

УДК 159.942

ОСОБЕННОСТИ ВЗАИМОСВЯЗЕЙ КОМПОНЕНТОВ ЭКЗИСТЕНЦИАЛЬНОГО СОЗНАНИЯ С ДЕПРЕССИВНЫМИ СИМПТОМАМИ В ГРУППАХ ПОДРОСТКОВ С ТЕНДЕНЦИЕЙ К АУТОАГРЕССИИ

Маджуга Анатолий Геннадьевич

*Доктор психологических наук, доктор педагогических наук, профессор,
Институт развития образования Республики Башкортостан, Уфа, Россия,
ORCID: <http://orcid.org/0000-0002-5482-9119>,
e-mail: madzhuga1970@inbox.ru*

Курчатова Ольга Валерьевна

*Медицинский психолог, Уфа, Россия,
ORCID: <https://orcid.org/0009-0004-2627-0487>, e-mail: ov_kurchatova@mail.ru*

Аннотация

Введение: статья посвящена теоретическому анализу проблемы взаимосвязей компонентов экзистенциального сознания с депрессивными симптомами у подростков, проявляющих тенденции к аутоагрессивному поведению. Актуальность исследования обусловлена ростом распространенности депрессивных расстройств и самоповреждающего поведения в подростковой среде, а также недостаточной разработанностью экзистенциально-психологического подхода к анализу данных феноменов в контексте современных социокультурных вызовов. Цель работы – осуществить теоретический анализ особенностей взаимосвязей компонентов экзистенциального сознания с депрессивными симптомами и аутоагрессивными тенденциями в подростковом возрасте. **Материалы и методы:** в ходе исследования применялись следующие методы: теоретический анализ и обобщение философской, психологической (как общей, так и клинической), педагогической и социологической литературы по проблемам экзистенциального сознания, подростковой депрессии и аутоагрессии; сравнительный анализ различных теоретических подходов к пониманию структуры экзистенциального сознания и механизмов его связи с деструктивными психологическими проявлениями; систематизация и классификация выявленных в научной литературе внутренних и внешних детерминант исследуемой взаимосвязи; теоретическое моделирование – построение интегративной схемы взаимосвязей между компонентами экзистенциального сознания, внешними факторами и симптомами депрессии и аутоагрессии. Использование полипарадигмального подхода позволило осуществить целостный, междисциплинарный анализ сложного и многогранного феномена. **Результаты:** в статье раскрываются сущность и многокомпонентная структура экзистенциального сознания, рассматривается специфика его становления в подростковом возрасте. На основе интеграции положений экзистенциально-гуманистической психологии проводится реинтерпретация депрессии и аутоагрессии как симптомов экзистенциального кризиса. Выявляется и анализируется система внутренних (лично-психологических) и внешних (социально-педагогических) детерминант, опосредующих связь между компонентами экзистенциального сознания (смысложизненный, ценностный, эмоционально-рефлексивный, волевой, темпоральный) и деструктивными психологическими проявлениями. **Выводы:** в заключении представлены теоретически обоснованные выводы,

позволяющие обозначить основные векторы психопрофилактической и коррекционной работы, направленной на развитие экзистенциальных ресурсов личности подростка как фактора противодействия депрессии и аутоагрессии.

Ключевые слова: экзистенциальное сознание, депрессивные симптомы, подростки, аутоагрессия, самоповреждающее поведение, смысл жизни, экзистенциальная тревога, экзистенциальное одиночество, ответственность, экзистенциально-гуманистический подход.

FEATURES OF INTERRELATIONS BETWEEN COMPONENTS OF EXISTENTIAL CONSCIOUSNESS AND DEPRESSIVE SYMPTOMS IN GROUPS OF ADOLESCENTS WITH A TENDENCY TO AUTOAGGRESSION

Madzhuga Anatoly Gennadievich

*Doctor of Psychological Sciences, Doctor of Pedagogical Sciences, Professor,
Institute of Educational Development of the Republic of Bashkortostan, Ufa, Russia,
ORCID: <http://www.orcid.org/0000-0002-5482-9119>,
e-mail: madzhuga.anatolij@inbox.ru*

Kurchatova Olga Valerievna

*Medical psychologist, Ufa, Russia,
ORCID: <https://orcid.org/0009-0004-2627-0487>, e-mail: ov_kurchatova@mail.ru*

Annotation

Introduction: the article is devoted to the theoretical analysis of the problem of interrelations of the components of existential consciousness with depressive symptoms in adolescents who show tendencies to autoaggressive behavior. The relevance of the study is due to the growing prevalence of depressive disorders and self-destructive behavior in the adolescent environment, as well as the insufficient development of the existential-psychological approach to the analysis of these phenomena in the context of modern sociocultural challenges. The purpose of this work is to carry out a theoretical analysis of the features of the interconnections between the components of existential consciousness and depressive symptoms and auto-aggressive tendencies in adolescence.

Materials and Methods: the following methods were used in the study: theoretical analysis and synthesis of philosophical, psychological (both general and clinical), pedagogical, and sociological literature on the problems of existential consciousness, adolescent depression, and autoaggression; comparative analysis of various theoretical approaches to understanding the structure of existential consciousness and the mechanisms of its connection with destructive psychological manifestations; systematization and classification of the internal and external determinants of the studied relationship identified in the scientific literature; theoretical modeling is the construction of an integrative scheme of relationships between the components of existential consciousness, external factors, and symptoms of depression and autoaggression. The use of a polyparadigm approach allowed for a holistic, interdisciplinary analysis of a complex and multifaceted phenomenon.

Results: the article reveals the essence and multi-component structure of existential consciousness, and examines the specifics of its formation during adolescence. Based on the integration of the principles of existential-humanistic psychology, the article reinterprets depression and autoaggression as symptoms of an existential crisis. The article identifies and analyzes the system of internal (personal-psychological) and external (socio-pedagogical) determinants that mediate the relationship between the components of existential consciousness (life-meaning, value, emotional-reflexive, volitional, and temporal) and destructive psychological manifestations. **Conclusions:** in

conclusion, the article presents theoretically substantiated conclusions that outline the main vectors of psychoprophylactic and corrective work aimed at developing the existential resources of a teenager's personality as a factor in counteracting depression and autoaggression.

Keywords: existential consciousness, depressive symptoms, teenagers, autoaggression, self-destructive behavior, meaning of life, existential anxiety, existential loneliness, responsibility, existential-humanistic approach.

Введение

Современный этап развития общества, характеризующийся неопределенностью, трансформацией ценностных систем и цифровизацией, порождает вызовы для психического здоровья подрастающего поколения. Подростковый возраст, сензитивный для становления идентичности и мировоззрения, оказывается особенно уязвимым. Эпидемиологические данные констатируют рост депрессивных расстройств, суицидальных мыслей и несуйцидального самоповреждающего поведения среди подростков [7; 8; 15]. Эти феномены все чаще интерпретируются не только в рамках клинической парадигмы, но и как маркеры глубинного кризиса смысла и идентичности.

В условиях, когда традиционные социальные институты зачастую не успевают адаптироваться, а виртуальная среда предлагает симулякры общения, перед подростком остро встают экзистенциальные вопросы: о смысле существования, свободе и ответственности, одиночестве и конечности жизни. Способность рефлексировать и конструктивно интегрировать эти вопросы составляет суть экзистенциального сознания (ЭС) – интегративного личностного образования [11; 18]. Дефицит его становления создает почву для экзистенциальной уязвимости, проявляющейся в депрессивной симптоматике и аутоагрессивном поведении [5; 19].

Преобладающее большинство исследований осуществляется в русле когнитивно-бихевиорального или нейробиологического подходов. Экзистенциально-психологический ракурс, позволяющий рассматривать эти феномены как симптоматику кризиса на уровне бытийных оснований личности,

остается периферийным. Это создает теоретический пробел и ограничивает возможности психологической практики.

Цель статьи – осуществить теоретический анализ особенностей взаимосвязей компонентов экзистенциального сознания с депрессивными симптомами и аутоагрессивными тенденциями в подростковом возрасте.

Задачи теоретического исследования:

1. Раскрыть сущность, структуру и специфику формирования экзистенциального сознания в подростковом возрасте.

2. Провести экзистенциально-психологическую интерпретацию феноменов депрессии и аутоагрессии как форм экзистенциального кризиса.

3. Выявить и систематизировать ключевые внутренние детерминанты, провоцирующие кризис экзистенциального сознания.

4. Проанализировать внешние (социально-педагогические и культурные) детерминанты.

5. Сформулировать теоретически обоснованные выводы о значении развития экзистенциальных ресурсов личности для профилактики и коррекции депрессии и аутоагрессии у подростков.

Материалы и методы

Методологическую основу составил экзистенциально-гуманистический подход, интегрирующий идеи В. Франкла (логотерапия), Р. Мэя (экзистенциальная тревога), И. Ялома (данности существования), А. Маслоу и К. Роджерса (самоактуализация), Ф.Е. Василюка (понимающая психотерапия) [2; 12; 14; 16]. В данной парадигме личность рассматривается как проект, находящийся в процессе становления и ответственного выбора, а психологические проблемы – как следствие блокировки этого процесса.

Для решения поставленных задач был применен комплекс теоретических методов научного исследования:

– теоретический анализ и обобщение литературы по проблемам экзистенциального сознания, подростковой депрессии и аутоагрессии;

– сравнительный анализ теоретических подходов к пониманию структуры экзистенциального сознания и механизмов его связи с деструктивными психологическими проявлениями;

– систематизация и классификация внутренних, внешних детерминант;

– теоретическое моделирование – построение интегративной схемы взаимосвязей между компонентами экзистенциального сознания, внешними факторами и симптомами депрессии и аутоагрессии.

Использование полипарадигмального подхода позволило осуществить целостный междисциплинарный анализ экзистенциального сознания.

Результаты исследования и их обсуждение

Понятие «экзистенциальное сознание» (ЭС) не имеет однозначного определения, но в обобщенном виде оно может быть понято как высший уровень самосознания личности, характеризующийся способностью к рефлексии над бытийными основаниями собственного существования [1]. Это переживающее понимание себя как существа конечного, свободного, одинокого и ищущего смысл. Формирование экзистенциального сознания – центральная задача личностного развития в подростковом возрасте.

На основе интеграции идей отечественных (Д. А. Леонтьев, Ф.Е. Василюк, С.Л. Братченко) и зарубежных (И. Ялом, В. Франкл, Р. Мэй) авторов предложена структурно-динамическую модель экзистенциального сознания, состоящая из пяти взаимопроникающих компонентов:

1. Смысложизненный компонент является ядром экзистенциального сознания. Он включает: способность к целеполаганию; переживание осмысленности текущей жизни; ощущение продуктивности и удовлетворенности прожитым опытом; внутренний локус контроля над собственной жизнью [6]. В терминах Д.А. Леонтьева – это общая осмысленность жизни и ее конкретные измерения [5].

2. Ценностно-мировоззренческий компонент представляет собой систему экзистенциальных установок, выполняющих функцию «жизненной

философии». Он включает: иерархию высших ценностей; отношение к фундаментальным дихотомиям (добро/зло, свобода/детерминизм); толерантность к неопределенности и многозначности бытия.

3. Эмоционально-рефлексивный компонент выражается в способности осознавать, принимать и интегрировать экзистенциальные аффекты: тревогу, одиночество (переживание несоизмеримости собственного мира с миром Другого), вину (как осознание нереализованного потенциала).

4. Волево-деятельностный компонент (Ответственность и Свобода). Благодаря этому компоненту возможно практическое измерение экзистенциального сознания. Он включает: способность осуществлять свободный выбор и нести ответственность; осознание себя автором своей жизни; готовность к действию. Это антипод пассивности и беспомощности.

5. Темпоральный компонент акцентирует особое отношение ко времени. Он включает: осознание конечности как горизонта, придающего ценность жизни; способность к интеграции прошлого, настоящего и будущего в связную жизненную историю; развитую временную перспективу.

Важно подчеркнуть, что специфика становления ЭС в подростковом возрасте определяется главным противоречием: с одной стороны – «экзистенциальное пробуждение» (обострение чувствительности к вопросам смысла) [10]; с другой – недостаточная зрелость ресурсов для совладания с экзистенциальными переживаниями. Это создает почву для кризиса, который при отсутствии поддержки может принимать деструктивные формы [4].

С позиций экзистенциально-гуманистического подхода, депрессия и аутоагрессия – не просто коморбидные расстройства, а возможные симптомы глубинного кризиса ЭС [7]. Депрессия рассматривается как специфический способ бытия-в-мире, для которого характерны:

- сужение жизненного мира (эмоциональное обеднение);
- коллапс временной перспективы (будущее бессмысленно);
- разрыв значимых связей (глубокое одиночество);

– утрата свободы и ответственности (переживание беспомощности).

Таким образом, депрессия – это экзистенциальный ступор, паралич воли, смысла и «болезнь свободы», от которой человек пытается спастись.

Аутоагрессия (самоповреждающее поведение) в этом контексте получает новое, символическое прочтение как:

1. Попытка регуляции непереносимой экзистенциальной боли. Физическая боль становится контролируемым заместителем диффузной душевной муки, связанной с пустотой и тревогой. Это акт мгновенного, хоть и разрушительного, самоуспокоения.

2. Нонвербальный крик о помощи и подтверждение существования. Когда слова теряют силу или недоступны, тело становится «последним языком». Боль и вид крови становятся доказательством того, что «я еще чувствую, я еще существую», помогая преодолеть состояния дереализации и деперсонализации [17].

3. Акт псевдовыбора и восстановления контроля. В условиях переживания тотальной беспомощности и внешнего локуса контроля аутоагрессия становится областью, где подросток ощущает себя субъектом: «Я могу хотя бы это контролировать – свою боль» [19].

4. Самонаказание за экзистенциальную вину: не перед кем-то конкретным, а вину за нереализованную жизнь, за «предательство» собственных возможностей (по В. Франклу).

Следовательно, связь депрессии и аутоагрессии видится как закономерная и опосредованная общим экзистенциальным фундаментом – кризисом смысла, свободы, ответственности и связи.

Теоретический анализ позволил выявить систему внутренних, личностно-психологических детерминант, обуславливающих взаимосвязь дефицитов экзистенциального сознания с депрессивной и аутоагрессивной симптоматикой у подростков.

Рассмотрим ряд важных дефицитов, возникающих на уровне внутренних детерминант экзистенциального сознания подростка.

1. Дефицит смысложизненного компонента – базовая детерминанта

– Низкая общая осмысленность жизни напрямую коррелирует с выраженностью депрессивного аффекта. Экзистенциальный вакуум (В. Франкл) порождает скуку, апатию, ощущение «внутренней пустоты» – ядерные симптомы подростковой депрессии [6; 11].

– Отсутствие целей и будущей перспективы лишает жизнь направленности и энергии, способствует формированию безнадежности – ключевого когнитивного признака депрессии и фактора суицидального риска.

– Внешний локус контроля-жизнь напрямую ведет к выученной беспомощности и депрессивной пассивности. Аутоагрессия в этом случае может быть парадоксальной попыткой вернуть себе ощущение агентности, хоть и через саморазрушение.

2. Дисфункция эмоционально-рефлексивного компонента

– Неконструктивная экзистенциальная тревога. Нормативная тревога, связанная с осознанием свободы и смерти, при недостатке личностных ресурсов не интегрируется, а трансформируется в патологическую, всепоглощающую тревогу или в паническое избегание, «эмоциональное онемение», характерное для депрессии [18].

– Интенсивное, нерелексируемое переживание экзистенциального одиночества. Чувство радикальной отъединенности от мира, непонятости даже близкими питает депрессивное мироощущение. Аутоагрессия может стать способом «коммуникации» этой боли, когда другие каналы связи кажутся разорванными [15].

– Низкая способность к рефлексии и символизации. Неумение выразить словами свои экзистенциальные переживания приводит к их соматизации или выходу в непосредственное действие (аутоагрессию).

3. *Слабость волево-деятельностного компонента (кризис ответственности и свободы)*

– Экзистенциальное избегание (Р. Мэй). Бегство от бремени свободы и ответственности в пассивность, конформизм или, наоборот, в бунт без позитивной программы. Депрессия – крайняя форма такого избегания, тотальный отказ от авторства своей жизни.

– Делегирование ответственности. Убеждение, что за мою жизнь, мое настроение, мой выбор отвечают другие (родители, общество, «судьба»). Это порождает хроническую обиду, пассивную агрессию, которая может оборачиваться против себя.

– Аутоагрессия как суррогат выбора: в условиях парализующей неспособности к созидательному действию акт самоповреждения становится простым и быстрым «действием», создающим иллюзию активности и контроля.

4. *Нарушения темпорального компонента*

– Искаженное отношение к конечности жизни приводит к тому, что страх смерти либо полностью вытесняется, либо, напротив, становится навязчивой идеей, окрашивающей все существование в мрачные тона, усиливая депрессию.

– Коллапсированная временная перспектива вызывает неспособность «удерживать» будущее, воспринимать жизнь как непрерывную историю. Жизнь дробится на отдельные, несвязанные болезненные моменты «здесь-и-сейчас», что характерно для клипового сознания Z-поколения и повышает тягу к импульсивной аутоагрессии как способу справиться с текущим страданием [7].

Следует отметить, что формирование экзистенциального сознания происходит не в вакууме, а в конкретном социокультурном и образовательном пространстве. В этой связи обозначим ряд важных характеристик современной среды, выступающих внешними детерминантами, усугубляющими внутренние дефициты и провоцирующими кризис экзистенциального сознания подростка.

1. *Цифровая среда и культура постмодерна: амбивалентное влияние*

– Симулятивность и клиповость затрудняют формирование связной жизненной истории, обедняют смысловой опыт подростка.

– «Цифровое одиночество» при гиперсвязности: парадокс, когда множество онлайн-контактов сочетается с обостренным чувством экзистенциального одиночества и поверхностности общения [3].

– Информационная перегруженность и эмоциональное онемение. Постоянный поток часто травматичных новостей может приводить к защитной эмоциональной тупости, девальвации переживаний другого, что блокирует развитие эмпатии и усугубляет аутоагрессию как единственный способ «почувствовать».

– Культура мгновенного удовлетворения противоречит природе смыслообразования, требующей усилий и отсрочки.

2. Особенности современной образовательной среды

– Утилитарно-прагматический уклон: ориентация на передачу знаний и компетенций (hard skills) в ущерб ценностному образованию. Нет пространства для обсуждения «вечных вопросов».

– «Авторитарная» или «попустительская» педагогика. Первая подавляет свободу, вторая – не дает опор, необходимых для безопасного освоения свободы личностью. И то, и другое препятствует становлению зрелого экзистенциального сознания.

– Жесткая конкурентность подрывает внутреннюю мотивацию и повышает тревожность и страх неудачи.

3. Семейная система и социальное окружение

– Гиперопека или эмоциональная депривация. Оба паттерна мешают подростку ощутить себя отдельным, ответственным субъектом. Гиперопека лишает опыта свободы, депривация – опыта безусловного принятия.

– Кризис транслируемых ценностей. Взрослые не могут предложить подростку целостную «картину мира», оставляя подростка один на один с экзистенциальными вопросами.

– Социальная разобщенность и утрата общих ритуалов лишают подростка чувства принадлежности и трансценденции (связи с чем-то большим) [13].

Таким образом, кризис экзистенциального сознания, проявляющийся в депрессии и аутоагрессии, является полидетерминированным. Он возникает на пересечении внутренней уязвимости личности и деструктивного влияния внешней среды, которая, вместо того, чтобы поддерживать становление экзистенциальной зрелости, часто его блокирует или искажает.

Заключение

Проведенный теоретический анализ позволил системно рассмотреть проблему взаимосвязей экзистенциального сознания, депрессивных симптомов и аутоагрессивных тенденций в подростковом возрасте. В результате были получены следующие научно обоснованные выводы:

1. Экзистенциальное сознание является сложным, многокомпонентным образованием, формирующимся в подростковом возрасте и включающим смысло-жизненный, ценностно-мировоззренческий, эмоционально-рефлексивный, волево-деятельностный и темпоральный компоненты. Его становление сопряжено с высоким риском кризиса из-за несоответствия между экзистенциальной чувствительностью и недостаточностью ресурсов.

2. Депрессия и аутоагрессия реинтерпретируются как различные, но связанные симптомокомплексы, выражающие кризис экзистенциального сознания. Депрессия представляет собой «экзистенциальный ступор» – утрату смысла и свободы. Аутоагрессия выступает как деструктивный, телесно-ориентированный копинг, направленный на регуляцию экзистенциальной боли, восстановление иллюзорного контроля и невербальную коммуникацию страдания.

3. Взаимосвязь между дефицитами экзистенциального сознания и деструктивной симптоматикой детерминирована системой внутренних и внешних факторов.

– К внутренним (психологическим) детерминантам относятся: низкая осмысленность жизни и размытость целей; неконструктивная, нерелефлексивная экзистенциальная тревога и одиночество; слабость волево-деятельностного компонента (избегание свободы и ответственности); искаженное отношение ко времени и конечности.

– К внешним (социально-педагогическим и культурным) детерминантам относятся: амбивалентное влияние цифровой среды (симулятивность, эмоциональное онемение); дисфункции образовательной системы (утилитаризм, авторитаризм/попустительство, гиперконкуренция); дисфункциональные паттерны семейного воспитания (гиперопека или депривация); ценностный релятивизм и социальная разобщенность.

4. Эффективная психопрофилактическая и коррекционная работа с депрессией и аутоагрессией подростков должна выходить за рамки симптомоцентрированного подхода и включать в себя стратегию развития экзистенциальных ресурсов личности, которая предполагает:

– создание в образовательных организациях «экзистенциально-поддерживающей среды», где есть пространство для обсуждения смысложизненных, философских, ценностных вопросов;

– внедрение программ социально-эмоционального и экзистенциального обучения, направленных на развитие рефлексии, эмоционального интеллекта, навыков принятия решений и ответственности;

– активное использование методов, обогащающих опыт осмысленного действия и трансценденции: волонтерство, социальное проектирование, творчество, приобщение к культурным и природным практикам;

– подготовку психологов и педагогов к работе с экзистенциальной проблематикой, обучение их навыкам логотерапевтического диалога, помощи в поиске личных смыслов и конструировании жизненной перспективы.

Таким образом, теоретический анализ подтверждает, что формирование зрелого экзистенциального сознания является основным фактором психологического благополучия подростка. Инвестируя в развитие этих ресурсов, общество может создать мощный буфер против нарастающей волны подростковой депрессии и аутоагрессии, способствуя становлению не просто «не-больного», а осмысленно живущего и ответственного поколения.

Список источников

1. Братченко С. Л. Экзистенциальная психология глубинного общения. Москва : Смысл, 2020. 298 с.
2. Василюк Ф. Е. Психология переживания. Москва : Издательство Московского университета, 2021. 320 с.
3. Долгинова О. Б. Исследование одиночества как психологического феномена // Психологическая наука и образование. 2020. Т. 25. № 4. С. 71–83.
4. Ениколопов С. Н., Садовская А. В. Аутоагрессивное поведение в подростковом возрасте: современное состояние проблемы // Консультативная психология и психотерапия. 2022. Т. 30. № 1. С. 88–105.
5. Леонтьев Д. А. Психология смысла: природа, строение и динамика смысловой реальности. Москва : Смысл, 2021. 511 с.
6. Малкина-Пых И. Г. Экзистенциальная терапия. Москва : Эксмо, 2020. 768 с.
7. Осин Е. Н. Измерение экзистенциальной тревоги: апробация русскоязычной версии шкалы // Психологическая диагностика. 2019. № 1. С. 85–106.
8. Психология самоповреждающего поведения / Под ред. Л. И. Вассермана. Санкт-Петербург : Издательство Санкт-Петербургского государственного университета, 2021. 412 с.
9. Рассказова Е. И., Леонтьев Д. А. Копинг-стратегии в психологии стресса: подходы, методы и перспективы исследования // Методология и история психологии. 2020. Т. 15. № 3. С. 123–137.
10. Сапогова Е. Е. Психология развития человека. Москва : Аспект Пресс, 2022. 460 с.
11. Холмогорова А. Б., Гаранян Н. Г. Мультифакторная модель депрессивных расстройств // Социальная и клиническая психиатрия. 2021. Т. 31. № 3. С. 73–82.
12. Франкл В. Человек в поисках смысла. Москва : Прогресс, 2020. 368 с.
13. Шнейдер Л. Б. Девиантное поведение детей и подростков. Москва : Академический проект, 2022. 336 с.
14. Ялом И. Экзистенциальная психотерапия. Москва : Класс, 2020. 576 с.
15. Klonsky E. D., Muehlenkamp J. J. Self-injury: A research review for the practitioner // Journal of clinical psychology. 2020. Vol. 63(11). P. 1045–1056.
16. May R. The Discovery of being: writings in existential psychology. New York : W.W. Norton & Company, 2021. 224 p.
17. Nock M. K. Why do people hurt themselves? new insights into the nature and functions of self-injury // Current directions in psychological science. 2019. Vol. 18(2). P. 78–83.

18. Rogers C. R. On becoming a person: a therapist's view of psychotherapy. Boston : Houghton mifflin harcourt, 2020. 420 p.
19. Vanhooren S., Leijssen M., Dezutter J. Meaning in life and depressive symptoms: a person-oriented approach in residential and community-dwelling older adults // Aging & Mental health. 2021. Vol. 25(5). P. 1–8.

References

1. Bratchenko S.L. *Ekzistencial'naya psihologiya glubinnogo obshcheniya* [Existential Psychology of Deep Communication]. Moscow: Smysl, 2020, 298 p. (In Russ.).
2. Vasilyuk F.E. *Psihologiya perezhivaniya* [The Psychology of Experience]. Moscow: Izdatel'stvo Moskovskogo universiteta, 2021, 320 p. (In Russ.).
3. Dolginova O.B. Issledovanie odinochestva kak psihologicheskogo fenomena [Research on loneliness as a psychological phenomenon]. *Psihologicheskaya nauka i obrazovanie* [Psychological science and education]. 2020, vol. 25, no. 4, pp. 71–83. (In Russ.).
4. Enikolopov S.N., Sadovskaya A.V. Autoagressivnoe povedenie v podrostkovom vozraste: sovremennoe sostoyanie problemy [Auto-aggressive behavior in adolescence: the current state of the problem]. *Konsul'tativnaya psihologiya i psihoterapiya* [Counseling psychology and psychotherapy]. 2022, vol. 30, no. 1, pp. 88–105. (In Russ.).
5. Leont'ev D.A. *Psihologiya smysla: priroda, stroenie i dinamika smyslovoj real'nosti* [The Psychology of Meaning: Nature, Structure, and Dynamics of Meaningful Reality]. Moscow: Smysl, 2021, 511 p. (In Russ.).
6. Malkina-Pyh I.G. *Ekzistencial'naya terapiya* [Existential therapy]. Moscow: Eksmo, 2020, 768 p. (In Russ.).
7. Osin E.N. Izmerenie ekzistencial'noj trevogi: aprobaciya russkoyazychnoj versii shkaly [Measuring Existential Anxiety: Validation of the Russian Version of the Scale]. *Psihologicheskaya diagnostika* [Psychological diagnostics]. 2019, no. 1, pp. 85–106. (In Russ.).
8. *Psihologiya samopovrezhdayushchego povedeniya* [The psychology of self-harming behavior]: Monografiya. Pod red. L.I. Vassermana. Saint-Petersburg: Izd-vo SPbGU, 2021, 412 p. (In Russ.).
9. Rasskazova E.I., Leont'ev D.A. Koping-strategii v psihologii stressa: podhody, metody i perspektivy issledovaniya [Coping strategies in stress psychology: approaches, methods, and research prospects]. *Metodologiya i istoriya psihologii* [Methodology and history of psychology]. 2020, vol.15, no. 3, pp. 123–137. (In Russ.).
10. Sapogova E.E. *Psihologiya razvitiya cheloveka* [Psychology of human development]. Moscow: Aspekt Press, 2022, 460 p. (In Russ.).
11. Holmogorova A.B., Garanyan N.G. Mul'tifaktornaya model' depressivnyh rasstrojstv [Multifactorial model of depressive disorders]. *Social'naya i klinicheskaya psichiatriya* [Social and clinical psychiatry]. 2021, vol. 31, no. 3, pp. 73–82. (In Russ.).
12. Frankl V. *Chelovek v poiskah smysla* [A man in search of meaning]. Moscow: Progress, 2020, 368 p. (In Russ.).
13. Shnejder L.B. *Deviantnoe povedenie detej i podrostkov* [Deviant behavior of children and adolescents]. Moscow: Akademicheskij proekt, 2022, 336 p. (In Russ.).
14. Yalom I. *Ekzistencial'naya psihoterapiya* [Existential psychotherapy]. Moscow: Klass, 2020, 576 p. (In Russ.).
15. Klonsky E.D., Muehlenkamp J.J. Self-injury: A research review for the practitioner. *Journal of Clinical Psychology*. 2020, vol. 63(11), pp. 1045–1056.
16. May R. *The Discovery of Being: Writings in Existential Psychology*. New York: W.W. Norton & Company, 2021, 224 p.
17. Nock M.K. Why do people hurt themselves? New insights into the nature and functions of self-injury. *Current Directions in Psychological Science*. 2019, vol. 18(2), pp. 78–83.
18. Rogers C.R. *On Becoming a Person: A Therapist's View of Psychotherapy*. Boston: Houghton mifflin harcourt, 2020, 420 p.

19. Vanhooren S., Leijssen M., Dezutter J. Meaning in life and depressive symptoms: a person-oriented approach in residential and community-dwelling older adults. *Aging & Mental Health*. 2021, vol. 25(5), pp. 1–8.