а из сочетания самообвинения, сниженного самопринятия, трудностей эмоциональной регуляции, дефицита принятия решений, буллинга, ослабления контакта со значимыми взрослыми и вовлеченности в деструктивные цифровые практики. Самоповреждение дает краткий регуляторный эффект, поэтому подросток получает поведенчески закрепленный способ ответа на стресс. Дальнейшее давление со стороны школьной среды, повторное переживание конфликта и сетевое подкрепление повышают вероятность нового эпизода (Wen, Xu, Jiang, Li, 2024). Продольные данные подтверждают эту логику: NSSI связано не только с текущим дистрессом, но и с последующим ростом суицидальной идеации, которая затем вновь повышает вероятность следующего эпизода самоповреждения. Для школы это означает, что даже единичный случай не может интерпретироваться как частная реакция без оценки повторного риска (Baetens, Van Hove, Azadfar [et al.], 2024).

На практическом уровне анализ показал еще одно ограничение. Система образования чаще реагирует на уже выраженное поведение, чем на его предикторы (Xu, Li, Kong [et al.], 2024). При этом часть факторов доступна для наблюдения задолго до эпизода: устойчивое самообвинение, болезненная зависимость от оценки группы, снижение включенности, конфликты со сверстниками, скрытая цифровая активность деструктивного типа, трудности обращения за помощью. Это делает возможным не только кризисное вмешательство, но и профилактическую маршрутизацию внутри школы (Васягина, Тактуева, 2025, с. 17). Из построенной модели проистекают уже не только объяснительные, но и

прикладные решения, которые можно перевести в формат школьной профилактики и сопровождения (табл. 4).

Таблица 4

Практические решения по проблеме самоповреждающего поведения
в образовательной среде

<i>Проблема</i>	<i>Решение</i>	<i>Формат реализации</i>	<i>Ожидаемый эффект</i>
Позднее распознавание первого эпизода	Короткий маршрут первичного реагирования	Алгоритм для классного руководителя и школьного психолога	Снижение задержки между выявлением и направлением к специалисту
Высокий фон дистресса и эмоциональной дезорганизации	Универсальные модули по эмоциональной регуляции	Краткие школьные профилактические занятия	Снижение повторяемости эпизодов и более раннее обращение за помощью
Фрагментарность профилактики	Whole-school модель	Участие учеников, родителей, педагогов и школьной службы	Повышение согласованности действий внутри школы
Цифровое подкрепление риска	Включение цифрового блока в скрининг	Оценка сетевой активности и работа с семьей	Уменьшение скрытого повторения эпизодов
Сочетание буллинга, самообвинения и дефицита взрослой поддержки	Командное ведение случая	Маршрут «педагог — психолог — семья — внешняя служба»	Переход от кризисного реагирования к сопровождению

Из данных таблицы следует, что рабочая модель школьной профилактики должна строиться не вокруг одного симптома, а вокруг сочетания признаков. Наиболее уязвимой выглядит ситуация, в которой самообвинение и сниженное самопринятие соединяются с трудностями эмоциональной регуляции, дефицитом принятия решений, буллингом, ослаблением контакта со значимыми взрослыми и вовлеченностью в деструктивные цифровые практики. Раннее вмешательство в таком случае должно начинаться не после повторного эпизода, а на этапе устойчивых предикторов.

Выводы и перспективы исследования. Результаты проведенного исследования позволяют заключить, что самоповреждающее поведение подростков, включенных в образовательный процесс, имеет системный характер. Его формирование связано с совмещением самообвинения, сниженного самопринятия, трудностей эмоциональной регуляции, дефицита принятия решений, буллинга, ослабления контакта со значимыми взрослыми и вовлеченности в деструктивные цифровые практики. Самоповреждение в этой структуре выступает способом краткосрочного снижения внутреннего напряжения, который закрепляется при повторяющемся стрессе и недостатке поддерживающих связей.

Установлено, что основная трудность образовательной практики связана с фрагментарным распознаванием риска. Педагог, психолог, семья и сверстники наблюдают разные признаки неблагополучия, но они не всегда соединяются в единую картину до момента эпизода. Гипотеза исследования теоретически обоснована, поскольку выделенные в ней параметры последовательно представлены в модели: самообвинение и сниженное самопринятие формируют внутренний контур самонаказания; трудности эмоциональной регуляции и дефицит принятия решений ослабляют способность остановить импульсивную реакцию; буллинг и ослабление контакта со значимыми взрослыми усиливают социальное давление; вовлеченность в деструктивные цифровые практики закрепляет риск через сетевое подкрепление.

Проведенный анализ обосновывает необходимость перехода от эпизодического реагирования к системной школьной профилактике. Такая модель предполагает единый маршрут раннего распознавания и сопровождения с участием педагога, школьного психолога, семьи и внешней службы помощи. Объединение оценки самообвинения, сниженного самопринятия, трудностей эмоциональной регуляции, дефицита принятия решений, буллинга, ослабления контакта со значимыми взрослыми и вовлеченности в деструктивные цифровые практики позволяет рассматривать профилактику

самоповреждающего поведения как часть системы психологической безопасности образовательной среды.

Список источников

1. Абдурахманов Р. А. Психологическая культура как актуальная проблема современной школы // Научный вестник Волгоградского филиала РАНХиГС. Сер. «Политология и социология». — 2015. — № 2. — С. 35–39.
2. Баринова О. Г., Кулешова О. М. Особенности самоповреждающего поведения подростков с различным уровнем социальной привязанности и самооценки // Психическое здоровье семьи: российские традиции и современные подходы к оказанию помощи. — 2024. — С. 173–176.
3. Басова А. Я., Безменов П. В. Эпидемиология суицидального поведения у детей и подростков во всем мире // Журнал неврологии и психиатрии имени С. С. Корсакова. — 2024. — Т. 124, № 11-2. — С. 16–26. — DOI: 10.17116/jnevro202412411216.
4. Васягина Н. Н., Тактуева И. Г. Причины формирования несуицидального саморазрушающего поведения подростков: результаты контент-анализа публикаций в социальных сетях // Вестник практической психологии образования. — 2025. — Т. 22, № 4. — С. 3–20. — DOI: 10.17759/bppe.2025220401.
5. Волкова Е. Н. Феномены социализации современных подростков: Pro et contra // Социальная психология и общество. — 2025. — Т. 16, № 2. — С. 23–42. — DOI: 10.17759/sps.2025160203.
6. Воробьева К. А. Девиантная активность обучающихся в виртуальной среде как фактор риска нарушения психологической безопасности личности // Экстремальная психология и безопасность личности. — 2025. — Т. 2, № 2. — С. 44–60. — DOI: 10.17759/epps.2025020203.
7. Гончарова Е. В. Предикторы самоповреждающего поведения у девушек // Мир науки. Педагогика и психология. — 2023. — Т. 11, № 1. — 11 с.
8. Екимова В. И., Голик Т. Ю., Левченко А. В. Агрессия и аутоагрессия в зеркале самоотношения подростков // Экстремальная психология и безопасность личности. — 2025. — Т. 2, № 2. — С. 170–189. — DOI: 10.17759/epps.2025020210.
9. Когнитивный профиль и личностные особенности пациентов юношеского возраста, страдающих депрессиями с несуицидальными самоповреждениями / М. И. Олейчик, О. П. Шевченко, А. С. Морева [и др.] // Вестник Санкт-Петербургского университета. Сер. «Психология». — 2025. — Т. 15, № 3. — С. 432–454.
10. Образ тела у подростков с суицидальным и несуицидальным самоповреждающим поведением: удовлетворенность собственным телом / Кузнецова С. Ю., Басова А. Я., Залманова С. Л. [и др.] // Клиническая и специальная психология. — 2023. — Т. 12, № 2. — С. 138–163. — DOI: 10.17759/cpse.2023120207.
11. Популяционное исследование суицидального поведения у детей и подростков в Российской Федерации в 2023 г. / Е. В. Макушкин, О. А. Макушкина, О. З. Хайретдинов [и др.] // Журнал неврологии и психиатрии имени С. С. Корсакова. — 2024. — Т. 124, № 11-2. — С. 27–35. — DOI: 10.17116/jnevro202412411227.
12. Процесс принятия решения и антиципационная состоятельность у подростков с несуицидальным самоповреждающим поведением / Р. И. Антохина, А. В. Васильева, Е. Ю. Антохин, А. А. Кибитов // Вестник Санкт-Петербургского университета. Сер. «Психология». — 2025. — Т. 15, № 4. — С. 667–683.
13. Распространенность и факторы риска несуицидального самоповреждающего поведения / В. Д. Евсеев, Н. А. Бохан, А. И. Мандель, С. В. Кадочникова // Журнал неврологии и психиатрии имени С. С. Корсакова. — 2024. — Т. 124, № 2. — С. 13–19. — DOI: 10.17116/jnevro202412402113.
14. Солдатова Г. У., Илюхина С. Н. Аутодеструктивный онлайн-контент: особенности оценки и реагирования подростков и молодежи // Консультативная психология и психотерапия. — 2021. — Т. 29, № 1. — С. 66–91. — DOI: 10.17759/cpp.2021290105.
15. Суннатова Р. И., Крушельницкая О. Б., Ланщиков Д. Н. Стандартизация методики «Личностный ресурс как предиктор нормативного поведения подростков» // Психолого-педагогические исследования. — 2025. — Т. 17, № 3. — С. 79–98. — DOI: 10.17759/psyedu.2025170305.
16. Феоктистова С. В., Хмелькова М. А. Коммуникативная компетентность как фактор, влияющий на психическое развитие дошкольника // Актуальные проблемы психологического знания. — 2012. — № 2 (23). — С. 93–103.
17. Феоктистова С. В., Хмелькова М. А. Психолого-педагогическое взаимодействие субъектов образовательного процесса как условие успешной адаптации детей к школе : учеб. пособие. — М. : АдамантЪ, 2013. — 91 с.
18. Хуторянская Ю. В., Поздняк В. В., Гречаный С. В. Несуицидное самоповреждающее поведение у подростков // Журнал неврологии и психиатрии имени С. С. Корсакова. — 2022. — Т. 122, № 12. — С. 105–110.
19. Effects of a Whole-School Prevention Program Targeting Mental Health and Nonsuicidal Self-Injury in Swedish Adolescents: A Cluster-Randomized Experimental Study with Longitudinal Follow-Up / E. Aspegvist, L. Korhonen, Ö. Dahlström [et al.] // Journal of Youth and Adolescence. — 2025. — 15 p. — DOI: 10.1007/s10964-025-02251-3.

20. Levkovich I., Stregolev B. Associations between Teachers' Attitudes and Perceived Barriers and their Self-Reported Responses to Students Engaging in NSSI: A Mixed-Methods Analysis // *School Mental Health*. — 2025. — Vol. 17. — Pp. 1389–1403. — DOI: 10.1007/s12310-025-09814-6.
21. Nonsuicidal self-injury as the gateway and consequence of suicidal ideation among adolescents: a cross-lagged regression analysis / Xu Z., Li N., Kong Y. [et al.] // *Frontiers in Psychiatry*. — 2024. — Vol. 15. — Art. 1434191. — DOI: 10.3389/fpsy.2024.1434191.
22. The Effectivity of a School-Based Early Intervention Targeting Psychological Complaints and Non-Suicidal Self-Injury in Adolescents / I. Baetens, L. Van Hove, Z. Azadfar [et al.] // *Journal of Clinical Medicine*. — 2024. — Vol. 13, N 7. — Art. 1852. — DOI: 10.3390/jcm13071852.
23. The effects of student bullying on non-suicidal self-injurious behavior in rural adolescents: the chain-mediated effects of alexithymia and ruminant thinking / J. Wen, Q. Xu, Y. Jiang, M. Li // *Frontiers in Psychology*. — 2024. — Vol. 15. — Art. 1483408. — DOI: 10.3389/fpsyg.2024.1483408.

References

1. Abdurakhmanov R. A. Psychological culture as a relevant problem of modern school. *Nauchnyi vestnik Volgogradskogo filiala RANKhIGS. Seriya: Politologiya i sotsiologiya*. [Academic Bulletin of Volgograd Branch of RANEPa. Series "Political science and sociology"]. 2015, iss. 2, pp. 35–39. (In Russian).
2. Barinova O. G., Kuleshova O. M. Features of self-injurious behavior in adolescents with different levels of social attachment and self-esteem. *Psikhicheskoye zdorovye semyi: rossiyskiye traditsyyi i sovremennyye podkhody k okazaniyu pomoshchi*. [Family mental health: Russian traditions and modern approaches to care]. 2024, pp. 173–176. (In Russian).
3. Basova A. Ya., Bezmenov P. V. Epidemiology of suicidal behavior in children and adolescents worldwide]. *Zhurnal nevrologii i psikiatrii im. S. S. Korsakova*. [S. S. Korsakov Journal of neurology and psychiatry], 2024, vol. 124, no. 11-2, pp. 16–26. DOI: 10.17116/jnevro202412411216. (In Russian).
4. Vasyagina N. N., Taktueva I. G. Reasons for the formation of non-suicidal self-destructive behavior in adolescents: results of a content analysis of publications in social networks. *Vestnik prakticheskoy psikhologii i obrazovaniya* [Bulletin of Practical psychology of education]. 2025, vol. 22, iss. 4, pp. 3–20. DOI: 10.17759/bppe.2025220401. (In Russian).
5. Volkova E. N. Phenomena of socialization of modern adolescents: Pro et contra. *Sotsialnaya psikhologiya i obshchestvo*. [Social psychology and society]. 2025, vol. 16, iss. 2, pp. 23–42. DOI: 10.17759/sps.2025160203. (In Russian).
6. Vorobyeva K. A. Deviant activity of students in the virtual environment as a risk factor for violation of personal psychological safety. *Ekstremalnaya psikhologiya i bezopasnost lichnosti*. [Extreme psychology and personal safety]. 2025, vol. 2, iss. 2, pp. 44–60. DOI: 10.17759/epps.2025020203. (In Russian).
7. Goncharova E. V. Predictors of self-injurious behavior in girls. *Mir nauki. Pedagogika i psikhologiya*. [World of science. Pedagogy and psychology]. 2023, vol. 11, iss. 1, 11 p. (In Russian).
8. Yekimova V. I., Golik T. Yu., Levchenko A. V. Aggression and self-aggression in the mirror of adolescents' self-attitudes. *Ekstremalnaya psikhologiya i bezopasnost lichnosti*. [Extreme psychology and personal safety]. 2025, vol. 2, iss. 2, pp. 170–189. DOI: 10.17759/epps.2025020210. (In Russian).
9. Cognitive profile and personality characteristics of adolescent patients suffering from depression with non-suicidal self-injuries. M. I. Oleychik, O. P. Shevchenko, A. S. Moreva [et al.]. *Vestnik Sankt-Peterburgskogo universiteta. Psikhologiya*. [Bulletin of St. Petersburg University. Psychology]. 2025, vol. 15, iss. 3, pp. 432–454. (In Russian).
10. Body image in adolescents with suicidal and non-suicidal self-harming behavior: satisfaction with one's body. S. Yu. Kuznetsova, A. Ya. Basova, S. L. Zalmanova [et al.]. *Klinicheskaya i spetsialnaya psikhologiya*. [Clinical psychology and special education]. 2023, vol. 12, iss. 2, pp. 138–163. DOI: 10.17759/cpse.2023120207. (In Russian).
11. Population-based study of suicidal behavior in children and adolescents in the Russian Federation in 2023. E. V. Makushkin, O. A. Makushkina, O. Z. Khayretdinov [et al.]. *Zhurnal nevrologii i psikiatrii im. S. S. Korsakova*. [S. S. Korsakov Journal of Neurology and Psychiatry], 2024, vol. 124, iss. 11-2, pp. 27–35. DOI: 10.17116/jnevro202412411227. (In Russian).
12. Decision-making process and anticipatory competence in adolescents with non-suicidal self-injurious behavior. R. I. Antokhina, A. V. Vasilyeva, E. Yu. Antokhin, A. A. Kibitov. *Vestnik Sankt-Peterburgskogo universiteta. Psikhologiya*. [Vestnik of St. Petersburg University. Psychology]. 2025, vol. 15, iss. 4, pp. 667–683. (In Russian).
13. The range and risk factors of non-suicidal self-injurious behavior. V. D. Yevseev, N. A. Bokhan, A. I. Mandel, S. V. Kadochnikova. *Zhurnal nevrologii i psikiatrii im. S. S. Korsakova*. [S. S. Korsakov Journal of neurology and psychiatry]. 2024, vol. 124, iss. 2, pp. 13–19. DOI: 10.17116/jnevro202412402113. (In Russian).
14. Soldatova G. U., Ilyukhina S. N. Self-destructive online content: features of assessment and response among adolescents and youth. *Konsultativnaya psikhologiya i psikhoterapiya*. [Counseling psychology and psychotherapy]. 2021, vol. 29, iss. 1, pp. 66–91. DOI: 10.17759/cpp.2021290105. (In Russian).
15. Sunnatova R. I., Krushelnitskaya O. B., Lanshchikov D. N. Standardization of the methodology "Personal resource as a predictor of normative behavior in adolescents". *Psikhologo-pedagogicheskiye issledovaniya* [Psychological

and educational studies]. 2025, vol. 17, iss. 3, pp. 79–98. DOI: 10.17759/psyedu.2025170305. (In Russian).

16. Feoktistova S. V., Khmelkova M. A. Communicative competence as a factor influencing the mental development of a preschool child. *Aktualnyye problemy psikhologicheskogo znaniya*. [Current issues of psychological knowledge]. 2012, iss. 2 (23), pp. 93–103. (In Russian).

17. Feoktistova S. V., Khmelkova M. A. *Psikhologo-pedagogicheskoye vzaimodeistviye subyektov obrazovatel'nogo protsessa kak usloviye uspezhnoy adaptatsiyi detey k shkole: uchebnoye posobiye*. [Psychological and pedagogical interaction of subjects of the educational process as a condition for successful adaptation of children to school: study guide]. Moscow, Adamant Publ., 2013, 91 p. (In Russian).

18. Khutoryanskaya Yu. V., Pozdnyak V. V., Grechanyi S. V. Non-suicidal self-injurious behavior in adolescents. *Zhurnal nevrologiyi i psikiatriyi im. S. S. Korsakova*. [S. S. Korsakov Journal of neurology and psychiatry]. 2022, vol. 122, iss. 12, pp. 105–110. (In Russian).

19. Effects of a Whole-School Prevention Program Targeting Mental Health and Nonsuicidal Self-Injury in Swedish Adolescents: A Cluster-Randomized Experimental Study with Longitudinal Follow-Up. E. Aspegqvist, L. Korhonen, Ö. Dahlström [et al.]. *Journal of Youth and Adolescence*. 2025, 15 p. DOI: 10.1007/s10964-025-02251-3.

20. Levkovich I., Stregolev B. Associations between Teachers' Attitudes and Perceived Barriers and their Self-Reported Responses to Students Engaging in NSSI: A Mixed-Methods Analysis. *School Mental Health*. 2025, vol. 17, pp. 1389–1403. DOI: 10.1007/s12310-025-09814-6.

21. Nonsuicidal self-injury as the gateway and consequence of suicidal ideation among adolescents: a cross-lagged regression analysis. Z. Xu, N. Li, Y. Kong [et al.]. *Frontiers in Psychiatry*. 2024, vol. 15, art. 1434191. DOI: 10.3389/fpsy.2024.1434191.

22. The Effectivity of a School-Based Early Intervention Targeting Psychological Complaints and Non-Suicidal Self-Injury in Adolescents. I. Baetens, L. Van Hove, Z. Azadfar [et al.]. *Journal of Clinical Medicine*. 2024, vol. 13, iss. 7, art. 1852. DOI: 10.3390/jcm13071852.

23. The effects of student bullying on non-suicidal self-injurious behavior in rural adolescents: the chain-mediated effects of alexithymia and ruminative thinking. J. Wen, Q. Xu, Y. Jiang, M. Li. *Frontiers in Psychology*. 2024, vol. 15, art. 1483408. DOI: 10.3389/fpsyg.2024.1483408.

Информация об авторе

Ибрагимов Али Узейирович — аспирант Российского нового университета; ул. Радио, 22, Москва, Россия.

Information about the author

Ibragimov Ali Uzeyirovich — Postgraduate student at the Russian New University; Radio St. 22, Moscow, Russia.

Статья поступила в редакцию 25.04.2026; одобрена после рецензирования 10.06.2026; принята к публикации 19.06.2026.

The article was submitted 25.04.2026; approved after reviewing 10.06.2026; accepted for publication 19.06.2026.