

АУТОДЕСТРУКТИВНЫЙ ОНЛАЙН-КОНТЕНТ: ОСОБЕННОСТИ ОЦЕНКИ И РЕАГИРОВАНИЯ ПОДРОСТКОВ И МОЛОДЕЖИ

Г.У. СОЛДАТОВА

Московский государственный университет имени М.В. Ломоносова
(ФГБОУ ВО «МГУ имени М.В. Ломоносова»),
Московский институт психоанализа
(НОЧУ ВО «Московский институт психоанализа»),
Фонд Развития Интернет,
г. Москва, Российская Федерация
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-6690-7882>,
e-mail: soldatova.galina@gmail.com

С.Н. ИЛЮХИНА

Фонд Развития Интернет, г. Москва, Российская Федерация
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-9947-450X>,
e-mail: svetla.iluhina@gmail.com

В статье рассматриваются наиболее распространенные виды аутодеструктивного онлайн-поведения подростков и молодежи — самоповреждение, суицид и расстройства пищевого поведения, находящие свое отражение в Сети в форме аутодеструктивного контента. Приведены результаты эмпирического исследования особенностей восприятия аутодеструктивного контента, контента о психологической помощи и способов реагирования на него подростков 15—17 лет и молодежи 18—25 лет. Полученные данные подтверждают, что подростки и молодежь — активные потребители саморазрушительного онлайн-контента. На основе анализа роли гендерных, возрастных различий и различий в использовании Интернета в реагировании на рассматриваемые виды аутодеструктивного контента выделена группа риска, представленная подростками и молодежью, проявляющими повышенное внимание к аутодеструктивному онлайн-контенту, а также более интенсивно использующими Интернет и чаще подвергающимися насилию разного рода в реальной жизни. Подчеркивается значимость разработки эффективных мер онлайн-

профилактики саморазрушительного поведения у подростков и молодежи, формирования цифровой культуры онлайн-поведения и повышения уровня цифровой компетентности, позволяющей создавать безопасное и комфортное онлайн-пространство.

Ключевые слова: цифровая социализация, социальные сети, аутодеструктивное поведение, самоповреждающее поведение, расстройства пищевого поведения, самоповреждение, суицидальное поведение, цифровое самоповреждение.

Финансирование. Исследование выполнено при финансовой поддержке Российского фонда фундаментальных исследований (РФФИ) в рамках проекта № 20-013-00857 «Социокультурные и личностные предикторы деструктивного и аутодеструктивного поведения в Интернете у подростков и молодежи».

Для цитаты: 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: <https://doi.org/10.17759/cpp.2021290105>

SELF-DESTRUCTIVE ONLINE CONTENT: FEATURES OF ATTITUDE AND RESPONSE OF ADOLESCENTS AND YOUTH

GALINA U. SOLDATOVA

Lomonosov Moscow State University, Moscow Institute of Psychoanalysis,
Foundation for Internet Development, Moscow, Russia
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-6690-7882>,
e-mail: soldatova.galina@gmail.com

SVETLANA N. ILYUKHINA

Foundation for Internet Development, Moscow, Russia
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-9947-450X>,
e-mail: svetla.iluhina@gmail.com

The paper examines the most common types of self-destructive online behavior of adolescents and young people (self-harm, suicide, and eating disorders), which are reflected on the Internet in the form of self-destructive content. We present the results of the empirical study on the perception of and reactions to self-destructive content and content about psychological assistance by 15—17-year-old adolescents and 18—25-year-old youths. The yielded data confirms that adolescents and young people are active consumers of self-destructive online content. Based on the analysis of the role of gender, age differences, and differences in the use of the Internet in

responding to the aforementioned types of self-destructive content, we marked out a risk group, represented by adolescents and young people who show increased attention to self-destructive online content, as well as those who use the Internet more intensively and are more often subjected to various types of violence in real life. We emphasize the importance of developing effective online prevention measures for self-destructive behavior in adolescents and young people, nurturing a digital culture of online behavior, and raising digital competence, allowing for the creation of a safe and comfortable online space.

Keywords: cyberpsychology, digital socialization, social media, self-destructive behavior, self-injurious behavior, eating disorders, self-harm, suicidal behavior, digital self-harm.

Funding. The study was supported by the Russian Foundation for Basic Research, project no. 20-013-00857 “Socio-cultural and personal predictors of destructive and self-destructive behavior on the Internet in adolescents and youth”.

For citation: Soldatova G.U., Ilyukhina S.N. Self-Destructive Online Content: Features of Attitude and Response of Adolescents and Youth. *Konsul'tativnaya psikhologiya i psikhoterapiya = Counseling Psychology and Psychotherapy*, 2021. Vol. 29, no. 1, pp. 66–91. DOI: <https://doi.org/10.17759/cpp.2021290105> (In Russ., abstr. in Engl.)

Цифровой мир — значительная часть повседневной жизни современных подростков и молодежи и важная составляющая пространства их социализации. Процессы цифровой трансформации не только расширяют возможности молодого поколения, но и порождают новые формы онлайн-рисков и способы деструктивного и аутодеструктивного онлайн-поведения. Деструктивное поведение в широком смысле понимается как любые действия, направленные на причинение вреда окружающему миру, другим или себе [6; 7; 9; 19; 21]. Под деструктивным онлайн-поведением рассматриваются те действия в Сети, которые наносят прямой вред пользователям и онлайн-сообществам, а также способствуют распространению разрушительного поведения в реальном мире. Подростки и молодежь в деструктивных онлайн-ситуациях выступают в разных ролях: жертв, агрессоров, наблюдателей или свидетелей, поддерживающих ту или иную сторону [15–17].

Один из видов деструктивного поведения — аутодеструктивное (самоповреждающее) поведение, выражающееся в нанесении физического или психологического вреда самому себе [9–11; 21]. Интернет, как современное средство коммуникации и вместилище стремительно увеличивающихся и самых разнообразных информационных ресурсов, в том числе и аутодеструктивного контента, может выступить пусковым механизмом или способом распространения различных видов самоповреждающего поведения. Первый случай использования Интернета в качестве источни-

ка информации о таком поведении, в частности, при суициде с повторными попытками, был описан в научной литературе уже в конце 90-х гг. [36].

Подростки и молодежь вследствие возрастнo-психологических особенностей и высокой вовлеченности в цифровой мир [14] оказываются наиболее уязвимыми к онлайн-рискам, связанным с деструктивным поведением [2—4; 18; 37]. Аутодеструктивное поведение офлайн и обращение к контенту о самоповреждении — способ выражения и преодоления психологической боли, тревоги и страха, попытка справиться с эмоциями, с которыми совладать другим путем подросток еще не научился [1]. Интернет может быть как помощником и поддержкой в проблемных ситуациях за счет поддерживающего контента, так и инструментом, запускаящим нежелательное поведение или источником информации о том, какими способами нанести себе вред [24; 29; 38; 43; 46]. Информация в медиа поощряет интерес к самоповреждающему поведению, стимулирует к экспериментированию, демонстрирует его «нормальность» и может романтизировать такой способ справляться со своими эмоциями [12; 23; 34]. По данным ряда исследований, в настоящее время в Сети немало аутодеструктивного контента [12; 16; 23; 24; 29; 32], особенности восприятия его подростками и молодежью и последствия реагирования на него изучены недостаточно. В связи с этим обращение к данному вопросу — не только актуальная и новая тема в отечественных исследованиях, но и необходимое условие решения проблемы кибербезопасности цифрового поколения.

Опишем наиболее распространенные виды аутодеструктивного поведения, в том числе и онлайн-поведения, которое может проявляться и стимулироваться как в онлайн-коммуникации, так и на основе восприятия аутодеструктивного онлайн-контента, посвященного такого рода поведению.

Самоповреждение. Намеренное нанесение увечий своему телу называют самоповреждением (*self-harm*). Нанесение себе вреда может быть универсальным способом совладать с трудной ситуацией и порожденными ею эмоциями, а может проявиться однократно в состоянии острого стресса [1; 37; 52]. Данные исследований разнятся: от 5 до 38% респондентов среди подростков и молодежи прибегали к самоповреждению хотя бы один раз, а около 3% делают это регулярно [3; 4; 7]. Среди исследователей нет однозначного ответа на вопрос о том, какую роль в распространении самоповреждения играет Интернет [4; 30; 35; 38]. Тем не менее есть данные, что до 87% пациентов клиник, попавших туда со случаями самопорезов, столкнулись с их изображениями в реальной жизни или в Сети до того, как начали наносить себе увечья [10; 12]. Интерес к этому феномену достаточно высок: поисковый запрос в Google «self-harm» в русской транскрипции насчитывал в 2020 г. свыше 15 мил-

лионов ссылок, в английской — примерно 288 миллионов. В публикациях на эту тему не только распространяется информация о помощи, но также самоповреждение нормализуется и эстетизируется [23; 44; 48].

Расстройство пищевого поведения (РПП). РПП (анорексия, булимия, компульсивное переедание и другие формы) как вид самоповреждающего поведения включен ВОЗ в число заболеваний, требующих пристального внимания, так как наносит серьезный вред психологическому и физическому здоровью и может приводить к смерти. Согласно исследованиям, от 13 до 18% подростков имеют РПП, в большей степени этому подвержены девушки 15—19 лет [8; 33; 51]. Рост числа РПП в последние десятилетия связывают прежде всего с изменением в культуре образа «нормального» тела, начиная с модели Твигги в 60-х гг. — сегодня быть красивым означает быть худым [27; 40]. Интернет — среда, в которой культивирование такого образа тела становится общедоступным [31; 32], например, в виде отретушированных фотографий своего тела и лица (селфи), популярности Instagram-моделей или групп, посвященных экстремальным способам похудения (*pro-ana*). Сравнение себя с образами на отретушированных фотографиях, оскорбительная оценка случайными людьми внешности подростка в социальных сетях может привести к поиску «рецептов», помогающих приблизиться к идеалу. В тематических сообществах подросток оказывается в среде единомышленников, которые поддержат и дадут совет [32].

Суицидальное поведение. Стигматизированность и табуированность в современном обществе темы суицидов препятствует публичному обсуждению проблемы и возможности своевременно получить помощь [6; 19; 45; 49]. Несмотря на принятый закон об уголовной ответственности за призывы к самоубийству, в Сети по-прежнему несложно найти информацию о способах его совершения [25; 50]. Интернет может быть также средой для совершения самоубийства, например, варианты суицидов в «прямом эфире», кибербуллинг — доведение до самоубийства кибербуллингом, флешмоб-суицид, когда группа людей договаривается совершить самоубийство вместе. Суицидальный контент нередко восхваляет и романтизирует акт самоубийства, спекулируя на проблемах подросткового возраста или симптомах психологических расстройств [10; 28; 35]. Согласно данным исследований, каждый пятый подросток, совершивший суицид или попытку суицида, имел страницу в социальной сети, на которой публиковал суицидальный контент [20]. В то же время Интернет — доступный помощник в распространении психологической поддержки в кризисных ситуациях. Исследование поисковых запросов Google в течение 19 дней после выхода сериала «13 причин почему», в центре сюжета которого оказалась девушка-подросток, совершившая суицид, показал, что на 19% возросли и запросы, связанные с поиском суицидального контента, и запросы поиска психологической помощи [24].

Исследования последних лет позволяют выделить ряд причин, способствующих распространению самоповреждающего поведения через Интернет: 1) низкий уровень цифровой грамотности порождает дополнительные риски [14]; 2) размывание границ онлайн и офлайн может оказаться причиной ощущения «нереальности» реально происходящего [14]; 3) чрезмерное использование Интернета граничит с зависимостью, повышая значимость происходящего в онлайн-пространстве [14; 16]; 4) в Сети группы риска имеют больше возможностей столкнуться с аутодеструктивным контентом ненамеренно либо целенаправленно его найти [16; 23; 25].

Цель исследования — изучение особенностей столкновения подростков и молодежи с аутодеструктивным онлайн-контентом, связанным с самоповреждением, суицидом и расстройствами пищевого поведения, а также с контентом о психологической поддержке. В качестве *задач* эмпирического исследования были выделены следующие: 1) сравнительный анализ частоты столкновения представителей разных возрастных групп с аутодеструктивным онлайн-контентом и контентом о психологической поддержке и способов реагирования на них; 2) выделение групп риска среди подростков и молодежи по указанным видам аутодеструктивного онлайн-контента; 3) анализ особенностей реагирования на аутодеструктивный контент подростков и молодежи, имеющих опыт разного рода насилия в реальной жизни; 4) анализ особенностей реагирования на аутодеструктивный контент подростков и молодежи с разным уровнем пользовательской активности.

Нами выдвигались следующие *гипотезы*: 1) существуют половозрастные различия при столкновении подростков и молодежи с разными видами аутодеструктивного онлайн-контента и в реагировании на него; 2) подростки с высоким уровнем пользовательской активности чаще сталкиваются с аутодеструктивным онлайн-контентом; 3) подростки и молодежь, которые сталкивались с насилием разного рода в реальной жизни, чаще сталкиваются с аутодеструктивным онлайн-контентом, а также лайкают и распространяют его; 4) подростки в группе риска аутодеструктивного онлайн-контента положительно реагируют на контент о психологической поддержке.

Метод

Выборка. В исследовании приняли участие 827 учащихся колледжей и высших учебных заведений из Центрального, Северо-Западного, Приволжского, Сибирского и Дальневосточного федеральных округов России. Выборка включала 489 девушек (59%) и 334 юношей (41%); 496 — в возрасте 15—17 лет (60%) и 331 — в возрасте 18—25 лет (40%).

Методики. В исследовании были использованы метод опроса и метод виньеток [13]. К методу виньеток мы обратились вследствие возможной травматичности прямых вопросов о саморазрушительном поведении, для деликатного прояснения того, что в Сети можно отнести к аутодеструктивному контенту и иллюстрации соответствующего поведения в социальном контексте [22]. Гипотетические ситуации, используемые в методе виньеток, оценивались группой профессиональных экспертов на предмет их соответствия изучаемой теме. Вопросы анкеты готовились группой экспертов на основе опыта их многолетней работы с проблемой деструктивного поведения в цифровом пространстве и были апробированы как в предыдущих работах, так и в специальном пилотажном исследовании, проведенном в рамках данной работы [14; 15; 17].

1. Частота пользовательской активности оценивалась при помощи вопроса: «Сколько времени в среднем Вы проводите в Интернете за день. Выберите один вариант ответа для будней и выходных» (варианты ответа: меньше часа, 1 час, 2 часа, 3 часа...12 часов, больше 12 часов).

2. Диагностика столкновения с аутодеструктивным контентом, контентом о психологической помощи онлайн и реакции на него проводилась с помощью вопроса: «В Интернете много разной полезной, интересной информации, но нередко встречается неприятная и небезопасная. С какой информацией Вы сталкивались и как с ней поступали? Выберите все подходящие варианты ответа»: 1) информация о способах причинения себе физического вреда или боли (самоповреждение); 2) информация о способах совершения самоубийства; 3) информация о психологической поддержке онлайн. Варианты ответа: игнорировал(а), лайкал(а), дизлайкал(а), репостил(а), пересылал(а) друзьям, комментировал(а), использовал(а) кнопку «пожаловаться», использовал(а) кнопку «больше не показывать», создавал(а) подобный контент, не сталкивался(ась).

3. Диагностика столкновения с насилием в реальной жизни проводилась с помощью вопроса: «Сталкивались ли Вы со следующими ситуациями в реальной жизни? Выберите все подходящие варианты ответа». Варианты ответа: по отношению к Вам совершались болезненные и жестокие физические действия; интимные границы Вашего тела нарушались без Вашего согласия; нарушались Ваши личные психологические границы и Вы ощущали страх, тревогу и унижение; не сталкивался(ась).

4. Диагностика реакции на контент об экстремальных способах похудения осуществлялась с помощью виньетки (описании ситуации): «Таня решила немного похудеть, потому что все ее подруги постоянно говорили про желание весить меньше. Для этого она начала искать Вконтакте паблики для тех, кто хочет похудеть. Таня быстро наткнулась на группу “40кг”, которая ее заинтересовала. Девушки в группе рассказывали истории про свои диеты, выкладывали фотографии своего худого тела, делились своим прогрессом. Таня очень

вдохновилась этим и села на жесткую диету, чтобы тоже выложить в группу свои фотографии. Диета помогла, но не так хорошо, потому что девушки на фотографиях все равно казались ей стройнее. Она прочитала в группе о препаратах, которые могут помочь, — слабительных и антидепрессантах, — и отправилась в аптеку». Респондентам предлагалось ответить на вопрос: «Были ли Вы на месте кого-то из участников подобной ситуации? Выберите все подходящие варианты ответа». Варианты ответа: на месте Тани; состоял(а) в подобной группе; на месте создателя подобной группы; рассказывал(а) друзьям и делал(а) репосты; просто наблюдал(а); не сталкивался(ась).

Обработка данных проводилась в программе SPSS Statistics 20.0 и включала методы описательной статистики и сравнения групп. Для анализа сравнений использовались непараметрические статистические критерии χ^2 Пирсона и V Крамера.

Исследование проводилось осенью 2019 г. и было организовано Московским институтом психоанализа при поддержке Федерального агентства по делам молодежи (Росмолодежь).

Результаты

Анализ полученных результатов по вопросам, связанным с пользовательской активностью и столкновением с различными видами насилия в реальной жизни, показал следующую картину. По результатам исследования, каждый третий респондент (38%) проводит в будни и выходные дни в Сети от 3 до 6 часов, половина (51%) пользуется Интернетом более 6 часов в день. Каждый десятый (12%) респондент тратит на Интернет менее 3 часов в день. Четверть респондентов можно отнести к категории «гиперподключенных» (24%), так как они признались, что «сидят в Интернете» более 9 часов в будни и по выходным.

Опыт столкновения с разного рода насилием в реальной жизни имело большинство подростков и молодых людей: 21% сталкивались с физическим, 10% с сексуальным и 44% с психологическим насилием. Респонденты, которые встречались с физическим (30%; $\chi^2=12,023$; $p<0,01$; $V=0,121$) и психологическим (54%; $\chi^2=11,387$; $p<0,01$; $V=0,117$) насилием чаще оказывались «гиперподключенными».

Столкновение с аутодеструктивным контентом. С аутодеструктивным контентом о самоповреждении (72%) и информацией о способах совершения самоубийства (66%) сталкивались две трети респондентов. Чаще его видят в Сети подростки, чем молодежь (рис. 1). Респонденты, встретившиеся с физическим насилием, чаще обращали внимание на контент о самоповреждении, а «гиперподключенные» чаще видели информацию о способах совершения самоубийства (табл. 1).



Рис. 1. Столкновение подростков и молодежи с аутодеструктивным контентом

Таблица 1
Столкновение подростков и молодежи с аутодеструктивным контентом: результаты сравнения групп на основе статистических критериев χ^2 Пирсона и V Крамера (значимые различия)

Переменная	Группы сравнения	χ^2	V	p
Аутодеструктивный контент: самоповреждение	Возраст респондента	4,766	0,074	<0,05
	Столкновение с физическим насилием	5,223	0,079	<0,05
Аутодеструктивный контент: суицид	Возраст респондента	4,477	0,074	<0,05
	Время в Сети в день	7,995	0,098	<0,05
Аутодеструктивный контент: РПП	Пол респондента	90,141	0,331	<0,01
	Возраст респондента	9,568	0,108	<0,01
	Столкновение с физическим насилием	3,995	0,7	<0,05
	Столкновение с сексуальным насилием	18,803	0,151	<0,01
	Столкновение с психологическим насилием	47,042	0,239	<0,01

При описании конкретной ситуации уже меньшее количество респондентов отвечают, что сталкивались с подобным контентом. Каждая вторая девушка (51%) и каждый шестой юноша (18%), а также каждый второй представитель молодежи (44%) и каждый третий подросток

(34%) знают о существовании групп, романтизирующих РПП. С ними чаще сталкивались те, кто подвергался насилию (табл. 1, рис. 2).

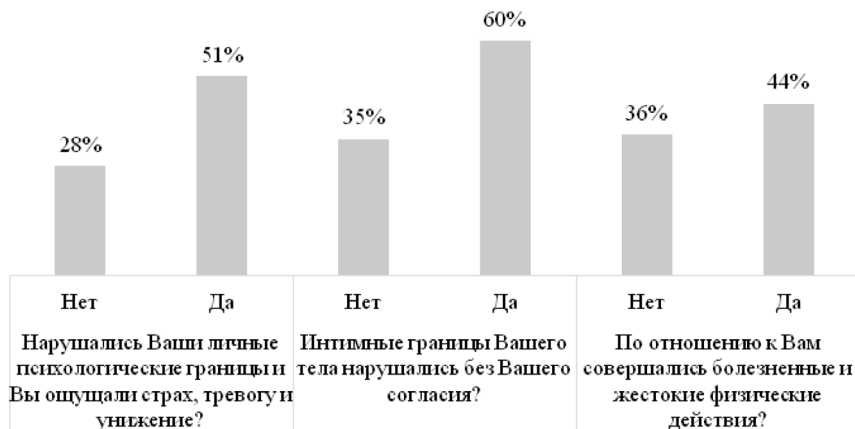


Рис. 2. Подростки и молодежь, сталкивающиеся с группами, посвященными экстремальным способам похудения и с насилием в реальной жизни

Реакция на аутодеструктивный контент. Респонденты, столкнувшиеся с аутодеструктивным контентом, были разделены на типы по способу реакции на него: 1) игнорирующие; 2) одобряющие лайками; 3) осуждающие дизлайками; 4) распространители, поддерживающие его комментариями, пересылками друзьям и репостами; 5) модераторы, использующие онлайн-инструменты фильтрации нежелательного контента; 6) создатели (рис. 3, 4). К тому или иному типу были отнесены все, кто поступал подобным образом хотя бы раз.

Контент о самоповреждении и суицидах реже игнорируют девушки, а юноши чаще девушек его дизлайкают. Подростки чаще, чем молодежь, контент дизлайкают и лайкают. Одобряющих, распространителей и создателей аутодеструктивного контента среди подростков и молодежи около 14%. Отметим, что среди одобряющих контент больше тех, кто подвергался физическому (12%) и психологическому (9%) насилию и больше времени проводит в Сети (14%). Среди распространителей чаще встречаются те, кто подвергался насилию (физическому 15%, сексуальному 18%) (табл. 2).

Среди наблюдателей в ситуации столкновения с группами, романтизирующими РПП, больше девушек (34%), молодежи, (31%), а также тех, кто подвергался психологическому насилию (34%). Каждая пятая девушка состояла в такой группе (19%), и среди их участников было больше тех, кто подвергался сексуальному (27%) и психологическому



Рис. 3. Реакция подростков и молодежи на столкновение с аутодеструктивным контентом



Рис. 4. Реакция подростков и молодежи разного пола на столкновение с аутодеструктивным контентом

(20%) насилию. Каждая десятая пользовалась групповыми «рецептами» и ее можно отнести к группе пострадавших (10%). Среди пострадавших больше тех, кто подвергался сексуальному (18%) и психологическому (10%) насилию (табл. 2).

Таблица 2

**Реакция подростков и молодежи на аутодеструктивный контент:
 результаты сравнения групп на основе статистических критериев
 χ^2 Пирсона и V Крамера (значимые различия)**

Переменная	Группы сравнения	χ^2	V	Значимость
<i>Аутодеструктивный контент: самоповреждение и суицид</i>				
Игнорирующие	Пол респондента	4,932	0,077	<0,05
	Одоброящие			
	Пол респондента	7,071	0,092	<0,01
	Столкновение с физическим насилием	9,796	0,109	<0,01
	Столкновение с психологическим насилием	4,363	0,073	<0,05
	Время в Сети в день	21,608	0,162	<0,01
Осуждающие	Пол респондента	6,964	0,092	<0,01
Распространяющие	Столкновение с физическим насилием	6,610	0,089	<0,01
	Столкновение с сексуальным насилием	7,441	0,095	<0,01
<i>Аутодеструктивный контент: РПП</i>				
Наблюдатели	Пол респондента	26,033	0,178	<0,01
	Возраст респондента	4,097	0,07	<0,05
	Столкновение с психологическим насилием	12,124	0,121	<0,01
Состоявшие в группах	Пол респондента	64,954	0,281	<0,01
	Столкновение с сексуальным насилием	19,070	0,152	<0,01
	Столкновение с психологическим насилием	38,303	0,215	<0,01
Использующие рекомендации из групп	Пол респондента	26,379	0,179	<0,01
	Столкновение с сексуальным насилием	20,637	0,158	<0,01
	Столкновение с психологическим насилием	16,606	0,142	<0,01
<i>Контент о психологической поддержке</i>				

Переменная	Группы сравнения	χ^2	V	Значимость
Одобривающие	Возраст респондента	4,844	0,77	<0,05
	Столкновение с физическим насилием	20,805	0,159	<0,01
	Столкновение с сексуальным насилием	20,964	0,149	<0,01
	Столкновение с психологическим насилием	42,038	0,225	<0,01
Распространяющие	Столкновение с физическим насилием	5,517	0,082	<0,05
	Столкновение с сексуальным насилием	15,202	0,136	<0,01
	Столкновение с психологическим насилием	4,978	0,078	<0,05

Контент о психологической поддержке. С контентом о психологической поддержке сталкивались три четверти респондентов (75%), а каждый второй его игнорировал (49%). Одобривали контент лайком 19%, и чаще это были подростки и те, кто сталкивался с насилием. Распространяли среди сверстников поддерживающий контент 13%, чаще те, кто подвергался насилию (табл. 2). Небольшая часть респондентов (2%) сами создавали помогающий контент.

Обсуждение

Интернет прочно вошел в повседневную жизнь подростков и молодежи, что делает их активными потребителями любого контента, в том числе и аутодеструктивного. Две трети подростков и молодых людей сталкиваются с контентом о самоубийствах и самоповреждении, и чаще видят его те, кто входит в группу «гиперподключенных» и проводит в Сети 9 и более часов.

Перед контентом об экстремальных способах похудения, вследствие завышенных требований общества к их внешности, наиболее уязвимы девушки, а также те, кто подвергался сексуальному и психологическому насилию, что подтверждается данными и других исследований [9; 31; 33]. Стремление достичь результата может приводить девочек и девушек к поиску все более рискованных методов, так как идеальный образ недостижим безопасным способом. Стоит отметить, что число тех, кто вступает в сообщества, предлагающие различные методы похудения, ниже в подростковой группе. Возможно, подобная тенденция может говорить о том, что популярность таких сообществ снижается

благодаря распространению идей феминизма и бодипозитива среди молодой аудитории [26].

Анализировать стратегии реагирования подростков и молодежи на аутодеструктивный контент важно для понимания индивидуальных стратегий совладающего поведения в сложных жизненных ситуациях [5; 41]. Наиболее значимый континуум — это проактивное/активное совладание, направленное на развитие цифровой компетентности и становление личностных ценностей в противовес реактивному/пассивному совладанию — регрессивному, поддерживающему привычное [42; 47]. Каждый второй подросток и представитель молодежи в настоящее время пассивен и предпочитает игнорировать аутодеструктивный контент. Социальные сети предоставляют свои инструменты для реализации стратегий активного совладания при столкновении с травмирующим, пугающим и неприятным контентом (жалоба на контент, фильтрация контента в своей ленте и др.), они позволяют создавать безопасное и комфортное для себя и окружающих онлайн-пространство. Умение использовать эти инструменты особенно необходимо для тех, кто находится в кризисной психологической ситуации, поскольку аутодеструктивный онлайн-контент может быть пусковым механизмом самоповреждения в реальной жизни [4; 10; 12; 28; 29; 32; 40]. Однако только четверть подростков и молодежи знакомы с ними и использует их. Отдельно стоит вопрос о том, насколько полноправными «цифровыми жителями» подростки и молодежь себя ощущают, если половина из них предпочитают игнорировать неприятный контент, а не активно создавать вокруг себя комфортную, интересную и полезную среду.

На основании полученных данных возможно выделить группу риска по столкновению с аутодеструктивным контентом. В нее попадает, как минимум, каждый седьмой подросток и представитель молодежи, одобряющий, распространяющий и создающий аутодеструктивный контент. Среди подростков, попавших в эту группу, чаще встречаются те, кто подвергался физическому, сексуальному и психологическому насилию, что повышает риски саморазрушительного поведения. Дополнительным «тревожным» фактором можно назвать высокую пользовательскую активность (9 и более часов в Сети в день), так как это повышает риск столкновения с аутодеструктивным контентом, а также среди «гиперподключенных» пользователей чаще встречаются те, кто подвергался насилию в реальной жизни. Такие результаты находят свое подтверждение и в других исследованиях [4; 9; 10; 20; 33]. Подростки с потенциальными психологическими сложностями не только ненамеренно или целенаправленно сталкиваются с контентом сами, но и участвуют в его распространении и популяризации среди сверстников, потенциально вовлекая в самоповреждающее поведение тех, кто был до этого игнорирующим наблюдателем.

Онлайн-мир может быть средой для распространения и популяризации информации о том, каким образом наносить себе вред, так как информация об этом легкодоступна и распространена. В связи с этим встает вопрос о поддерживающем онлайн-контенте. Несмотря на то, что информацию о психологической помощи видело большинство опрошенных, «лайкал» этот контент только каждый пятый и чаще, чем молодежь, это делали подростки. Информация о психологической помощи — ресурс поиска социальной поддержки как одной из активных стратегий совладающего поведения. Именно подростки группы риска, подвергавшиеся насилию разного рода, являются основными распространителями информации о психологической помощи: они чаще ставят ей лайки, делают репосты и пересылают друзьям. Такой интерес может говорить о том, что подростки группы риска чрезвычайно нуждаются в такой поддержке, а цифровой активизм, предполагающий в данном случае распространение информации о психологической помощи и нормализующий ее, — одна из приоритетных задач профилактики самоповреждающего поведения среди подростков и молодежи. По мнению многих исследователей, социальные сети, в частности, и Интернет — в общем, для решения данной задачи — одна из наиболее подходящих площадок, так как это не просто популярная среда, а часть повседневности подростков и молодежи [14; 26; 39]. Особенно важен подобный контент для подростков, которым часто сложно получить помощь специалиста из-за недоверия родителей или отрицания необходимости этой помощи.

В условиях, когда подростки и молодежь недостаточно ознакомлены с тем, как самостоятельно контролировать возможность столкновения с аутодеструктивным контентом, следует уделять отдельное внимание созданию безопасного пространства на онлайн-ресурсах. Контент в Сети об аутодеструктивном поведении должен соответствовать определенным критериям, чтобы не быть потенциально травматичным для подростков в группе риска. Согласно рекомендациям ВОЗ, важно, чтобы этот контент: 1) содержал информацию о телефонах доверия и местах оказания психологической помощи; 2) включал предупреждение об особенностях контента на странице; 3) не содержал фотографий и описания деталей самоповреждений и методов совершения суицида; 4) не использовал культурные и религиозные стереотипы; 5) не обесценивал причины суицидального поведения и самоповреждений, ссылаясь на стереотипы и мифы; 6) не прославлял и не возвышал самоповреждающее поведение [53]. В исследовании мемориальных страниц тех, кто совершил самоубийство, было обнаружено, что только небольшая часть из них (17%) хотя бы частично соответствует заявленным рекомендациям [29].

Заключение

Анализ полученных данных показал, что аутодеструктивный онлайн-контент, связанный с самоповреждениями, суицидом и деструктивным пищевым поведением достаточно распространен, большинство подростков и молодежи с ним сталкиваются, и он представляет серьезную угрозу для психического и физического здоровья, особенно для представителей групп риска. В группу риска по всем трем рассматриваемым в работе видам самоповреждающего поведения попадают чаще подростки, чем представители более старшей молодежной группы; по негативному пищевому поведению — это чаще девочки и девушки. Также фактором риска оказывается интенсивность использования Интернета — чем больше подростки и молодые люди проводят в Сети, тем чаще они сталкиваются с соответствующим контентом и тем выше шансы у «слабого» звена попасть под влияние деструктивной информации. Кроме того, что у группы «гиперподключенных» повышаются риски интернет-зависимости, что может усугубить ситуацию. Прежний опыт различного рода насилия, полученный подростками и молодыми людьми в реальной жизни, также может оказаться не только дополнительной детерминантой риска столкновения с соответствующим контентом, но и привести к усилению аутодеструктивных тенденций. Таким образом, каждый седьмой подросток и представитель молодежи попадает в группу риска, не только чаще сталкиваясь с контентом о саморазрушении сам, но и распространяя его среди сверстников, при этом являясь жертвой насилия в реальной жизни. Полученные данные дают основания предполагать, что лайки, комментарии и репосты на личную страницу контента о саморазрушении — потенциальный симптом, который, как минимум, не стоит игнорировать.

В ситуации, когда цифровой мир является непосредственной частью повседневной жизни, следует особое внимание уделять как рискам, так и новым возможностям. Полученные данные и другие материалы по безопасности использования социальных сетей, особенно подростками, дают основания предполагать, что говорить о проблеме в контексте ограничений и запретов не эффективно. Необходимо сосредоточить свое внимание на вопросах профилактики, используя все потенциальные возможности онлайн-пространства и данные о специфике восприятия контента разными возрастными и гендерными группами. Поддерживающий контент должен быть направлен, прежде всего, на подростков и представлен в популярных у этой аудитории социальных сетях (Вконтакте, TikTok). Учитывая гендерную специфику и травматичность темы, особое внимание стоит уделять созданию безопасных онлайн-пространств (группы поддержки), в которых представители группы риска могут найти единомышленников и не чувствовать себя

в изоляции наедине со своей проблемой. Отдельной и важной частью онлайн-профилактики является распространение информации о самоповреждении, направленной на снятие стигмы с этой темы, а также формирование языка, с помощью которого о проблеме возможно говорить в общественных пространствах.

Формирование психологической устойчивости у подростков и молодежи в ситуациях столкновения с контентом о саморазрушительном поведении должно опираться на комплексное решение трех задач: 1) становление у них активной позиции как у активных модераторов цифрового пространства, а не пассивных потребителей контента; 2) развитие цифровой культуры через создание и соблюдение регламентирующих правил распространения потенциально травматичного онлайн-контента о саморазрушающем поведении и способах регулирования появления контента такого рода на площадках социальных сетей; 3) доступность группе риска психологической поддержки и ее специализация на основе понимания механизмов аутодеструктивного онлайн-поведения.

В дальнейших исследованиях предполагается уделить внимание тому, как соотносятся «потребление» аутодеструктивного онлайн-контента и самоповреждение в реальной жизни, в каких случаях и при каких личностных особенностях опыт реального насилия в совокупности с влиянием деструктивной интернет-среды может стать пусковым механизмом самоповреждения. Предполагается также сосредоточиться на вопросах анализа существующего поддерживающего контента, чтобы иметь возможность разрабатывать эффективные меры профилактики аутодеструктивного поведения, используя ресурсы Интернета. Представленные в статье виды аутодеструктивного поведения не исчерпываются рисками такого рода. В связи с этим важно изучать также аутодеструктивное поведение, рождаемое в самой Сети.

ЛИТЕРАТУРА

1. *Абрамова А.А., Ениколопов С.Н., Ефремов А.Г., и др.* Аутоагрессивное несуйцидальное поведение как способ совладания с негативными эмоциями [Электронный ресурс] // Клиническая и специальная психология. 2018. Т. 7. № 2. С. 21—40. URL: https://psyjournals.ru/files/93567/Abramova_et_al.pdf (дата обращения: 11.08.2020). DOI:10.17759/psyclin.2018070202
2. *Амбрумова А.Г., Трайнина Е.Г., Уманский Л.Я.* Аутодеструктивное поведение подростков // Сравнительно-возрастные исследования в суицидологии / Под. ред. В.В. Ковалева. М., 1989. С. 52—62.
3. *Банников Г.С., Федунина Н.Ю., Павлова Т.С., и др.* Ведущие механизмы самоповреждающего поведения у подростков: по материалам мониторинга в образовательных организациях // Консультативная психология и психотерапия. 2016. Т. 24. № 3. С. 42—68. DOI:10.17759/cpp.2016240304

4. Банников Г.С., Вихристюк О.В., Федунина Н.Ю. Применение технологии выявления факторов риска развития суицидального поведения среди подростков и молодежи // Психологическая наука и образование. 2018. Т. 23. № 4. С. 91—101. DOI:10.17759/pse.2018230409
5. Белинская Е.П. Совладание как социально-психологическая проблема [Электронный ресурс] // Психологические исследования. 2009. № 1 (3). URL: <http://psystudy.ru> (дата обращения: 11.08.2020).
6. Ениколопов С.Н. Стигматизация и проблема психического здоровья // Медицинская (клиническая) психология: традиции и перспективы (К 85-летию Юрия Федоровича Полякова) (г. Москва, 14—15 февраля 2013 г.). М.: МГППУ, 2013. С. 109—121.
7. Зайченко А.А. Самоповреждающее поведение // «Психология телесности: теоретические и практические исследования»: Сборник статей II международной научно-практической конференции (г. Пенза, 25 декабря 2009 г.). Пенза: ПГПУ имени В.Г. Белинского, 2009. С. 191—195.
8. Келина М.Ю., Маренова Е.В., Мешкова Т.А. Неудовлетворенность телом и влияние родителей и сверстников как факторы риска нарушений пищевого поведения среди девушек подросткового и юношеского возраста // Психологическая наука и образование. 2011. Т. 16. № 5. С. 44—51.
9. Кузнецова С.О., Абрамова А.А., Ефремов А.Г., и др. Исследование особенностей аутоагрессивного поведения у лиц, переживших сексуальное злоупотребление в детском возрасте // Национальный психологический журнал. 2019. № 3 (35). С. 88—100. DOI:10.11621/npj.2019.0310
10. Любов Е.Б., Зотов П.Б., Банников Г.С. Самоповреждающее поведение подростков: дефиниции, эпидемиология, факторы риска и защитные факторы. Сообщение I // Суицидология. 2019. Т. 10. № 4 (37). С. 16—46. DOI:10.32878/suiciderus.19-10-04(37)-16-46
11. Польская Н.А. Факторы риска и направления профилактики самоповреждающего поведения подростков [Электронный ресурс] // Клиническая и специальная психология. 2018. Т. 7. № 2. С. 1—20. URL: <https://psyjournals.ru/files/93562/Polskaya.pdf> (дата обращения: 11.08.2020). DOI:10.17759/cpse.2018070201
12. 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.2019270310
13. Пузанова Ж.В., Тертышникова А.Г. Технология обработки данных, полученных методом виньеток, в социологических исследованиях // Теория и практика общественного развития. 2015. № 20. С. 16—18.
14. Солдатова Г.У., Рассказова Е.И., Нестик Т.А. Цифровое поколение России: компетентность и безопасность. М.: Смысл, 2017. 375 с.
15. Солдатова Г.У., Рассказова Е.И., Чигарькова С.В. Виды киберагрессии: опыт подростков и молодежи // Национальный психологический журнал. 2020. № 2 (38). С. 3—20. DOI:10.11621/npj.2020.0201
16. Солдатова Г.У., Чигарькова С.В., Дренева А.А., и др. Мы в ответе за цифровой мир: Профилактика деструктивного поведения подростков и молодежи в Интернете: учеб.-метод. пособие. М.: Когито-Центр, 2019. 176 с.

17. Солдатова Г.У., Ярмина А.Н. Кибербуллинг: особенности, ролевая структура, детско-родительские отношения и стратегии совладания // Национальный психологический журнал. 2019. № 3 (35). С. 17—31. DOI:10.11621/npj.2019.0303
18. Сырковашина К.В., Дозорцева Е.Г. Психологические факторы риска суицидального поведения у подростков // Консультативная психология и психотерапия. 2016. Т. 24. № 3. С. 8—24. DOI:10.17759/cpp.2016240302
19. Сырковашина К.В., Дозорцева Е.Г., Бадмаева В.Д., и др. Клинические и психологические подходы к исследованию проблемы суицидов у подростков // Российский психиатрический журнал. 2017. № 6. С. 24—28.
20. Сырковашина К.В., Ошеевский Д.С., Бадмаева В.Д., и др. Факторы риска формирования суицидального поведения у детей и подростков (по результатам анализа региональных посмертных судебных экспертиз) [Электронный ресурс] // Психология и право. 2019. Т. 9. № 1. С. 71—84. URL: https://psyjournals.ru/psyandlaw/2019/n1/97335_full.shtml (дата обращения: 11.08.2020). DOI:10.17759/psylaw.2019090105
21. Фромм Э. Анатомия человеческой деструктивности: пер. с нем. М.: АСТ, 2009. 635 с.
22. Шарма С.Д. Метод виньеток в изучении отношения к особым социальным группам (на примере отношения к представителям ЛГБТ-сообществ) // Актуальные вопросы социологической науки: теория, методология, практика. Материалы ежегодной научной конференции студентов, аспирантов и молодых ученых (г. Москва, 6 октября 2017 г.). М.: РУДН, 2016. С. 157—163.
23. Arendt F., Scherr S., Romer D. Effects of exposure to self-harm on social media: Evidence from a two-wave panel study among young adults // *New Media & Society*. 2019. Vol. 21 (11—12). P. 2422—2442. DOI:10.1177/1461444819850106
24. Ayers J.W., Althouse B.M., Leas E.C., et al. Internet searches for suicide following the release of 13 Reasons Why // *JAMA Internal Medicine*. 2017. Vol. 177 (10). P. 1527—1529. DOI:10.1001/jamainternmed.2017.3333
25. Bada M., Clayton R. Online suicide games: A form of digital self-harm or a myth? // *Annual Review of Cybertherapy And Telemedicine*. 2019. Vol. 17. P. 25—30.
26. Cohen R., Fardouly J., Newton-John T., et al. #BoPo on Instagram: An experimental investigation of the effects of viewing body positive content on young women's mood and body image // *New Media & Society*. 2019. Vol. 21 (7). P. 1546—1564. DOI:10.1177/1461444819826530
27. Darmon M. The fifth element: Social class and the sociology of anorexia // *Sociology*. 2009. Vol. 43 (4). P. 717—733. DOI:10.1177/0038038509105417
28. 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
29. Dupuis G., Deonandan R. Facebook suicide memorial pages: Are they in compliance with WHO's suicide media guidelines? // *Global Journal of Medicine and Public Health*. 2018. Vol. 7 (1). P. 1—5.
30. Ferguson C.J. The school shooting/violent video game link: Causal relationship or moral panic? // *Journal of Investigative Psychology and Offender Profiling*. 2008. Vol. 5 (1—2). P. 25—37. DOI:10.1002/jip.76

31. Favaro A., Monteleone P., Santonastaso P., et al. Psychobiology of eating disorders // Annual Review of Eating Disorders. Part 2 / S.A. Wonderlich, J.E. Mitchell, M. de Zwaan, et al. (eds.). Oxford: Radcliffe Publishing, 2008. P. 1—26.
32. Fleming-May R.A., Miller L.E. “I’m scared to look. But I’m dying to know”: Information seeking and sharing on Pro-Ana weblogs // Proceedings of the American Society for Information Science and Technology. 2010. Vol. 47 (1). P. 1—9. DOI:10.1002/meet.14504701212
33. Forbush K.T., Crosby R.D., Coniglio K., et al. Education, dissemination, and the science of eating disorders: Reflections on the 2019 International Conference on Eating Disorders // International Journal of Eating Disorders. 2019. Vol. 52 (5). P. 493—496. DOI:10.1002/eat.23050
34. George M. The importance of social media content for teens’ risks for self-harm // Journal of Adolescent Health. 2019. Vol. 65 (1). P. 9—10. DOI:10.1016/j.jadohealth.2019.04.022
35. Hagihara A., Miyazaki S., Abe T. Internet suicide searches and the incidence of suicide in young people in Japan // European Archives of Psychiatry and Clinical Neuroscience. 2012. Vol. 262 (1). P. 39—46. DOI:10.1007/s00406-011-0212-8
36. Haut F., Morrison A. The Internet and the future of psychiatry // Psychiatric Bulletin. 1998. Vol. 22 (10). P. 641—642. DOI:10.1192/pb.22.10.641-a
37. Hawton K., Saunders K.E.A., O’Connor R.C. Self-harm and suicide in adolescents // The Lancet. 2012. Vol. 379 (9834). P. 2373—2382. DOI:10.1016/S0140-6736(12)60322-5
38. Hier S. Moral panics and digital-media logic: Notes on a changing research agenda // Crime, Media, Culture: An International Journal. 2019. Vol. 15 (2). P. 379—388. DOI:10.1177/1741659018780183
39. Jenkins H., Ito M., Boyd D. Participatory culture in a networked era: A conversation on youth, learning, commerce, and politics. Cambridge, UK: Polity Press, 2015. 214 p.
40. Kim J.H., Lennon S.J. Mass media and self-esteem, body image, and eating disorder tendencies // Clothing and Textiles Research Journal. 2007. Vol. 25 (1). P. 3—23. DOI:10.1177/0887302X06296873
41. Lasarus R., Folkman S. Stress, appraisal and coping. New York: Springer, 1984. 445 p.
42. Maddi S. Dispositional hardiness in health and effectiveness // Encyclopedia of Mental Health / H.S. Friedman (ed.). San Diego, CA: Academic Press, 1998. P. 323—335.
43. Mars B., Heron J., Biddle L., et al. Exposure to, and searching for, information about suicide and self-harm on the Internet: Prevalence and predictors in a population based cohort of young adults // Journal of Affective Disorders. 2015. Vol. 185. P. 239—245. DOI:10.1016/j.jad.2015.06.001
44. Moreno M.A., Ton A., Selkie E., 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
45. Oxle N., Feigelman W., Sheehan L. Perceived suicide stigma, secrecy about suicide loss and mental health outcomes // Death Studies. 2020. Vol. 44 (4). P. 248—255. DOI:10.1080/07481187.2018.1539052

46. Ownby D., Routon P.W. Tragedy following tragedies: Estimating the copycat effect of media-covered suicide in the age of digital news // *The American Economist*. 2019. Vol. 65 (2). P. 312—329. DOI:10.1177/0569434519896768
47. Schwarzer R., Knoll N. Positive coping: Mastering demands and searching for meaning // *Handbook of Positive Psychological Assessment* / S.J. Lopez, C.R. Snyder (eds.). Washington, DC: American Psychological Association, 2003. P. 393—409. DOI:10.1037/10612-025
48. Record R.A., Straub K., Stump N. #Selfharm on #Instagram: Examining user awareness and use of Instagram's self-harm reporting tool // *Health Communication*. 2019. Vol. 35 (7). P. 894—901. DOI:10.1080/10410236.2019.1598738
49. Sheehan L., Dubke R., Corrigan P. W. The specificity of public stigma: A comparison of suicide and depression-related stigma // *Psychiatry Research*. 2017. Vol. 256. P. 40—45. DOI:10.1016/j.psychres.2017.06.015
50. Sumner S.A. Galik S., Mathieu J., et al. Temporal and geographic patterns of social media posts about an emerging suicide game // *Journal of Adolescent Health*. 2019. Vol. 65 (1). P. 94—100. DOI:10.1016/j.jadohealth.2018.12.025
51. Treasure J., Claudino A.M., Zucker N. Eating disorders // *Lancet*. 2010. Vol. 375 (9714). P. 583—593. DOI:10.1016/S0140-6736(09)61748-7
52. Troya M., Babatunde O.O., Polidano K., et al. Self-harm in older adults: a systematic review // *British Journal of Psychiatry*. 2019. Vol. 214 (4). P. 186—200. DOI:10.1192/bjp.2019.11
53. *World Health Organization*. Suicide [Электронный ресурс]. World Health Organization, 2019. URL: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/suicide> (дата обращения: 11.08.2020).

REFERENCES

1. Abramova A.A., Enikolopov S.N., Efremov A.G., et al. Autoagressivnoe nesuitsidal'noe povedenie kak sposob sovladaniya s negativnymi emotsiyami [Autoaggressive non-suicidal behavior as the way of coping with negative emotions] [Elektronnyi resurs]. *Klinicheskaya i spetsial'naya psikhologiya = Clinical Psychology and Special Education*, 2018. Vol. 7 (2), pp. 21—40. Available at: https://psyjournals.ru/files/93567/Abramova_et_al.pdf (Accessed 11.08.2020). DOI:10.17759/psyclin.2018070202. (In Russ., abstr. in Engl.)
2. Andrumova A.G., Trainina E.G., Umanskii L.Ya. Autodestruktivnoe povedenie podrostkov [Autodestruktivnoye povedeniye podrostkov]. In Kovalev V.V. (ed.) *Sravnitel'no-vozrastnye issledovaniya v suitsidologii [Age-group Studies in Suicidology]*. Moscow, 1989, pp. 52—62.
3. Bannikov G.S., Fedunina N.Yu., Pavlova T.S., et al. Vedushchie mekhanizmy samopovrezhdayushchego povedeniya u podrostkov: po materialam monitoringa v obrazovatel'nykh organizatsiyakh [Mechanisms of self-harm behavior in non-clinical adolescent population: The results of monitoring in Moscow schools]. *Konsul'tativnaya psikhologiya i psikhoterapiya = Counseling Psychology and Psychotherapy*. 2016. Vol. 24 (3), pp. 42—68. DOI:10.17759/cpp.2016240304. (In Russ., abstr. in Engl.)
4. Bannikov G.S., Vikhristyuk O.V., Fedunina N.Yu. Primenenie tekhnologii vyavleniya faktorov riska razvitiya suitsidal'nogo povedeniya sredi podrostkov

- i molodezhi [Applying the technique for screening the risks of suicidal behavior in adolescents and young people]. *Psikhologicheskaya nauka i obrazovanie = Psychological Science and Education*, 2018. Vol. 23 (4), pp. 91—101. DOI:10.17759/pse.2018230409 (In Russ., abstr. in Engl.)
5. Belinskaya E.P. Sovladanie kak sotsial'no-psikhologicheskaya problema [Coping as social-cultural problem] [Elektronnyi resurs]. *Psikhologicheskie issledovaniya = Psychological Studies*, 2009, no. 1. Available at: <http://psystudy.ru> (Accessed 11.08.2020).
 6. Enikolopov S.N. Stigmatizatsiya i problema psikhicheskogo zdorov'ya [Stigmatization and the issue of mental health]. *Meditsinskaya (klinicheskaya) psikhologiya: traditsii i perspektivy (K 85-letiyu Yuriya Fedorovicha Polyakova)* (g. Moskva, 14—15 fevralya 2013 g.) [*Medical (clinical) psychology: Traditions and perspectives (In the memory of Yuri F. Polyakov)*]. Moscow: MGPPU, 2013, pp. 109—121.
 7. Zaichenko A.A. Samopovrezhdayushchee povedenie [Self-injurious behavior]. *Psikhologiya telesnosti: teoreticheskie i prakticheskie issledovaniya*. Sbornik statei II mezhdunarodnoi nauchno-prakticheskoi konferentsii (g. Penza, 25 dekabrya 2009 g.) [*Psychology of corporeality: Theoretical and practical studies*. Proceedings of the 2nd International scientific and practical conference]. Penza: PGPU im. V.G. Belinskogo, 2009, pp. 191—195.
 8. Kelina M.Yu., Marenova E.V., Meshkova T.A. Neudovletvorennost' telom i vliyanie roditeli i sverstnikov kak faktory riska narusheni pishchevogo povedeniya sredi devushek podrostkovogo i yunosheskogo vozrasta [Body dissatisfaction and influence of parents and peers as risk factors for eating disorders among girls of adolescent and young age]. *Psikhologicheskaya nauka i obrazovanie = Psychological Science and Education*, 2011. Vol. 16 (5), pp. 44—51. (In Russ., abstr. in Engl.)
 9. Kuznetsova S.O., Abramova A.A., Efremov A.G., et al. Issledovanie osobennosti autoagressivnogo povedeniya u lits, perezhivshikh seksual'noe zloupotreblenie v detskom vozraste [The study of the auto-aggressive behaviour in individuals who survived sexual abuse in childhood]. *Natsional'nyi psikhologicheskii zhurnal = National Psychological Journal*, 2019, no. 3, pp. 88—100. DOI:10.11621/npj.2019.0310
 10. Lyubov E.B., Zotov P.B., Bannikov G.S. Samopovrezhdayushchee povedenie podrostkov: definitsii, epidemiologiya, faktory riska i zashchitnye faktory. Soobshchenie I [Self-harming behavior of adolescents: definitions, epidemiology, risk factors and protective factors. The Message I]. *Suitsidologiya = Suicidology*, 2019. Vol. 10 (4), pp. 16—46. DOI:10.32878/suiciderus.19-10-04(37)-16-46
 11. Pol'skaya N.A. Faktory riska i napravleniya profilaktiki samopovrezhdayushchego povedeniya podrostkov [Risk factors and approaches to preventing self-injurious behavior in adolescents] [Elektronnyi resurs]. *Klinicheskaya i spetsial'naya psikhologiya = Clinical Psychology and Special Education*, 2018. Vol. 7 (2), pp. 1—20. Available at: <https://psyjournals.ru/files/93562/Polskaya.pdf> (Accessed 11.08.2020). DOI:10.17759/cpse.2018070201
 12. Pol'skaya N.A., Yakubovskaya D.K. Vliyanie sotsial'nykh setei na samopovrezhdayushchee povedenie u podrostkov [The impact of social media platforms on self-injurious behavior in adolescents]. *Konsul'tativnaya psikhologiya*

- i psikhoterapiya = Counseling Psychology and Psychotherapy*, 2019. Vol. 27 (3), pp. 156—174. DOI:10.17759/cpp.2019270310. (In Russ., abstr. in Engl.)
13. Puzanova Zh.V., Tertyshnikova A.G. Tekhnologiya obrabotki dannykh, poluchennykh metodom vin'etok, v sotsiologicheskikh issledovaniyakh [Technology of handling data from the vignette technique in sociological studies]. *Teoriya i praktika obshchestvennogo razvitiya = Theory and Practice of Society Development*, 2015, no. 20, pp. 16—18.
 14. Soldatova G.U., Rasskazova E.I., Nestik T.A. Tsifrovoe pokolenie Rossii: kompetentnost' i bezopasnost' [The digital generation of Russia: Competence and security]. Moscow: Smysl, 2017. 375 p.
 15. Soldatova G.U., Rasskazova E.I., Chigar'kova S.V. Vidy kiberagressii: opyt podrostkov i molodezhi [Types of cyberaggression: Adolescents and youth experience]. *Natsional'nyi psikhologicheskii zhurnal = National Psychological Journal*, 2020, no. 2, pp. 3—20. DOI:10.11621/npj.2020.0201
 16. Soldatova G.U., Chigar'kova S.V., Dreneva A.A., et al. We are responsible for the digital world: Prevention of destructive behavior of adolescents and youth in the Internet: Handbook. Moscow: Kogito-Tsentr, 2019. 176 p.
 17. Soldatova G.U., Yarina A.N. Kiberbulling: osobennosti, rolevaya struktura, detsko-roditel'skie otnosheniya i strategii sovladaniya [Cyberbullying: features, role structure, parent-child relationships and coping strategies]. *Natsional'nyi psikhologicheskii zhurnal = National Psychological Journal*, 2019, no. 3, pp. 17—31. DOI:10.11621/npj.2019.0303
 18. Syrokvashina K.V., Dozortseva E.G. Psikhologicheskie faktory riska suitsidal'nogo povedeniya u podrostkov [Psychological factors of risk of suicidal behavior in adolescents]. *Konsul'tativnaya psikhologiya i psikhoterapiya = Counseling Psychology and Psychotherapy*, 2016. Vol. 24 (3), pp. 8—24. DOI:10.17759/cpp.2016240302. (In Russ., abstr. in Engl.)
 19. Syrokvashina K.V., Dozortseva E.G., Badmaeva V.D., et al. Klinicheskie i psikhologicheskie podkhody k issledovaniyu problemy suitsidov u podrostkov [Actual clinical and psychological approaches towards problem of suicides in adolescents]. *Rossiiskii psikiatricheskii zhurnal = Russian Psychiatric Journal*, 2017, no. 6, pp. 24—28.
 20. Syrokvashina K.V., Oshevskii D.S., Badmaeva V.D., i dr. Faktory riska formirovaniya suitsidal'nogo povedeniya u detei i podrostkov (po rezul'tatam analiza regional'nykh posmertnykh sudebnykh ekspertiz) [Risk factors of fashioning of suicidal behavior in children and adolescents (based on the analysis of regional posthumous forensic evaluation)] [Elektronnyi resurs]. *Psikhologiya i pravo = Psychology and Law*, 2019. Vol. 9 (1), pp. 71—84. Available at: https://psyjournals.ru/psyandlaw/2019/n1/97335_full.shtml (Accessed 11.08.2020). DOI:10.17759/psylaw.2019090105
 21. Fromm E. Anatomiya chelovecheskoi destruktivnosti [The Anatomy of Human Destructiveness]. Moscow: AST, 2009. 635 p. (In Russ.)
 22. Sharma S.D. Metod vin'etok v izuchenii otnosheniya k osobym sotsial'nym gruppam (na primere otnosheniya k predstavityel'nyam LGBT-soobshchestvu) [Vignette technique in studying attitudes to specific social groups (on the example of attitudes toward LGBT communities)]. *Aktual'nye voprosy sotsiologicheskoi nauki: teoriya,*

- metodologiya, praktika*. Materialy ezhegodnoi nauchnoi konferentsii studentov, aspirantov i molodykh uchenykh (g. Moskva, 6 oktyabrya 2017 g.) [Actual issues of sociology: theory, methodology, and practice. Proceedings of the yearly scientific conference for students, post-graduates and young scientists]. Moscow: RUDN, 2016, pp. 157–163.
23. Arendt F., Scherr S., Romer D. Effects of exposure to self-harm on social media: Evidence from a two-wave panel study among young adults. *New Media & Society*, 2019. Vol. 21 (11–12), pp. 2422–2442. DOI:10.1177/1461444819850106
 24. Ayers J.W., Althouse B.M., Leas E.C., et al. Internet searches for suicide following the release of 13 Reasons Why. *JAMA Internal Medicine*, 2017. Vol. 177 (10), pp. 1527–1529. DOI:10.1001/jamainternmed.2017.3333
 25. Bada M., Clayton R. Online suicide games: A form of digital self-harm or a myth? *Annual Review of Cybertherapy And Telemedicine*, 2019. Vol. 17, pp. 25–30.
 26. Cohen R., Fardouly J., Newton-John T., et al. #BoPo on Instagram: An experimental investigation of the effects of viewing body positive content on young women's mood and body image. *New Media & Society*, 2019. Vol. 21 (7), pp. 1546–1564. DOI:10.1177/1461444819826530
 27. Darmon M. The fifth element: Social class and the sociology of anorexia. *Sociology*, 2009. Vol. 43 (4), pp. 717–733. DOI:10.1177/0038038509105417
 28. 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
 29. Dupuis G., Deonandan R. Facebook suicide memorial pages: Are they in compliance with WHO's suicide media guidelines? *Global Journal of Medicine and Public Health*, 2018. Vol. 7 (1), pp. 1–5.
 30. Ferguson C.J. The school shooting/violent video game link: Causal relationship or moral panic? *Journal of Investigative Psychology and Offender Profiling*, 2008. Vol. 5 (1–2), pp. 25–37. DOI:10.1002/jip.76
 31. Favaro A., Monteleone P., Santonastaso P., et al. Psychobiology of eating disorders. In Wonderlich S.A., Mitchell J.E., de Zwaan M., et al. (eds.) *Annual Review of Eating Disorders. Part 2*. Oxford: Radcliffe Publishing, 2008, pp. 1–26.
 32. Fleming-May R.A., Miller L.E. "I'm scared to look. But I'm dying to know": Information seeking and sharing on Pro-Ana weblogs. *Proceedings of the American Society for Information Science and Technology*, 2010. Vol. 47 (1), pp. 1–9. DOI:10.1002/meet.14504701212
 33. Forbush K.T., Crosby R.D., Coniglio K., et al. Education, dissemination, and the science of eating disorders: Reflections on the 2019 International Conference on Eating Disorders. *International Journal of Eating Disorders*, 2019. Vol. 52 (5), pp. 493–496. DOI:10.1002/eat.23050
 34. George M. The importance of social media content for teens' risks for self-harm. *Journal of Adolescent Health*, 2019. Vol. 65 (1), pp. 9–10. DOI:10.1016/j.jadohealth.2019.04.022
 35. Hagihara A., Miyazaki S., Abe T. Internet suicide searches and the incidence of suicide in young people in Japan. *European Archives of Psychiatry and Clinical Neuroscience*, 2012. Vol. 262 (1), pp. 39–46. DOI:10.1007/s00406-011-0212-8

36. Haut F., Morrison A. The Internet and the future of psychiatry. *Psychiatric Bulletin*, 1998. Vol. 22 (10), pp. 641—642. DOI:10.1192/pb.22.10.641-a
37. Hawton K., Saunders K.E.A., O'Connor R.C. Self-harm and suicide in adolescents. *The Lancet*, 2012. Vol. 379 (9834), pp. 2373—2382. DOI:10.1016/S0140-6736(12)60322-5
38. Hier S. Moral panics and digital-media logic: Notes on a changing research agenda. *Crime, Media, Culture: An International Journal*, 2019. Vol. 15 (2), pp. 379—388. DOI:10.1177/1741659018780183
39. Jenkins H., Ito M., Boyd D. Participatory culture in a networked era: A conversation on youth, learning, commerce, and politics. Cambridge, UK: Polity Press, 2015. 214 p.
40. Kim J.H., Lennon S.J. Mass media and self-esteem, body image, and eating disorder tendencies. *Clothing and Textiles Research Journal*, 2007. Vol. 25 (1), pp. 3—23. DOI:10.1177/0887302X06296873
41. Lazarus R., Folkman S. Stress, appraisal and coping. New York: Springer, 1984. 445 p.
42. Maddi S. Dispositional hardiness in health and effectiveness. In Friedman H.S. (ed.) *Encyclopedia of Mental Health*. San Diego, CA: Academic Press, 1998, pp. 323—335.
43. Mars B., Heron J., Biddle L., et al. Exposure to, and searching for, information about suicide and self-harm on the Internet: Prevalence and predictors in a population based cohort of young adults. *Journal of Affective Disorders*, 2015. Vol. 185, pp. 239—245. DOI:10.1016/j.jad.2015.06.001
44. Moreno M.A., Ton A., Selkie E., 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
45. Oxle N., Feigelman W., Sheehan L. Perceived suicide stigma, secrecy about suicide loss and mental health outcomes. *Death Studies*, 2020. Vol. 44 (4), pp. 248—255. DOI:10.1080/07481187.2018.1539052
46. Ownby D., Routon P.W. Tragedy following tragedies: Estimating the copycat effect of media-covered suicide in the age of digital news. *The American Economist*, 2019. Vol. 65 (2), pp. 312—329. DOI:10.1177/0569434519896768
47. Schwarzer R., Knoll N. Positive coping: Mastering demands and searching for meaning. In Lopez S.J., Snyder C.R. (eds.) *Handbook of Positive Psychological Assessment*. Washington, DC: American Psychological Association, 2003, pp. 393—409. DOI:10.1037/10612-025
48. Record R.A., Straub K., Stump N. #Selfharm on #Instagram: Examining user awareness and use of Instagram's self-harm reporting tool. *Health Communication*, 2019. Vol. 35 (7), pp. 894—901. DOI:10.1080/10410236.2019.1598738
49. Sheehan L., Dubke R., Corrigan P. W. The specificity of public stigma: A comparison of suicide and depression-related stigma. *Psychiatry Research*, 2017. Vol. 256, pp. 40—45. DOI:10.1016/j.psychres.2017.06.015
50. Sumner S.A. Galik S., Mathieu J., et al. Temporal and geographic patterns of social media posts about an emerging suicide game. *Journal of Adolescent Health*, 2019. Vol. 65 (1), pp. 94—100. DOI:10.1016/j.jadohealth.2018.12.025
51. Treasure J., Claudino A.M., Zucker N. Eating disorders. *Lancet*, 2010. Vol. 375 (9714), pp. 583—593. DOI:10.1016/S0140-6736(09)61748-7

52. Troya M., Babatunde O.O., Polidano K., et al. Self-harm in older adults: a systematic review. *British Journal of Psychiatry*, 2019. Vol. 214 (4), pp. 186—200. DOI:10.1192/bjp.2019.11
53. World Health Organization. Suicide [Elektronnyi resurs]. World Health Organization, 2019. Available at: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/suicide> (Accessed 11.08.2020).

Информация об авторах

Солдатова Галина Уртанбековна, член-корр. РАО, доктор психологических наук, профессор факультета психологии, ФГБОУ ВО МГУ имени М.В. Ломоносова; Московский институт психоанализа (НОЧУ ВО «Московский институт психоанализа»); директор Фонда Развития Интернет, Москва, Российская Федерация, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-6690-7882>, e-mail: soldatova.galina@gmail.com

Илюхина Светлана Николаевна, психолог, Фонд Развития Интернет, Москва, Российская Федерация, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-9947-450X>, e-mail: svetla.iluhina@gmail.com

Information about the authors

Galina U. Soldatova, Corresponding Member of the Russian Academy of Education, Doctor of Psychology, Professor, Psychology Department, Lomonosov Moscow State University; Moscow Institute of Psychoanalysis; Director of the Foundation for Internet Development, Moscow, Russia, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-6690-7882>, e-mail: soldatova.galina@gmail.com

Svetlana N. Ilyukhina, Psychologist, Foundation for Internet Development, Moscow, Russia, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-9947-450X>, e-mail: svetla.iluhina@gmail.com

Получена 30.09.2020

Received 30.09.2020

Принята в печать 20.01.2021

Accepted 20.01.2021