

ВЛИЯНИЕ СОЦИАЛЬНЫХ СЕТЕЙ НА САМОПОВРЕЖДАЮЩЕЕ ПОВЕДЕНИЕ У ПОДРОСТКОВ

Н.А. ПОЛЬСКАЯ*,
ФГБОУ ВО МГППУ, Москва, Россия,
polskayana@yandex.ru

Д.К. ЯКУБОВСКАЯ**,
ФГБОУ ВО МГППУ, Москва, Россия,
darrafy@gmail.com

Представлен обзор публикаций по теме самоповреждающего поведения в социальных сетях. Рассмотрены содержательные характеристики сетевого дискурса самоповреждающего поведения на основе выделения таких категорий, как хештеги, изображения, комментарии. Обобщены негативные и позитивные аспекты влияния социальных сетей на риск самоповреждений у подростков. Контент и онлайн-коммуникации по этой проблеме могут как улучшить психологическое состояние пользователей — повысить настроение и качество самопринятия; предоставить помощь и поддержку от других пользователей; служить источником информации о профессиональной помощи, — так и усилить склонность к самоповреждениям — иници-

Для цитаты:

Польская Н.А., Якубовская Д.К. Влияние социальных сетей на самоповреждающее поведение у подростков // Консультативная психология и психотерапия. 2019. Т. 27. № 3. С. 156—174. doi: 10.17759/cpp.20192703010

* *Польская Наталья Анатольевна*, доктор психологических наук, профессор кафедры клинической психологии и психотерапии, факультет консультативной и клинической психологии, ФГБОУ ВО МГППУ, Москва, Россия, e-mail: polskayana@yandex.ru

** *Якубовская Дарья Кирилловна*, студентка, кафедра клинической психологии и психотерапии, факультет консультативной и клинической психологии, ФГБОУ ВО МГППУ, Москва, Россия, e-mail: darrafy@gmail.com

ровать интерес к этой тематике; поддерживать, поощрять и провоцировать повторяющиеся самоповреждения. Поэтому перед профессионалами в области психического здоровья стоит глобальная задача создания альтернативного — поддерживающего и помогающего контента, предполагающего разработку новой методологии — языка, который сможет интегрироваться в существующий онлайн-дискурс о самоповреждении и трансформировать его изнутри.

Ключевые слова: самоповреждающее поведение, Интернет, социальные сети, психическое здоровье, виртуальная идентичность, подростковый возраст, молодой возраст.

Тематика самоповреждающего поведения (СП) широко обсуждается в социальных сетях, где она представлена как в общедоступном контенте, так и в закрытых группах. СП рассматривается в рамках психиатрических проблем и связывается с тревогой, депрессией, проблемами поведения и личностными расстройствами; интерпретируется как способ выражения психологических проблем и способ самовыражения, как способ коммуникации и поиска помощи. Социальные сети играют неоднозначную роль как в развитии, так и в прекращении самоповреждений. С одной стороны, они предоставляют возможность коммуникации, обмена информацией и получения поддержки. С другой стороны, визуальный и текстовый контент может вызвать интерес и способствовать закреплению СП, а участники таких тематических сообществ могут стать жертвой различных форм агрессии, манипулирования и преследования в социальных сетях.

В данной статье на основе обзора исследований обобщены содержательные особенности проблематики самоповреждения в сетевых сообществах, рассмотрены специфика СП в виртуальной среде и особенности языка, используемого в виртуальном дискурсе самоповреждения.

Цифровая социализация, виртуальная идентичность и психическое здоровье подростков

С каждым годом аудитория интернет-пользователей расширяется, во многом за счет развития социальных сетей [1; 5; 10; 24]. Социальные сети предоставляют возможность создать личную страницу и общаться с другими пользователями, часто незнакомыми человеку в реальной жизни. Согласно отечественным исследованиям, более 75% российских подростков старше 13 лет ежедневно пользуются Интернетом и имеют аккаунты в социальных сетях [11]. Среди американских подростков за-

регистрированы хотя бы в одной социальной сети 81%, а 24% говорят о постоянном использовании Интернета [24].

Высокая вовлеченность в разные формы интернет-активности связана с развитием личности подростка, его социализацией и формированием идентичности. Цифровые технологии, как знаковая система современной культуры, опосредуют новое психологическое измерение — виртуальную или сетевую идентичность [1; 2], которая не обязательно тождественна идентичности в реальной жизни, а спектр онлайн-взаимодействий широко варьируется — от общения исключительно со знакомыми людьми до коммуникации с многомиллионной аудиторией — в зависимости от целей пользователя и степени популярности конкретного аккаунта. Эти условия создают особое пространство, обладающее способностью как к позитивному, так и к негативному влиянию на психическое здоровье.

Риски психопатологии, которые несет в себе информационная социализация [4], зачастую связаны с неконтролируемым пребыванием в Сети, специфическим контентом и той информацией, которая может неблагоприятным образом сказываться на психическом здоровье [3; 12; 13; 17; 29]. Так, в исследовании с участием канадских подростков (N=753), нацеленном на определение взаимосвязи между рисками манифестации психического заболевания и количеством времени, проводимом онлайн, 16,9% учеников указали на неудовлетворительное психическое состояние; 26,4% — на нереализованную потребность в психологической помощи; 23,4% — на высокий уровень испытываемого стресса; 12,5% сообщили о суицидальных мыслях [29]. Было выявлено, что при наличии нереализованной потребности в психологической помощи время, проводимое в социальных сетях, увеличивается. Повышенная активность в социальных сетях (более 2 часов в день) коррелировала с неудовлетворительным собственным психическим состоянием, стрессом и суицидальными мыслями [29].

С одной стороны, виртуальная идентичность открывает новый пласт ранее недоступных возможностей — скорость и, по сути, безграничность виртуального общения, создание желаемых (улучшенных) «версий себя», практически мгновенное получение любой специализированной информации, огромные ресурсы для новых знаний и саморазвития. С другой стороны, интернет-среда в некоторых случаях может быть опасной для здоровья и благополучия человека, вводя в заблуждение, дезинформируя, усугубляя эмоциональные и личностные проблемы, побуждая пользователя к деструктивным и аутодеструктивным мыслям и поступкам. Одной из форм аутодеструкции является самоповреждающее поведение.

Самоповреждающее поведение и Интернет

Самоповреждающее поведение (СП) является распространенной проблемой во всем мире. Несуицидальное СП часто носит повторяющийся характер и при этом является важным предиктором суицидальных попыток, самоубийства и преждевременной смерти. Юное население страдает от СП особенно часто [6; 7; 8; 24; 27; 34; 36]. По данным разных исследователей, от 5 до 23—38% респондентов подросткового и юношеского возраста наносят самоповреждения [6; 7]. Как правило, это самопорезы, расцарапывание кожи и удары по собственному телу [27]. По результатам наших исследований, выполненных на российской выборке (N=643), от 10 до 14% старших школьников и студентов указали на один случай самопорезов, а 3% отметили высокую частоту самопорезов [6; 7].

В научной периодике дискуссия о влиянии Интернета на СП ведется с начала двухтысячных. Изначально популярность тематики самоповреждения в интернет-среде объяснялась тем, что СП наиболее распространено в молодежных субкультурах [35], а молодые люди, особенно те, кто наносит себе повреждения, склонны больше пользоваться Интернетом и, в частности, чатами [25]. На основе анализа контента, связанного с самоповреждениями, а именно дневников и форумов, было установлено, что интернет-общение оказывает поддержку подросткам, чувствующим себя изолированно в ситуации переживания проблем, связанных с самоповреждением. Однако обсуждение СП может его усиливать, как по частоте, так и по использованию ранее неизвестных (и потенциально летальных) способов самоповреждения [34].

На сегодняшний день дискурс о СП и то, как он разворачивается в разных сетевых сообществах, остается актуальным и вызывающим беспокойство [9]. Так, например, сравнивая число публикаций о самоповреждениях на платформе Инстаграм за 2014—2105 г. исследователи отметили их рост: с 1,7 миллиона публикаций в 2014 г. до более чем 2,4 миллиона в 2015 г., что свидетельствует о внушительном размере англоязычного Инстаграм-сообщества, посвященного тематике самоповреждения [26].

До сих пор лишь немногие из подростков и молодых людей, открыто сообщаящих о своих самоповреждениях в сети, обращаются за профессиональной помощью, в связи с чем возникает необходимость в поиске и исследовании альтернативных форм поддержки. Также сохраняется мнение, что подростки с историей самоповреждения остаются более активными пользователями интернет-ресурсов по сравнению с подростками без подобных проблем [24]. В связи с этим изучение онлайн-активности молодых людей с СП представляется необходимым инструментом для понимания специфики его развития среди подростков и молодежи.

Онлайн-активность как фактор риска самоповреждающего поведения

Онлайн-активность может выступать в качестве фактора риска СП, в некоторых случаях усиливая или провоцируя болезненные эмоциональные реакции у подростков, вызывая нарушения самооценки и поведения. Это может быть связано с проблемами психического здоровья подростков (например, эмоциональные и поведенческие расстройства). В некоторых случаях онлайн-активность усиливает тревожное отношение к собственному телу, в целом характерное для подросткового и юношеского возраста и в отдельных случаях приобретающее особую остроту. В сетевых сообществах для эмоционально уязвимых подростков, какими являются подростки с СП, высок риск оказаться жертвой кибербуллинга. Кроме того, в онлайн-среде могут прямо или косвенно поощряться интерес к небезопасным формам поведения и экспериментирование с разными формами риска.

Эмоциональные и поведенческие расстройства. Подростки с проблемами психического здоровья нередко используют Интернет как средство для общения и поиска собственной идентичности, видя в онлайн-активности возможности для регуляции своего настроения.

В исследовании онлайн-поведения подростков с депрессией (N=23), проведенном в Питсбурге в 2017 г., было отмечено, что практически все подростки использовали социальные сети и у большинства были аккаунты в нескольких сетях одновременно. В качестве позитивных эффектов онлайн-активности, способствующих улучшению настроения, подростки назвали возможность доступа к развлекательному и юмористическому контенту, поиск интересующей информации, контакт с людьми со схожими интересами, друзьями и родственниками, также возможность получить помощь от других людей, страдающих от депрессии или суицидальных мыслей. К негативным последствиям онлайн-активности были отнесены эпизоды столкновения с тревожащим контентом, касающимся самоповреждающего поведения, расстройств пищевого поведения, кибербуллинга и разных видов рискованного поведения. Респонденты заявили о таком феномене, как «стресс-постинг» — желание опубликовать контент с целью выпустить гнев или другие негативные эмоции и получить слова помощи или утешения от других участников социальной сети [28].

На негативные эффекты влияния информации о СП (включая изображения самоповреждений), представленной в традиционных и онлайн медиа, на форумах, в социальных сетях и других источниках, указывают авторы другого исследования [37]. На основе опроса подростков с СП (N=90, 12—17 лет, клиническая выборка) было выявлено, что пациенты впервые увидели изображение самоповреждений в возрасте неполных

одиннадцать лет. 87% пациентов увидели акт самоповреждения раньше, чем начали наносить себе повреждения. Самопорезы в этой группе подростков явились самым распространенным способом самоповреждения (81,1%), при этом 76,7% сообщили об использовании сразу нескольких способов самоповреждения [37].

Тревожное отношение к телу. Не менее значимым негативным фактором, потенциально ведущим к снижению самооценки и развитию самоповреждающего поведения, является влияние социальных сетей на формирование нереалистичных представлений о внешности и тревожного отношения к собственному телу в связи с современной идеализацией и социальной нормализацией «худого» тела. Так, анкетирование старших школьников, использующих *Facebook*, выявило более тревожное отношение к собственному телу по сравнению со школьниками, не использующими эту социальную сеть [24]. Девушки, использующие *Facebook*, чаще других демонстрируют стремление к чрезмерной худобе и меньшую удовлетворенность собственным весом. [33]. Экспериментальное исследование 2018 г. показало, что просмотр отредактированных, доведенных до совершенства фотографий женщин в социальных сетях увеличивал уровень неудовлетворенности телом среди девушек подросткового возраста. [22]. В то же время негативное влияние социальных сетей на отношение к телу затрагивает не только женское население. В исследовании, выполненном в популяции датских подростков, была выявлена одинаково значимая зависимость образа тела от степени вовлеченности в социальные сети среди юношей и девушек [19].

Кибербуллинг. Другим негативным фактором использования социальных сетей является риск кибербуллинга. «Кибербуллинг — агрессивное и намеренное повторяющееся поведение человека или группы людей с использованием электронных форм общения по отношению к жертве, не способной постоять за себя» [24]. Кибербуллинг может влиять на развитие депрессии, низкую самооценку, поведенческие проблемы, употребление наркотических веществ, суицидальные попытки, как у жертвы, так и у агрессора [31]. Отмечено, что от 10 до 40% подростков сталкиваются с кибербуллингом и по некоторым данным существует корреляция между кибербуллингом и развитием самоповреждающего и суицидального поведения среди жертв [21]. Кибербуллинг более опасен, чем буллинг в реальной жизни — буллинг через Интернет повышает риск суицидальных мыслей в 3,12 раз, в то время как буллинг при личном взаимодействии — в 2,16 раз.

Разные формы рискованного поведения. При использовании социальных сетей подростки могут подвергнуться нежелательной рекламе вредных здоровью веществ, таких как алкоголь, табак, смеси для курения, а также столкнуться с секс-преступниками, использующими социаль-

ные сети с целью установления контакта с несовершеннолетними. Все перечисленные негативные факторы могут повлиять на развитие или усиление суицидальных мыслей и СП.

Данлоп (*S.M. Dunlop*) с соавторами провели исследование с целью установления специфики влияния информации суицидальной тематики с различных онлайн-платформ (включая новостные сайты, форумы и социальные сети) на развитие суицидальных идей у молодежи [20]. Около 719 человек в возрасте от 14 до 24 лет были опрошены дважды с годичным перерывом. Респондентов спрашивали, знакомы ли они с кем-нибудь, совершившим самоубийство или попытку самоубийства, чувствовали ли они грусть или безысходность дольше двух недель подряд, появлялись ли у них навязчивые мысли о суициде в течение последнего года. Во время повторного опроса у респондентов узнавали о наиболее используемых социальных сетях и отдельно — из какого источника или от кого информация о чьем-то суициде была получена (родственники или знакомые, новостные издания, видео-сайты или социальные сети). 79% опрошенных узнавали об акте самоубийства от родственников или из газет, при этом 59% также получали информацию из онлайн-ресурсов. Молодые респонденты отмечали социальные сети и видео-сайты как распространенные ресурсы для получения таких новостей. Несмотря на указанную популярность всех онлайн-ресурсов как источника информации о суицидальных актах, взаимосвязь с ростом суицидальных мыслей была обнаружена только в отношении онлайн-форумов [20].

Таким образом, сама онлайн-среда и сетевые сообщества могут осложнять имеющиеся проблемы с психическим здоровьем, усиливать психологическую уязвимость подростка — тревожность, недовольство собственной внешностью, подавленность и т. п. — через контент, потребляющий который подросток может чувствовать себя преследуемым, в опасности, одиноким, покинутым, незащищенным. Прямая или скрытая реклама рискованного поведения, травля в сети — это то, что, помимо психологических и психопатологических проблем, вызывает и действия аутодеструктивной направленности, включая несуицидальные самоповреждения.

Язык самоповреждения: хештеги, изображения и комментарии

Язык, используемый в Интернете по тематике самоповреждений, имеет свою специфику, с определенной терминологией и семантикой. Попытки феноменологически описать его представлены в исследованиях СП-сообществ, существующих на разных платформах — Инстаграм, Фейсбук, Трэнблер, Ютуб и др. [14; 16; 18; 23; 26; 30].

Этот язык может быть охарактеризован через анализ 1) хештегов, 2) изображений и 3) комментариев, связанных с тематикой самоповреждения.

Хештеги. Во многих социальных сетях для поиска соответствующих тем и единомышленников используются ключевые слова, или хештеги. Многие хештеги неочевидны, часто замаскированы под более нейтральные слова или выражения и содержат особый смысл только для знающих пользователей. Система хештегов по теме СП изменчива, завуалирована и неоднородна, что делает невозможным контроль над контентом. Она объединяет разные по написанию поисковые запросы. Прямые хештеги — прямые указания на самоповреждения (например, *#selfharm*) — часто попадают под запрет, поэтому появляются хештеги с узнаваемым, но намеренно искаженным словом — эрративом (например, *#selfharmmm*, *#selfharmmmm*) [26]. Также можно выделить группу хештегов со скрытым смыслом (например, *#MySecretFamily* — моя тайная семья), объединяющих целую группу неочевидных хештегов, где определенное поведение или расстройство, ассоциированное с СП, обозначается распространенным человеческим именем. Например, *#Ana* для обозначения анорексии; *#Cat* — порезов при СП; *#Deb* — депрессии; *#Sue* — суицидальных мыслей или намерений. Существование особого языка, идея секретного общества (один из распространенных хештегов — *#Secretsociety*) может создавать дополнительные мотивации для потенциального пользователя. Такие хештеги позволяют отразить свою причастность к сообществу на личной странице, оставаясь при этом невидимыми для непосвященной части пользователей [26].

Использование для поиска и публикации хештегов со скрытым смыслом, особенно, когда речь идет о широко распространенных в быденном языке словах, значительно расширяет аудиторию пользователей, интересующихся СП. Так, хештег *#Cat* для обычных пользователей — это «кошка», а не нанесение порезов на кожу. Учитывая, что большинство пользователей Инстаграма — старшеклассники, такая многозначность хештегов является опасным, потенциально провоцирующим фактором [26].

Изображения. Хештеги размещаются под изображениями, на которых представлены самоповреждения. Анализ таких изображений, выполненный немецкими исследователями (оценка велась на основе информации из 2826 аккаунтов), позволил раскрыть некоторые социальные и психологические аспекты СП и его специфику в Инстаграме [16]. Публикация изображений с саморанениями в большинстве случаев — 83% — была анонимной. 18,8% аккаунтов, использовавших хештеги, ассоциированные с СП, были личными, т. е. содержали изображения лица владельца аккаунта. Из тех пользователей, чей гендер был определяем визуально, 91% идентифицировались как женщины и всего 9% как мужчины. 41,6%

пользователей указали свой возраст от 12 до 21 года, средний возраст при этом составил 14,8 лет [16].

Из 2826 изображений, содержащих телесные повреждения, 39,6% показывали легкие повреждения (поверхностные царапины), 47,8% — средние (порезы с небольшим количеством крови), 12,6% изображали тяжелые повреждения (глубокие порезы, открытые раны или очень большое количество крови и разнообразных порезов). 93,1% публикаций, содержащих повреждения, изображали порезы. Большая часть ранений располагалась на руках (59,6%); 8,5% — на ногах; 2,2% — содержали изображение повреждений на ногах и руках одновременно; 1,7% ран находились на теле. При этом на 27,2% изображений определить конкретное местонахождение повреждений не представлялось возможным. Предметы, с помощью которых наносились самоповреждения, были показаны только в 5,8% публикаций — преимущественно бритвенные лезвия. В 34 случаях порезы были организованы в текст: «ненавижу себя» — 6 фото; «толстый/ая» — 5 фото; нецензурная лексика — 3 фото; а также «одиночество», «подделка», «я люблю тебя», «суицид», «никчемный», «все в порядке», «боль», «прекрати есть» и т. п. [16].

Оценка связи СП-тегов с конкретными изображениями, размещенными в Твиттере, Инстаграме и Тамблере, показывает более широкий контекст изображений, нежели только демонстрация самоповреждений. Так, в исследовании, выполненном на основе оценки 602 изображений, авторы отметили, что на 54% из них не было прямого изображения самоповреждений; 19% были селфи-снимками; 6% — рисунками, фотографиями предметов, картинками с цитатами из фильмов и мемами [32]. На трети постов (34%) отсутствовало изображение человека. Из тех изображений, где люди присутствовали, 33% изображали женщин и только 9,5% — мужчин. Непосредственно акт самоповреждения отражали 29% изображений, большая часть из них — это самопорезы, остальные изображения касались других форм аутодеструкции — расстройств пищевого поведения, ушибов, расчесывания кожи и употребления алкоголя или наркотических веществ. Порезы на фотографиях в основном локализовались на руках или ногах (21%) и в большинстве случаев были неглубокими. Несмотря на это, 6% изображений были расценены как тяжелые для восприятия — например, изображали кровотечение или ранение, требующее медицинской помощи [32].

Влияние просмотра изображений самоповреждений неоднозначно. Это может быть полезным, так как помогает в идентификации и получении помощи, а также подобные изображения демонстрируют, насколько далеко можно зайти и насколько это может быть плохо. Такой просмотр может быть вредным, так как вместо привлечения помощи и поддержки пользователей с самоповреждениями, происходит гламуризация СП как

особенного образа жизни. Помимо этого, просмотр изображений самоповреждений может выступать триггером СП [15].

Комментарии. Помимо хештегов и изображений, важное место в сетевом дискурсе о СП занимают комментарии пользователей. Это могут быть комментарии как самих авторов, так и читателей — подписчиков и посетителей страницы. Авторы нередко сопровождают размещенные изображения текстовой подписью, передающей определенное настроение или чувство [32]. Также в подобных записях можно обнаружить рассказ о личном опыте преодоления расстройства и предложение помощи и поддержки страдающим от СП людям.

Наиболее часто подобные послания содержат общий оттенок грусти, реже — злости, надежды, одиночества или потрясения [32]. Здесь можно встретить указания на низкую самооценку, недостаточно хорошее самочувствие, недовольство собой или слишком сильные всепоглощающие чувства [32]. В подобном контенте распространена тематика сложных межличностных отношений: записи о том, как другие люди оценивали посты пользователя, реагировали на его чувства, предавая или разочаровывая автора. В таких постах выражается чувство одиночества и невозможность довериться кому-либо.

Нередко такие посты не ограничиваются одним тегом, связанным с СП — также используются теги, относящиеся к ассоциированным с СП психическим проблемам — расстройствам пищевого поведения, тревожности, депрессии и суициду [32]. Ни одно из изученных изображений, отмечают авторы, не содержало призывов к СП или суициду, однако небольшое число постов (1,3%) было сосредоточено на позитивных ощущениях от самоповреждений. В качестве примера приводится такая цитата: «То чувство спокойствия, которое приходит после акта самоповреждения, можно сравнить только с наркотическим опьянением» [32].

Среди изображений встречались аллюзии на наркотическую, алкогольную зависимость и реабилитацию. Используемые термины предполагают схожий с традиционными зависимостями механизм СП. В тексте некоторых постов прекращение СП описывается как пребывание «в завязке», а для описания желания нанести себе повреждение используются термины, принятые в английском языке для обозначения влечения к запрещенным веществам [32].

Изображения с СП-тегами вызывают много комментариев других пользователей. Согласно результатам, полученным группой под руководством Брауна (*Brown et al.*), из 6651 комментариев, оставленных под изображениями самоповреждений, 49,5% являлись частью общей дискуссии о проблеме СП; 23,5% комментариев выражали сочувствие (например, «Я понимаю, что ты чувствуешь»); 11,6% призывали автора отказаться от самоповреждений. В 6,9% комментариев предлагалась по-

мощь (например, «Если тебе понадобится помощь, то я всегда рядом»). 6,8% комментариев были агрессивными и жестокими (например, «Почему бы тебе не убить себя»). Совсем небольшое число (0,5%) оставляли своеобразные комплименты (например, «Это выглядит мило») [16].

Согласно результатам другого исследования, основанном на анализе 2739 публикаций, отобранных по таким ключевым словам, как депрессия, суицид, самоповреждения и порезы, 412 публикаций были посвящены теме ненависти к самому себе, 407 — самоповреждениям; 405 — одиночеству и отношению к себе как к личности, которая не может быть любима; суицидальная тематика присутствовала в 372 публикациях. Комментарии под подобными постами в 41% случаев выражали поддержку или давали обнадеживающий совет, 34% были нейтральными, а 25% содержали потенциально враждебные советы, выражающие одобрение по отношению к актам самоповреждения [18].

В рамках анализа, посвященного особенностям видео об СП на сайте *You Tube*, проведенного Левисом с коллегами (*S.P. Lewis et al.*), было изучено 100 самых популярных видео под тегами «*self-harm*» и «*self-injury*» [23]. Авторы заключают, что многие видео преследовали образовательные или информационные цели, большинство других (51 из 100) выражали общий меланхоличный настрой, а 23 видео обладали поощряющей риторикой. Почти все видео содержали фотографии телесных повреждений, на трети из них показывался сам процесс нанесения самоповреждений [23]. Наиболее часто демонстрировались самопорезы — 64 видеоролика; в 68 видеороликах были повреждения на руках, в частности, в области запястий. Доступ к 80% контента не был ограничен для несовершеннолетних пользователей; в 57% видеороликов отсутствовало всплывающее окно с предупреждением об опасности контента [23].

Таким образом, связь между степенью серьезности изображаемых повреждений и количеством комментариев, обнаруживаемая в разных исследованиях, потенциально может выполнять социально подкрепляющую функцию и мотивировать пользователя создавать больше контента, изображающего тяжелые травмы, сознательно или подсознательно нанося себе все более серьезные повреждения для получения большего отклика от читателей.

Выводы

Приведенные данные подтверждают существенную роль социальных сетей в формировании сообществ, посвященных самоповреждениям, и отражают значимость этих сообществ для социализации подростков, которые из-за самоповреждающего поведения или ассоциированных с ним

расстройств (депрессия, расстройства пищевого поведения, тревожное расстройство и др.) часто оказываются в условиях социальной изоляции и не могут получить необходимую поддержку и помощь. Культура подобных сообществ выходит далеко за пределы обмена контентом, изображающим акты самоповреждения, и включает в себя рефлексии на темы, связанные с негативными эмоциями, идентичностью, мотивацией, управлением стрессом и множеством других вопросов, возникающих в жизни подростка.

В то же время большинство рисков подростковой онлайн-активности связано с общедоступностью и относительно слабой регулируемостью интернет-контента, что позволяет скрывать свой реальный возраст, публиковать обладающие вредоносным потенциалом материалы, а также выражать агрессию по отношению к другим участникам социальной сети. Вероятность нормализации и героизации самоповреждений, их контагиозность и ореол избранности, который нередко присутствует в закрытых сообществах, посвященных данной проблеме, могут усиливать эмоциональные и личностные проблемы пользователей, вызывать и поддерживать интерес к самоповреждениям и другим формам саморазрушающего поведения.

Описанные риски и негативные последствия активности в социальных сетях характеризуют повышенную уязвимость молодых людей и подтверждают необходимость внимательного отношения и информированности ответственных взрослых — родителей, учителей и терапевтов. Тот позитивный потенциал, который заложен в онлайн-общении — снижение стресса от социальной изоляции; усиление мотивации к излечению благодаря положительным примерам других участников; снижение количества реальных актов самоповреждения, в том числе благодаря частичной их компенсации с помощью просмотра соответствующего контента; возможность выговориться и получить эмоциональную разрядку — может быть эффективно использован для разработки конкретных мероприятий психологической помощи подросткам с самоповреждающим поведением.

Поэтому перед профессионалами в области психического здоровья стоит глобальная задача создания альтернативного — поддерживающего и помогающего контента, что предполагает разработку новой методологии — языка, который сможет интегрироваться в существующий онлайн-дискурс о самоповреждении и трансформировать его изнутри. Несомненно, это должны быть сильные и личностно значимые альтернативы, которые смогут расширить (в подростковой аудитории прежде всего) понимание собственных потребностей и интересов. И эти альтернативы должны оказаться более значимыми и воодушевляющими, чем дискурс саморазрушения. Это сложная задача, требующая постоянного присутствия в сетевых сообществах специалистов помогающих профессий, которые смогут претворять эту методологию в жизнь.

ЛИТЕРАТУРА

1. *Белинская Е.П.* Взаимосвязь реальной и виртуальной идентичностей пользователей социальных сетей // Образование личности. 2016. № 2. С. 31—39.
2. *Войскунский А.Е., Евдокименко А.С., Федунина Н.Ю.* Сетевая и реальная идентичность: сравнительное исследование // Психология. Журнал Высшей школы экономики. 2013. Т. 10. № 2. С. 98—121.
3. *Марарица Л.В., Антонова Н.А, Ерицян К.Ю.* Общение в интернете: потенциальная угроза или ресурс для личности [Электронный ресурс] // Петербургский психологический журнал. 2013. № 5. URL: ojs.spbu.ru/index.php/psy/article/download/47/23 (дата обращения: 08.12.2018).
4. *Марцинковская Т.Д.* Информационная социализация в изменяющемся информационном пространстве [Электронный ресурс] // Психологические исследования. 2012. Т. 5. № 26. С. 7. URL: <http://psystudy.ru> (дата обращения: 11.12.2018).
5. *Молчанов С.В., Алмазова О.В., Войскунский А.Е., и др.* Роль личностных особенностей подростков в переработке социальной информации в интернет-коммуникации // Национальный психологический журнал. 2018. № 4 (32). С. 3—15. doi:10.11621/npj.2018.0401
6. *Польская Н.А.* Зависимость частоты и характера несуицидальных самоповреждений от пола и возраста (в неклинической популяции) // Вопросы психологии. 2015. № 1. С. 97—109.
7. *Польская Н.А.* Психология самоповреждающего поведения. М.: Ленанд, 2017. 320 с.
8. *Польская Н.А.* Факторы риска и направления профилактики самоповреждающего поведения подростков [Электронный ресурс] // Клиническая и специальная психология. 2018. Т. 7. № 2. С. 1—20. doi:10.17759/crpe.2018070201
9. *Сидорова М.Ю., Маценуро Д.Г., Гайбуллаев А.З.* Киберсамоубийство и цифровой селфхарм: общая проблематика и компьютерные решения (часть 1) // Социальная и клиническая психиатрия. 2018. Т. 28. №. 3. С. 92—104.
10. *Собкин В.С., Федотова А.В.* Подросток в социальных сетях: к вопросу о социально-психологическом самочувствии // Национальный психологический журнал. 2018. № 3 (31). С. 23—30. doi:10.11621/npj.2018.0303
11. *Солдатова Г.В., Зотова Е.Ю.* Российские и европейские школьники: проблемы онлайн-социализации [Электронный ресурс] // Дети в информационном обществе. 2011. № 7. URL: http://detionline.com/assets/files/journal/7/12research_7.pdf (дата обращения: 7.04.2019).
12. *Тхостов А.Ш., Сурнов К.Г.* Влияние современных технологий на развитие личности и формирование патологических форм адаптации: обратная сторона социализации // Психологический журнал. 2005. Т. 26. № 6. С. 16—24.
13. *Холмогорова А.Б., Авакян Т.В., Клименкова Е.Н., и др.* Общение в интернете и социальная тревожность у подростков из разных социальных групп // Консультативная психология и психотерапия. 2015. Т. 23. № 4. С. 102—129. doi:10.17759/cpp.2015230407
14. *Andalibi N. Oziurk P., Forte A.* Sensitive self-disclosures, responses, and social support on Instagram: the case of #depression // Proceedings of the 2017 ACM

- conference on computer supported cooperative work and social computing (February 25 — March 1, 2017, Portland, Oregon, USA). Portland, OR: ACM, 2017. P. 1485—1500.
15. *Baker T.G., Lewis S.P.* Responses to online photographs of non-suicidal self-injury: a thematic analysis // *Archives of Suicide Research*. 2013. Vol. 17 (3). P. 223—235. doi:10.1080/13811118.2013.805642
 16. *Brown R., Fischer, T., Goldwich A., et al.* #cutting: Non-suicidal self-injury (NSSI) on Instagram // *Psychological Medicine*. 2018. Vol. 48 (2). P. 337—346. doi:10.1017/S0033291717001751
 17. *Carli V., Hoven C.W., Wasserman C., et al.* A newly identified group of adolescents at “invisible” risk for psychopathology and suicidal behavior: findings from the SEYLE study // *World Psychiatry*. 2014. Vol. 13 (1). P. 78—86. doi:10.1002/wps.20088
 18. *Cavazos-Rehg P.A., Krauss M.J., Sowles S.J., et al.* An analysis of depression, self-harm, and suicidal ideation content on Tumblr // *Crisis*. 2017. Vol. 38 (1). P. 44—52. doi:10.1027/0227-5910/a000409
 19. *de Vries D.A., Peter J., de Graaf H., et al.* Adolescents’ social network site use, peer appearance-related feedback, and body dissatisfaction: testing a mediation model // *Journal of Youth and Adolescence*. 2016. Vol. 45 (1). P. 211—224. doi:10.1007/s10964-015-0266-4
 20. *Dunlop S.M., More E., Romer D.* Where do youth learn about suicides on the internet, and what influence does this have on suicidal ideation? // *Journal of Child Psychology and Psychiatry*. 2011. Vol. 52 (10). P. 1073—1080. doi:10.1111/j.1469-7610.2011.02416.x
 21. *Hay C., Meldrum R.* Bullying victimization and adolescent self-harm: testing hypotheses from general strain theory // *Journal of Youth and Adolescence*. 2010. Vol. 39 (5). P. 446—459. doi:10.1007/s10964-009-9502-0
 22. *Kleemans M., Daalmans S., Carbaat I., et al.* Picture perfect: the direct effect of manipulated Instagram photos on body image in adolescent girls // *Media Psychology*. 2018. Vol. 21 (1). P. 93—110. doi:10.1080/15213269.2016.1257392
 23. *Lewis S.P., Heath N.L., St. Denis J.M., et al.* The scope of nonsuicidal self-injury on YouTube [Электронный ресурс] // *Pediatrics*. 2011. Vol. 127 (3). URL: <https://pediatrics.aappublications.org/content/127/3/e552> (дата обращения: 10.05.2019). doi:10.1542/peds.2010-2317
 24. *Memon A.M., Sharma S.G., Mohite S.S., et al.* The role of online social networking on deliberate self-harm and suicidality in adolescents: A systematized review of literature // *Indian Journal of Psychiatry*. 2018. Vol. 60 (4). P. 384—392. doi:10.4103/psychiatry.IndianJPsychiatry_414_17
 25. *Mitchell K.J., Ybarra M.L.* Online behavior of youth who engage in self-harm provides clues for preventive intervention // *Preventive Medicine*. 2007. Vol. 45 (5). P. 392—396. doi:10.1016/j.ypmed.2007.05.008
 26. *Moreno M.A., Ton A., Selkie E.M., et al.* Secret society 123: Understanding the language of self-harm on Instagram // *Journal of Adolescent Health*. 2016. Vol. 58 (1). P. 78—84. doi:10.1016/j.jadohealth.2015.09.015
 27. *Nixon M.K., Cloutier P., Jansson S.M.* Nonsuicidal self-harm in youth: a population-based survey // *Canadian Medical Association Journal*. 2008. Vol. 178 (3). P. 306—312. doi:10.1503/cmaj.061693

28. Radovic A., Gmelin T., Stein B.D., et al. Depressed adolescents' positive and negative use of social media // *Journal of Adolescence*. 2017. Vol. 55. P. 5—15. doi:10.1016/j.adolescence.2016.12.002
29. Sampasa-Kanyinga H., Lewis R.F. Frequent use of social networking sites is associated with poor psychological functioning among children and adolescents // *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*. 2015. Vol. 18 (7). P. 380—385. doi:10.1089/cyber.2015.0055
30. Scherr S., Arendt F., Frissen T., et al. Detecting Intentional Self-Harm on Instagram: Development, Testing, and Validation of an Automatic Image-Recognition Algorithm to Discover Cutting-Related Posts [Электронный ресурс] // *Social Science Computer Review*. 2019. URL: <https://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1177/0894439319836389> (дата обращения: 10.05.19). doi:10.1177/0894439319836389
31. Schneider S.K., O'Donnell L., Stueve A., et al. Cyberbullying, school bullying, and psychological distress: a regional census of high school students // *American Journal of Public Health*. 2012. Vol. 102 (1). P. 171—177. doi:10.2105/AJPH.2011.300308
32. Shanahan N., Brennan C., House A. Self-harm and social media: thematic analysis of images posted on three social media sites [Электронный ресурс] // *BMJ Open*. 2019. Vol. 9 (2). URL: <https://bmjopen.bmj.com/content/bmjopen/9/2/e027006.full.pdf> (дата обращения: 10.05.19). doi:10.1136/bmjopen-2018-027006
33. Tiggemann M., Miller J. The internet and adolescent girls' weight satisfaction and drive for thinness // *Sex Roles*. 2010. Vol. 63. P. 79—90. doi:10.1007/s11199-010-9789-z
34. Whitlock J., Powers J.L., Eckenrode J. The virtual cutting edge: the internet and adolescent self-injury // *Developmental Psychology*. 2006. Vol. 42 (3). P. 407—417. doi:10.1037/0012-1649.42.3.407
35. Young R., Sweeting H., West P. Prevalence of deliberate self-harm and attempted suicide within contemporary Goth youth subculture: longitudinal cohort study // *British Medical Journal*. 2006. Vol. 332 (7549). P. 1058—1061. doi:10.1136/bmj.38790.495544.7C
36. Young R., van Beinum M., Sweeting H., et al. Young people who self-harm // *British Journal of Psychiatry*. 2007. Vol. 191 (1). P. 44—49. doi:10.1192/bjp.bp.106.034330
37. Zhu L., Westers N.J., Horton S.E., et al. Frequency of exposure to and engagement in nonsuicidal self-injury among inpatient adolescents // *Archives of Suicide Research*. 2016. Vol. 20 (4). P. 580—590. doi:10.1080/13811118.2016.1162240

THE IMPACT OF SOCIAL MEDIA PLATFORMS ON SELF-INJURIOUS BEHAVIOR IN ADOLESCENTS

N.A. POLSKAYA*,

Moscow State University of Psychology & Education, Moscow, Russia,
polskayana@yandex.ru

D.K. YAKUBOVSKAYA**,

Moscow State University of Psychology & Education, Moscow, Russia,
darrafy@gmail.com

The paper provides a review of studies on non-suicidal self-injury (NSSI) in online social networking. Content characteristics of online self-injury narrative are examined by focusing on such categories as hashtags, images, and comments. Negative and positive aspects of social networks' impact on the risk of self-injury in adolescent are summarized. The presence of NSSI content online and the ability to communicate on issues relating to self-injury can either improve psychological well-being of the users by increasing their mood and self-acceptance, giving means to receive support from others and get information on mental health resources, or increase the person's susceptibility to self-injuries by initiating their interest in this subject and reinforcing, and encouraging repeated self-harm. Therefore, mental health professionals are facing a global challenge: to create supportive and helpful online content, which implies the development of a new methodology, including language and terminology, that could integrate existing online discourse on self-injury and transform it from within.

Keywords: self-injurious behavior, the Internet, social media, mental health, virtual identity, adolescence, youth.

REFERENCE

1. Belinskaya E.P. Vzaimosvyaz' real'noi i virtual'noi identichnostei pol'zovatelei sotsial'nykh setei [The relationship between real and virtual identities of social networks users]. *Obrazovanie lichnosti [Personality Formation]*, 2016, no. 2, pp. 31—39.

For citation:

Polskaya N.A., Yakubovskaya D.K. The Impact of Social Media Platforms on Self-Injurious Behavior in Adolescents. *Konsul'tativnaya psikhologiya i psikhoterapiya [Counseling Psychology and Psychotherapy]*, 2019. Vol. 27, no. 3, pp. 156—174. doi: 10.17759/cpp.20192703010. (In Russ., abstr. in Engl.).

* *Polskaya Natalia Anatolievna*, Doctor of Psychology, Professor, Chair of Clinical Psychology and Psychotherapy, Department of Counseling and Clinical Psychology, Moscow State University of Psychology & Education, Moscow, Russia, e-mail: polskayana@yandex.ru

** *Yakubovskaya Daria Kirillovna*, student, Department of Counseling and Clinical Psychology, Moscow State University of Psychology & Education, Moscow, Russia, e-mail: darrafy@gmail.com

2. Voiskunskii A.E., Evdokimenko A.S., Fedunina N.Yu. Setevaya i real'naya identichnost': sravnitel'noe issledovanie [Network and real identity: a comparative study]. *Psikhologiya. Zhurnal Vysshei shkoly ekonomiki* [Psychology. Journal of Higher School of Economics], 2013. Vol. 10 (2), pp. 98—121.
3. Mararitsa L.V., Antonova N.A., Eritsyan K.Yu. Obshchenie v internete: potentsial'naya ugroza ili resurs dlya lichnosti [Elektronnyi resurs] [Internet Communication: Potential Threat or Resources for a Person]. *Peterburgskii psikhologicheskii zhurnal* [St. Petersburg Psychological Journal], 2013, no. 5. Available at: ojs.spbu.ru/index.php/psy/article/download/47/23 (Accessed 08.12.2018).
4. Martsinkovskaya T.D. Informatsionnaya sotsializatsiya v izmenyayushchemsya informatsionnom prostranstve [Elektronnyi resurs] [Informational socialization in changing information space]. *Psikhologicheskie issledovaniya* [Psychological Studies], 2012. Vol. 5 (26), p. 7. Available at: <http://psystudy.ru> (Accessed: 11.12.2018).
5. Molchanov S.V., Almazova O.V., Voiskunskii A.E., et al. Rol' lichnostnykh osobennostei podrostkov v pererabotke sotsial'noi informatsii v internet-kommunikatsii [Role of personality features of adolescents in processing information via social network communication]. *Natsional'nyi psikhologicheskii zhurnal* [National Psychological Journal], 2018, no. 4 (32), pp. 3—15. doi:10.11621/npj.2018.0401
6. Polskaya N.A. Zavisimost' chastoty i kharaktera nesuitsidal'nykh samopovrezhdenii ot pola i vozrasta (v neklinicheskoi populyatsii) [Gender and age factors of self-injury frequency and characteristics in the general population]. *Voprosy Psichologii*, 2015, no. 1, pp. 97—109.
7. Polskaya N.A. Psikhologiya samopovrezhdayushchego povedeniya [The psychology of self-injurious behavior]. Moscow: Lenand, 2017. 320 p.
8. Polskaya N.A. Faktory riska i napravleniya profilaktiki samopovrezhdayushchego povedeniya podrostkov [Elektronnyi resurs] [Risk Factors and Approaches to Preventing Self-Injurious Behavior in Adolescents]. *Klinicheskaya i spetsial'naya psikhologiya* [Clinical Psychology and Special Education], 2018. Vol. 7 (2), pp. 1—20. doi:10.17759/cpse.2018070201
9. Sidorova M. Yu., Matsepuro D.G., Gaibullaev A.Z. Kibersamoubiistvo i tsifrovi selfkhar: obshchaya problematika i komp'yuternye resheniya (chast' 1) [Cybersuicide and digital self-harm: general issues and computer solutions. Part 1]. *Sotsial'naya i klinicheskaya psikhiiatriya* [Social and Clinical Psychiatry], 2018. Vol. 28 (3), pp. 92—104.
10. Sobkin V.S., Fedotova A.V. Podrostok v sotsial'nykh setyakh: k voprosu o sotsial'no-psikhologicheskom samochuvstvii [Adolescent in social networks: on the issue of social psychological well-being]. *Natsional'nyi psikhologicheskii zhurnal* [National Psychological Journal], 2018, no. 3 (31), pp. 23—30. doi:10.11621/npj.2018.0303
11. Soldatova G.V., Zotova E.Yu. Rossiiskie i evropeiskie shkol'niki: problemy onlain-sotsializatsii [Elektronnyi resurs] [Russian and European students: problems of online socialization]. *Deti v informatsionnom obshchestve* [Children in the Information Society], 2011, no 7. Available at: http://detionline.com/assets/files/journal/7/12research_7.pdf (Accessed 7.04.2019).
12. Tkhostov A.Sh., Surnov K.G. Vliyanie sovremennykh tekhnologii na razvitie lichnosti i formirovanie patologicheskikh form adaptatsii: obratnaya storona sotsializatsii [The influence of modern technology on development of the person-

- ality and formation of pathological forms of adaptation: reverse side of socialization]. *Psikhologicheskii Zhurnal*, 2005. Vol. 26 (6), pp. 16—24.
13. Kholmogorova A.B., Avakyan T.V., Klimentova E.N., et al. Obshchenie v internete i sotsial'naya trevozhnost' u podrostkov iz raznykh sotsial'nykh grupp [Internet communication and social anxiety among different social groups of adolescents]. *Konsul'tativnaia psikhologiya i psikhoterapiia* [Counseling Psychology and Psychotherapy], 2015. Vol. 23 (4), pp. 102—129. doi:10.17759/cpp.2015230407. (In Russ., abstr. in Engl.).
 14. Andalibi N, Ozturk P, Forte A. Sensitive self-disclosures, responses, and social support on instagram: the case of #depression. *Proceedings of the 2017 ACM conference on computer supported cooperative work and social computing* (February 25 — March 1, 2017, Portland, Oregon, USA). Portland, OR: ACM, 2017, pp. 1485—1500.
 15. Baker T.G., Lewis S.P. Responses to online photographs of non-suicidal self-injury: a thematic analysis. *Archives of Suicide Research*, 2013. Vol. 17 (3), pp. 223—235. doi:10.1080/13811118.2013.805642
 16. Brown R., Fischer T., Goldwich A., et al. #cutting: Non-suicidal self-injury (NSSI) on Instagram. *Psychological Medicine*, 2018. Vol. 48 (2), pp. 337—346. doi:10.1017/S0033291717001751
 17. Carli V., Hoven C.W., Wasserman C., et al. A newly identified group of adolescents at “invisible” risk for psychopathology and suicidal behavior: findings from the SEYLE study. *World Psychiatry*, 2014. Vol. 13 (1), pp. 78—86. doi:10.1002/wps.20088
 18. Cavazos-Rehg P.A., Krauss M.J., Sowles S.J., et al. An analysis of depression, self-harm, and suicidal ideation content on Tumblr. *Crisis*, 2017. Vol. 38 (1), pp. 44—52. doi:10.1027/0227-5910/a000409
 19. de Vries D.A., Peter J., de Graaf H., et al. Adolescents' social network site use, peer appearance-related feedback, and body dissatisfaction: testing a mediation model. *Journal of Youth and Adolescence*, 2016. Vol. 45 (1), pp. 211—224. doi:10.1007/s10964-015-0266-4
 20. Dunlop S.M., More E., Romer D. Where do youth learn about suicides on the internet, and what influence does this have on suicidal ideation? *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 2011. Vol. 52 (10), pp. 1073—1080. doi:10.1111/j.1469-7610.2011.02416.x
 21. Hay C., Meldrum R. Bullying victimization and adolescent self-harm: testing hypotheses from general strain theory. *Journal of Youth and Adolescence*, 2010. Vol. 39 (5), pp. 446—459. doi:10.1007/s10964-009-9502-0
 22. Kleemans M., Daalmans S., Carbaat I., et al. Picture perfect: the direct effect of manipulated Instagram photos on body image in adolescent girls. *Media Psychology*, 2018. Vol. 21 (1), pp. 93—110. doi:10.1080/15213269.2016.1257392
 23. Lewis S.P., Heath N.L., St. Denis J.M., et al. The scope of nonsuicidal self-injury on YouTube [Elektronnyi resurs]. *Pediatrics*, 2011. Vol. 127 (3). Available at: <https://pediatrics.aappublications.org/content/127/3/e552> (Accessed: 10.05.2019). doi:10.1542/peds.2010-2317
 24. Memon A.M., Sharma S.G., Mohite S.S., et al. The role of online social networking on deliberate self-harm and suicidality in adolescents: A systematized review of literature. *Indian Journal of Psychiatry*, 2018. Vol. 60 (4), pp. 384—392. doi:10.4103/psychiatry.IndianJPsychiatry_414_17

25. Mitchell K.J., Ybarra M.L. Online behavior of youth who engage in self-harm provides clues for preventive intervention. *Preventive Medicine*, 2007. Vol. 45 (5), pp. 392—396. doi:10.1016/j.ypmed.2007.05.008
26. Moreno M.A., Ton A., Selkie E.M., et al. Secret society 123: Understanding the language of self-harm on Instagram. *Journal of Adolescent Health*, 2016. Vol. 58 (1), pp. 78—84. doi:10.1016/j.jadohealth.2015.09.015
27. Nixon M.K., Cloutier P., Jansson S.M. Nonsuicidal self-harm in youth: a population-based survey. *Canadian Medical Association Journal*, 2008. Vol. 178 (3), pp. 306—312. doi:10.1503/cmaj.061693
28. Radovic A., Gmelin T., Stein B.D., et al. Depressed adolescents' positive and negative use of social media. *Journal of Adolescence*, 2017. Vol. 55, pp. 5—15. doi:10.1016/j.adolescence.2016.12.002
29. Sampasa-Kanyinga H., Lewis R.F. Frequent use of social networking sites is associated with poor psychological functioning among children and adolescents. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 2015. Vol. 18 (7), pp. 380—385. doi:10.1089/cyber.2015.0055
30. Scherr S., Arendt F., Frissen T., et al. Detecting Intentional Self-Harm on Instagram: Development, Testing, and Validation of an Automatic Image-Recognition Algorithm to Discover Cutting-Related Posts [Elektronnyi resurs]. *Social Science Computer Review*, 2019. Available at: <https://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1177/0894439319836389> (Accessed 10.05.19). doi:10.1177/0894439319836389
31. Schneider S.K., O'Donnell L., Stueve A., et al. Cyberbullying, school bullying, and psychological distress: a regional census of high school students. *American Journal of Public Health*, 2012. Vol. 102 (1), pp. 171—177. doi:10.2105/AJPH.2011.300308
32. Shanahan N., Brennan C., House A. Self-harm and social media: thematic analysis of images posted on three social media sites [Elektronnyi resurs]. *BMJ Open*, 2019. Vol. 9 (2). Available at: <https://bmjopen.bmj.com/content/bmjopen/9/2/e027006.full.pdf> (Accessed 10.05.19). doi: 10.1136/bmjopen-2018-027006
33. Tiggemann M., Miller J. The internet and adolescent girls' weight satisfaction and drive for thinness. *Sex Roles*, 2010. Vol. 63, pp. 79—90. doi:10.1007/s11199-010-9789-z
34. Whitlock J., Powers J.L., Eckenrode J. The virtual cutting edge: the internet and adolescent self-injury. *Developmental Psychology*, 2006. Vol. 42 (3), pp. 407—417.
35. Young R., Sweeting H., West P. Prevalence of deliberate self-harm and attempted suicide within contemporary Goth youth subculture: longitudinal cohort study. *British Medical Journal*, 2006. Vol. 332 (7549), pp. 1058—1061. doi:10.1136/bmj.38790.495544.7C
36. Young R., van Beinum M., Sweeting H., et al. Young people who self-harm. *British Journal of Psychiatry*, 2007. Vol. 191 (1), pp. 44—49. doi:10.1192/bjp.bp.106.034330
37. Zhu L., Westers N.J., Horton S.E., et al. Frequency of exposure to and engagement in nonsuicidal self-injury among inpatient adolescents. *Archives of Suicide Research*, 2016. Vol. 20 (4), pp. 580—590. doi:10.1080/13811118.2016.1162240