

ЦИФРОВЫЕ И ТРАДИЦИОННЫЕ ФОРМЫ САМОПОВРЕЖДЕНИЯ У СОВРЕМЕННЫХ ПОДРОСТКОВ

© Волкова Е.Н.

Доктор психологических наук, профессор, ведущий научный сотрудник
лаборатории психологии детства и цифровой социализации
Федеральный научный центр психологических и междисциплинарных исследований,
Москва, Россия
envolkova@yandex.ru; ORCID: 0000-0001-9667-4752

© Орлова А.А.

Младший научный сотрудник лаборатории психологии детства и цифровой социализации,
Федеральный научный центр психологических и междисциплинарных исследований,
Москва, Россия
ao_23@mail.ru; ORCID: 0009-0009-2993-0926

Работа выполнена в рамках гранта № 25-28-00142 при поддержке Российского научного фонда

В статье рассматривается феномен цифрового самоповреждающего поведения подростков, его особенности и отличия от традиционных форм самоповреждающего поведения. Показано влияние цифровой среды на формирование и поддержание самоповреждения у подростков. Анализируются мотивы подростков, вовлеченных в цифровое самоповреждение.

Ключевые слова: самоповреждающее поведение, цифровое самоповреждение, цифровой селфхарм, подростки

Введение

В последние десятилетия цифровизация стала неотъемлемой частью жизни подрастающего поколения. Интернет и социальные сети прочно вошли в повседневность современных подростков, предоставляя им новые возможности для общения, поиска информации, развития и самопрезентации. Однако помимо позитивных аспектов, цифровая среда формирует и новые риски для психоэмоционального благополучия, способствуя появлению и распространению различных форм деструктивного поведения. Одной из наиболее тревожных тенденций последних лет становится повышение частоты самоповреждающего поведения в подростковой группе — как в традиционных, физических, так и в новых, цифровых формах.

Подростковый возраст — один из ключевых периодов развития личности, характеризующийся активным формированием основ идентичности, процессов самооценки, эмоциональной регуляции и навыков социального взаимодействия. Именно в это время повышается уязвимость к различным формам деструктивного поведения, включая самоповреждение (Любов и др., 2019). Традиционные формы самоповреждения у подростков включают в себя

самопорезы, расцарапывания, удары, прижигание, умышленное применение различных веществ или медикаментов без медицинского назначения и другие способы нанесения вреда своему телу. По данным различных исследований, от 16,9% до 19,5% подростков хоть раз в жизни прибегали к тем или иным формам самоповреждения (Дарьин, Зайцева, 2023).

Цифровое самоповреждающее поведение (ЦСП) — относительно новая форма членовредительства, выражающаяся в намеренных действиях в цифровой среде, направленных на причинение себе психологического вреда, что может проявляться через публикацию аутодеструктивного контента, создание и поощрение «хейта» в свой адрес, а также сознательное вовлечение в кибербуллинг против себя (Patchin, Hinduja, 2017). Феномен впервые описанный в 2012 году (Englander, 2012), обнаруживается у 6–15% подростковой выборки и имеет тенденцию к росту (Englander, 2012; Patchin, Hinduja, 2017; Pacheco et al., 2019; Erreygers et al., 2020).

В теоретическом обзоре, целью которого был анализ и обобщение доступной в отечественном и зарубежном научном поле информации о феномене ЦСП, было проведено сравнение офлайн и онлайн-форм самоповреждающего поведения

у подростков, а также рассмотрено особое влияние цифровой среды на самоповреждение. Было проанализировано более 800 публикаций из баз данных PubMed, eLIBRARY и ряда дополнительных в период с ноября 2024 года по январь 2025 года.

Определенно актуальность исследования ЦСП обусловлена повсеместным распространением Интернета как среды, которая в перспективе способна удовлетворить множество потребностей современного человека и повлиять на его социальную интеграцию, а также повышением интереса к эффектам воздействия деструктивного интернет-контента, свободы трансляции личного опыта, доступности и скорости распространения информации о неадаптивных моделях поведения в подростковой и молодежной среде. Не менее важно подчеркнуть, что на страницах социальных сетей и специализированных площадках активно обсуждаются темы, касающиеся самоповреждения, что зачастую приводит к нормализации и романтизации актов членовредительства и формирует иллюзию приемлемости подобного поведения как способа эмоциональной разрядки и поиска поддержки (Солдатова, Илюхина, 2021).

Особенности цифрового самоповреждения у подростков

Предпосылки ЦСП, вероятно, тесно связаны с механизмами, лежащими в основе традиционного самоповреждающего поведения, а также с факторами, определяющими другие формы онлайн-деструкций. Феномен, несмотря на свою уникальность, представляет собой синтез двух поведенческих направлений — классической аутоагрессии и интернет-обусловленного деструктивного взаимодействия, обладая при этом собственными интегративными особенностями.

Традиционные формы членовредительства нередко сопровождаются широким спектром психопатологических проявлений (Brunner et al., 2014; Давидовский, Игумнов, 2020). Часто подобное поведение начинается как спонтанный импульс или стремление восстановить ощущение контроля над телом и эмоциями, но со временем может перерасти в стойкую, труднопреодолимую привычку (Макарова, 2023). Характерной чертой самоповреждения в подростковом возрасте является его полиморфизм — сочетание разных способов и стратегий реализации аутоагрессии.

В исследовании, выполненном А.Б. Угловой и соавторами, систематизация подходов к оценке факторов риска показала, что большинство авторов определяют расстройства эмоционально-волевой

сферы как ключевые предикторы деструктивного поведения (Углова и др., 2023). Это совпадает с результатами, полученными С. Клире и соавторами (Cleare et al., 2021), которые также подчеркивают наличие выраженных эмоционально-мотивационных нарушений у лиц, склонных к аутоагрессии. Самоповреждающие акты могут быть спровоцированы навязчивыми негативными эмоциями, межличностными конфликтами, неспособностью контролировать поведение и повторяющимися мыслями о причинении себе вреда (Hawton et al., 2002; Андронникова, Волкова, 2020; Давидовский, Игумнов, 2020; Фаустова и др., 2020; Тирон, Яремчук, 2023). Кроме того, функция «самонаказания» чаще всего обозначается в качестве основной мотивации самоповреждающего поведения как у подростков, так и у взрослых (Давидовский, Игумнов, 2020).

Однако в цифровой среде самоповреждающее поведение принимает специфические формы. Традиционное самоповреждение часто скрывается от окружающих, поскольку многие подростки стыдятся своих проблем, боятся прямой негативной оценки или наказания за жалобы (Макарова, 2023). ЦСП же отличается публичностью, высокой демонстративностью с целью получения реакции от других пользователей, что ассоциировано с особенностями современной подростковой коммуникации в Интернете и потребностью в признании (Englander, 2012; Seko et al., 2015; Patchin, Hinduja, 2017; Erreygers et al., 2020). Исследования показывают, что подростки, которые чувствуют себя изолированными, непонятыми или подавленными, более склонны к ЦСП, чтобы привлечь к себе внимание сверстников и взрослых (Patchin, Hinduja, 2017; Erreygers et al., 2020).

Различается степень доступности исполнения обеих форм самоповреждения. Физическое требует определенных условий — уединения и наличия предметов, которыми можно нанести вред. ЦСП доступно в любое время через гаджет и наличие интернет-соединения. Эта форма может также оказывать более длительное психологическое воздействие из-за сохранения контента в сети и постоянного доступа к нему.

Публикация последствий самоповреждения подростками в цифровой среде обусловлена как правило потребностью в признании, внимании и эмоциональной поддержке. Вместе с тем подобные акты онлайн-самоповреждения нередко представляют собой выражение устойчивого негативного отношения к себе, выполняя функцию

эмоциональной регуляции и психического облегчения, а также выступая формой самонаказания (Patchin, Hinduja, 2017). Подростки, прибегающие к цифровым формам членовредительства, зачастую ориентированы на получение отклика от внешней среды — сочувствия, понимания и помощи со стороны сверстников или значимых взрослых (Харькина, Бабиева, 2023). Такие действия могут носить характер символического обращения: создание в сети образа жертвы позволяет подростку предъявить свои страдания как значимые и требующие реакции. Это одновременно и способ манифестации потребности в поддержке, и попытка преодоления чувства изоляции. Несмотря на наличие явной внешней направленности мотивации, данные проявления, вероятно, уходят корнями в глубинные негативные переживания, свойственные этому возрастному периоду. Среди них — внутренняя опустошенность, аффективная неустойчивость, выраженное самоуничижение, чувство вины, тревожность, эмоциональное напряжение, депрессивные симптомы и ощущение безысходности (Макарова, 2023).

ЦСП может быть выражено не только в публикации самоповреждений, но и через очернение собственной репутации, провоцирование негативных комментариев или публикацию контента, демонстрирующего деструктивное поведение с целью модифицирования своего образа в среде сверстников, ради развлечения и подтверждения собственных качеств и значимости (Englander, 2012; Patchin, Hinduja, 2017; Erreygers et al., 2020; Макарова, 2023). Подростки могут думать, будто подверженность публичной критике может помочь им выглядеть «крутыми» перед сверстниками. В такой ситуации само поругание в Интернете рассматривается как маркер социального статуса, а ЦСП может быть способом саморекламы, позволяющим выглядеть сильным и важным, и рассматриваться как признак популярности. Потребность в социальной принадлежности, стремление соответствовать актуальным онлайн-трендам и демонстрация взрослости могут побуждать несовершеннолетних пользователей к размещению в сети контента — фотографий, видео или текстов — компрометирующего характера, потенциально наносящего ущерб их социальной репутации как в настоящем, так и в долгосрочной перспективе (Бабулин, Черемнова, 2022).

Люди со сниженной самооценкой могут оскорблять себя анонимно в Интернете, чтобы «ловить» комплименты, провоцируя своих друзей говорить им приятные вещи в ответ на негативные ком-

ментарии. Подростки также могут стремиться привлечь к себе внимание со стороны взрослых и сверстников, которые бы беспокоились о них и «защищали» их в Интернете. К этому направлению могут примыкать мотивы ЦСП, связанные с желанием подростка узнать, каким его видят другие люди и как отреагируют на то, что над ним издеваются в сети, чтобы тем самым определить «истинность» дружбы и других чувств (Pacheco et al., 2019; Soengkoeng, Moustafa, 2022).

При акте любого самоповреждения подростки стремятся совладать с эмоциональными трудностями, но офлайн-формы чаще первично направлены на снижение психического напряжения и самонаказание, в то время как цифровая форма — на получение реакции окружающих, самоутверждение через страдания или попытку тестирования границ допустимого. Важно отметить, что снятие напряжения через самоповреждение, попытки самонаказания, самовыражение через страдание, самоиронию или гиперболизированное негативное отношение к себе — все эти мотивы встречаются как в классическом, так и цифровом формате, однако в сети они получают дополнительные каналы реализации.

Эмпирические данные подтверждают связь между цифровым и физическим самоповреждением у подростков (Patchin, Hinduja, 2017). ЦСП также коррелирует с суицидальной идеацией (Nesi et al., 2021) и попытками самоубийства (Patchin et al., 2023). Тем не менее ЦСП все же является несуйцидальной формой поведения, так как суициденты далеко не всегда наносили себе повреждения до попытки самоубийства, а подросток, наносящий себе повреждения (онлайн или офлайн), редко доходит до «последнего шага» (Макарова, 2023).

Ряд авторов характеризует самоповреждающее поведение в Интернете как «патологическую форму самопомощи» — экспрессивную стратегию купирования внутренней боли, тревоги и страха, то есть деструктивный механизм эмоциональной саморегуляции, возникающий при дефиците социально одобряемых способов снятия напряжения (Солдатов, Илюхина, 2021; Голополов, 2022; Углова и др., 2023; Мухаметзянов, 2024).

Влияние цифровой среды на самоповреждающее поведение

Для подростка интернет-среда функционирует как арена конструирования идентичности и демонстрации «идеального Я», причем негативная обратная связь от других пользователей,

может действительно существенно не отражаться на его офлайн-социальном статусе. Стремясь уклониться от реальной ответственности, подросток субъективно трансформирует виртуальное пространство в единственно безопасный «кокон» (Шевченко, Реан, 2023).

Многие отечественные и зарубежные публикации подчеркивают амбивалентность влияния цифровой среды на подростков. С одной стороны, Интернет вытесняет традиционные формы социализации, способствует формированию деструктивных привычек, расширяет доступ к аутоагрессивному контенту, повышая угрозу эмпатической десенсибилизации по отношению к таким моделям поведения. Также в отличие от реального пространства в виртуальном мире социальные нормы более подвижны, а требования к нормативному поведению выражено пластичные и имеют меньше ограничений (Богданович, Делибалт, 2024).

С другой стороны, цифровое пространство становится для многих подростков единственным ресурсом поддержки, когда другие каналы коммуникации недоступны или воспринимаются как опасные. Интернет-группы, тематические сообщества, площадки анонимной помощи и информационные ресурсы профилактики помогают снизить выраженность переживания одиночества, обмениваться опытом и получать эмоциональную помощь от сверстников или даже от специалистов.

Научная дискуссия о влиянии Интернета на самоповреждающее поведение ведется с конца 1990-х годов. Ряд авторов отмечает, что причиной развития деструктивного и аутодеструктивного поведения может являться ненормированное потребление интернет-контента и неконтролируемое пребывание детей и подростков онлайн (Польская, Якубовская, 2019; Сеницын, Сеницына, 2022). С контентом о самоубийствах и самоповреждении чаще сталкиваются те подростки, кто входит в группу «гиперподключенных» и проводит в Интернете 9 и более часов (Солдатова, Илюхина, 2021). Исследования показывают, что существует заметный эффект «информационного заражения» (*contagion effect*): подростки, часто сталкивающиеся с самоповреждающим контентом, с большей вероятностью начинают повторять увиденные практики, особенно если такие действия транслируются авторитетными для них фигурами — блогерами, кумирами, сверстниками с высоким социальным капиталом (Любов, Палаева, 2018; Любов и др., 2019; Коханая, 2022; Ковалишина, 2024). Демонстрация прямого или косвенного деструктивного поведения (как по отношению

к себе, так и к окружающим), активное публичное обсуждение личного опыта в сфере психического здоровья, романтизация болезненных состояний и страданий могут быть восприняты аудиторией как стиль жизни или «норма» самовыражения. Однако стоит отметить, что соответственно одному из критериев определения ЦСП — данная форма самоповреждения не содержит открытых призывов к воспроизведению акта для потребляющих контент пользователей (Польская, Якубовская, 2019).

С помощью публикации фотографий самоповреждений подростки также чувствуют свою принадлежность к некоторой группе. Распространены сетевые сообщества, в которых подростки делятся опытом самоповреждений и поддерживают друг друга в аутоагрессии, поощряют участие в опасных практиках и «челленджах», связанных с нанесением себе вреда. При этом существует иллюзорная безопасность процесса — размещенный контент часто анонимен (Englander, 2012; Patchin, Hinduja, 2017; Польская, Якубовская, 2019; Erreygers et al., 2020), что позволяет пользователям максимально открыто обсуждать свои проблемы.

В рассматриваемом контексте существует риск формирования «вторичной выгоды»: публикации, демонстрирующие акты аутоагрессии, привлекают существенно более высокий объем внимания и вызывают интенсивный эмоциональный отклик пользователей, что может побуждать подростка к повторным, а порой и более тяжким самоповреждениям (Харькина, Бабиева, 2023). У несовершеннолетних формируется установка на поддержание симптома, поскольку таким образом компенсируется дефицит признания и уменьшается внутреннее напряжение. Социально малоуспешный и тревожный подросток склонен к демонстративному аутоагрессивному поведению в качестве средства достижения популярности и заметности. Прослеживается тесная связь между выраженностью аутоагрессии и степенью успешной либо затрудненной социализации подростка (Шевченко, Реан, 2023).

Несмотря на риски, интернет-среда способна оказывать и поддерживающее влияние на лиц с аутоагрессивным и суицидальным поведением. Виртуальная коммуникация предоставляет пользователям, испытывающим изоляцию и эмоциональный дистресс, дополнительный ресурс социальной поддержки (Сидорова и др., 2018). Цифровое пространство расширяет спектр возможностей для равного взаимодействия со сверстниками, поиска релевантной информации о собственном состоянии и доступных стратегиях самопомощи

(Польская, Якубовская, 2019). Онлайн-общение укрепляет неформальные сети содействия, основанные на уникальном опыте и эмпатии, которые нередко недоступны подростку в офлайн-контексте (Любов, Палаева, 2018). Следует учитывать и существующее многообразие информационных инструментов психокоррекции, локально функционирующих во многих странах, ориентированных на лиц с суицидальными намерениями и самоповреждениями. Хотя правдиво и то, что легкодоступность обсуждения может усиливать деструкцию через поощрение использования ранее неизвестных способов самоповреждения и отождествление себя с жертвой (Любов, Палаева, 2018; Польская, Якубовская, 2019; Солдатова, Илюхина, 2021; Голополосов, 2022).

Алгоритмы социальных сетей автоматически подбирают контент в соответствии с интересами пользователя. Если подросток проявляет повышенный интерес к теме самоповреждения (например, ищет соответствующий хэштег, лайкает, подписывается), ему начинает транслироваться больше аналогичных публикаций, что может усугублять симптомы и подавлять позитивные сценарии выхода из кризиса. Распространенность деструктивных тематических сообществ, анонимность и иллюзия безопасности, отсутствие немедленного контроля и надзора — все эти факторы увеличивают риски не только ознакомления с аутоагрессивным поведением, но и его эскалации (Солдатова, Илюхина, 2021).

Установлено, что пассивное наблюдение самоповреждающего контента в социальных сетях само по себе не коррелирует с увеличением частоты самоповреждений у подростков. Напротив, активное размещение собственных эпизодов аутоагрессии достоверно сопряжено с более высоким риском суицидальных попыток и суицидального поведения на протяжении жизни (Харькина, Бабиева, 2023). При этом 87% госпитализированных подростков 12–17 лет практикующих селфхарм до появления первых порезов сталкивались с визуальными изображениями членовредительства, впервые увидев их в среднем в 11 лет. По приблизительным оценкам, две трети несовершеннолетних регулярно встречают в сети контент о суициде и самоповреждении, и каждый десятый не только одобряет, но и репостит либо создает подобные материалы (Солдатова, Илюхина, 2020). Кроме того, каждый пятый школьник (18%) после парасуицидального эпизода признал, что принятие решения было опосредовано влиянием социальных платформ (Харькина, Бабиева, 2023).

Наиболее часто в группу риска попадают подростки, имеющие психологические трудности, в том числе подвергающиеся физическому, сексуальному и эмоциональному насилию. Кроме того, подростки популяризируют и распространяют подобный контент среди сверстников, что впоследствии может приводить к вовлечению в аутодеструктивное поведение тех, кто ранее выступал в роли наблюдателя (Солдатова, Илюхина, 2020). Подобные тенденции приводят к возникновению психологических последствий и нарушениям адаптации у подростков, а также могут заканчиваться госпитализацией в соматические и психиатрические медицинские учреждения, а иногда и летальным исходом.

Однако, как уже было отмечено ранее, несмотря на преобладание в массовом сознании негативной коннотации, интернет-коммуникация может сыграть решающую роль в профилактике и минимизации рисков деструктивного поведения подростков. Во многих странах функционируют специализированные онлайн-платформы, направленные на профилактику суицидов, обучение навыкам самопомощи, консультирование в режиме чата, предоставление анонимной психологической поддержки. Появилась практика использования мобильных приложений для контроля эмоционального состояния, анализа мыслей и отслеживания психоэмоциональных «триггеров». Интернет-порталы и тематические сообщества в социальных сетях, ориентированные на суицидопрофилактику и продвижение здорового образа жизни среди молодежи, способны формировать «эффект Папаге-но», то есть уменьшать суицидальную активность посредством трансляции позитивных, альтернативных сценариев выхода из кризисных ситуаций (Харькина, Бабиева, 2023). Виртуальное взаимодействие предоставляет подросткам с особыми трудностями возможность найти поддерживающее сообщество, анонимно делиться переживаниями и получать эмпатичные отклики и практические рекомендации от ровесников, сталкивавшихся с аналогичными проблемами. Подобные сети взаимопомощи формируют неформальный, но значимый ресурс поддержки, который нередко недоступен офлайн из-за опасений осуждения и стигматизации.

Заключение

Хотя традиционное и цифровое самоповреждение различаются по форме, их объединяют общие психологические причины: дефицит эмоциональной поддержки в реальной жизни, потребность справиться с негативными переживаниями или

чувством одиночества, желание ощутить контроль над своей жизнью через самоповреждение, стремление подражать кумирам или сверстникам и романтизация отношения к самоповреждению. Для обоих вариантов аутоагрессии особую уязвимость имеют подростки с выраженной эмоциональной дисрегуляцией — преобладанием негативного аффекта, чувством внутренней пустоты и импульсивностью (Любов и др., 2019; Голополосов, 2022).

Современные данные подтверждают тесную взаимосвязь между ЦСП и офлайн-членовредительством. Подростки, практикующие цифровое самоповреждение, значительно чаще склонны к аналогичному поведению вне сети. Анализируя тематические сообщества, форумы и группы поддержки, исследователи выявляют, что многие подростки начинают с просмотра или обсуждения чужих случаев, затем переходят к демонстрации собственных, а в дальнейшем — к непосредственному воспроизведению аутоагрессивных моделей поведения в реальной жизни.

Немаловажно учитывать эффект нормализации: регулярное потребление деструктивного контента снижает порог страха и тревоги перед членовредительством, приводит к снижению критичности восприятия собственных рисков и формирует иллюзию контроля над ситуацией. Публичная демонстрация самоповреждающего поведения в сети, вопреки ожиданиям, не снижает его частоту в реальной жизни, а напротив — способствует дальнейшему закреплению модели.

В то же время некоторые исследования показывают, что не любое столкновение с тематическим контентом ведет к повторению опасных действий. Многие подростки, испытывающие трудности, наоборот находят в Интернете информацию о том, как избежать аутоагрессии, делятся опытом выздоровления и поддерживают тех, кто оказался в кризисе.

Цифровая среда оказывает значительное влияние как на физическое, так и на цифровое самоповреждающее поведение. Интернет-пространство формирует условия, которые могут как способствовать развитию таких форм самоповреждения, так и препятствовать им за счет профилактических программ и доступности психологической помощи. С этой точки зрения важно не только предотвращать физическое самоповреждение, но и отслеживать деструктивное поведение в онлайн-пространстве, обеспечивая поддержку и формируя здоровые стратегии совладания со стрессом.

Очевидна необходимость комплексного подхода к профилактике обеих форм самоповреждающего поведения, направленной на устранение причин нарушения психологического благополучия и стимулирование позитивного функционирования подростка. Необходимо обеспечение доступности и приемлемости получения медико-психологической помощи подростками, популяризация ресурсов и возможностей этой помощи.

Литература:

1. Андронникова О.О., Волкова Е.Н. Аналитический обзор зарубежных публикаций по проблеме суицидального и аутодеструктивного поведения детей и подростков // СМАЛЬТА. 2020. № 3. С. 5–24.
2. Бабурин В.В., Черемнова Н.А. Травля в информационном пространстве кибербуллинг и виктимность малолетних и несовершеннолетних лиц // Алтайский юридический вестник. 2022. № 3(39). С. 54–59.
3. Богданович Н.В., Делибалт В.В. Девиантное онлайн-поведение: от классификации видов к анализу программ и технологий помощи // Психология и право. 2024. Т. 14. № 2. С. 45–66.
4. Голополосов Е.Ю. Аутодеструктивный контент в социальных сетях // Психологически безопасная образовательная среда: проблемы проектирования и перспективы развития: сборник материалов IV Международной научно-практической конференции. Тула, 12 окт. 2022 г. ТГПУ им. Л.Н. Толстого, БГПУ им. М. Танка. Чебоксары: Издательский дом «Среда», 2022. С. 365–367.
5. Давидовский С.В., Игумнов С.А. Современные концепции и особенности проявления самоповреждающего поведения // Суицидология. 2020. Т. 11. № 3. С. 33–43.
6. Дарьин Е.В., Зайцева О.Г. Эпидемиология несуйцидального самоповреждающего поведения (несистематический повествовательный обзор) // Обозрение психиатрии и медицинской психологии им. В.М. Бехтерева. 2023. Т. 57. № 2. С. 8–19.
7. Ковалишина К.В. К вопросу о необходимости усовершенствования правового регулирования деятельности блогеров в Российской Федерации (гуманитарный аспект) // Экономика, управление, право и общество: Сборник материалов VIII Межрегиональной научно-практической сетевой Интернет-конференции, Симферополь, 20 октября 2023 года. Симферополь: Издательство Типография «Ариал», 2024. С. 229–231.

8. *Коханая О.Е.* Цифровые медиа как фактор, провоцирующий девиантное поведение несовершеннолетних // Научные труды Московского гуманитарного университета. 2022. № 1. С. 30–38.
9. *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.
10. *Любов Е.Б., Палаева Р.И.* «Молодые» суициды и интернет: хороший, плохой, злой // Суицидология. 2018. Т. 9. № 2. С. 72–81.
11. *Макарова Е.А.* Самоповреждающее поведение детей и подростков в сети Интернет // Вестник Таганрогского института управления и экономики. 2023. № 1(37). С. 49–55.
12. *Мухаметзянов И.Ш.* Предупреждение девиантного поведения и насилия в семье // Семейные ценности и ценностное отношение к семье: методология и позитивный опыт: монография. М.: ООО «МАКС Пресс», 2024. С. 363–378.
13. *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.
14. *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.
15. *Синицын Ю.Н., Синицына Е.Ю.* Деструктивные проявления у обучающихся в цифровой среде // Цифровизация в системе образования: теоретические и прикладные аспекты: материалы III ежегодной Всероссийской научно-практической конференции. Краснодар, 25 марта 2022 года. М.: Издательство «Мир науки», 2022. С. 172–175.
16. *Солдатова Г.У., Илюхина С.Н.* Аутодеструктивное поведение подростков и молодежи в Интернете: анализ кейсов // Цифровое общество как культурно-исторический контекст развития человека: сборник научных статей и материалов III международной конференции. Коломна, 12–14 февраля 2020 г. Коломна: ГОУ ВО Московской области «Государственный социально-гуманитарный университет», 2020. С. 371–376.
17. *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.
18. *Тирон С.С., Яремчук С.В.* Самоповреждающее поведение и конфликтоустойчивость подростков // Вестник Прикамского социального института. 2023. № 1(94). С. 153–157.
19. *Углова А.Б., Богдановская И.М., Низомутдинов Б.А.* Модель саморазрушающего поведения современной молодежи на основе синтеза биопсихосоциальной и киберпсихологической парадигм // Перспективы науки и образования. 2023. № 1(61). С. 432–450.
20. *Фаустова И.В., Комлик Л.Ю., Филатова И.Ю., Копылова Н.М.* Социально-психологические детерминанты саморазрушающего поведения подростков // Мир науки. Педагогика и психология. 2020. Т. 8. № 4. С. 60.
21. *Харькина Т.В., Бабиева Н.С.* Саногенный и патогенный эффект использования социальных сетей у подростков с аутоагрессивным поведением // Актуальные проблемы клинической психологии и практика их решения: материалы Всероссийской научно-практической конференции. Ростов-на-Дону, 23–24 ноября 2023 г. М.: «Кредо», 2023. С. 281–286.
22. *Шевченко А.О., Реан А.А.* Агрессия подростков и ее профилактика в контексте проблем воспитания. Глава 3. // Психология воспитания и профилактика девиантного поведения: учебное пособие. М.: Московский педагогический государственный университет, 2023. С. 56–81.
23. *Brunner R., Kaess M., Parzer P. et al.* Life-time prevalence and psychosocial correlates of adolescent direct self-injurious behavior: a comparative study of findings in 11 European countries // Journal of Child Psychology and Psychiatry. 2014. V. 55. P. 337–348.
24. *Cleare S., Wetherall K., O'Connor R.* Using the integrated motivational-volitional (IMV) model of suicidal behavior to differentiate those with and without suicidal intent in hospital-treated self-harm // Preventive Medicine. 2021. V.152. Art.106592.
25. *Englander E.* Digital self-harm: frequency, type, motivations, and outcomes // MARC Research Reports. 2012. Paper 5. URL: https://vc.bridgew.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1004&context=marc_reports
26. *Erreygers S., Symons M., Vandebosch H., Pabian S.* Fictitious online victimization: exploration and creation of a measurement instrument // New Media and Society. 2020. V. 24. № 1. P. 156–177.

27. *Hawton K., Rodham K., Evans E., Weatherall R.* Deliberate self-harm in adolescents: self-report survey in schools in England // *BMJ*. 2002. V. 325. P. 1207–1211.
28. *Nesi J., Burke T.A., Lawrence H.R., MacPherson H.A., Spirito A., Wolff J.C.* Online self-injury activities among psychiatrically hospitalized adolescents: prevalence, functions, and perceived consequences // *Research on Child and Adolescent Psychopathology*. 2021. V. 49. № 4. P. 519–531.
29. *Pacheco E., Melhuish N., Fiske J.* Digital self-harm: prevalence, motivations and outcomes for teens who cyberbully themselves. Wellington, New Zealand, 2019. <https://doi.org/10.31235/osf.io/56cyb>
30. *Patchin J.W., Hinduja S.* Digital self-harm among adolescents // *Journal of Adolescent Health*. 2017. V. 61. № 6. P. 761–766.
31. *Patchin J.W., Hinduja S., Meldrum R.C.* Digital self-harm and suicidality among adolescents // *Child and Adolescent Mental Health*. 2023. V. 28. № 1. P. 52–59.
32. *Seko Y., Kidd S.A., Wiljer D., McKenzie K.J.* On the creative edge: exploring motivations for creating non-suicidal self-injury content online // *Qualitative Health Research*. 2015. V. 10. P. 1334–1346.
33. *Soengkoeng R., Moustafa A.A.* Digital self-harm: an examination of the current literature with recommendations for future research // *Discover Psychology*. 2022. V. 2. № 1. P. 19.

DIGITAL AND TRADITIONAL FORMS OF SELF-HARM IN MODERN TEENAGERS

© **Elena N. Volkova**

Doctor of Psychology, Professor, Leading Researcher,
Laboratory of Childhood Psychology and Digital Socialization
Federal Scientific Center for Psychological and Interdisciplinary Research, Moscow, Russia
envolkova@yandex.ru; ORCID: 0000–0001–9667–4752

© **Aleksandra A. Orlova**

Junior Researcher, Laboratory of Childhood Psychology and Digital Socialization,
Federal Scientific Center for Psychological and Interdisciplinary Research,
Moscow, Russia
ao_23@mail.ru; ORCID: 0009–0009–2993–0926

The article examines the phenomenon of digital self-harming behavior in adolescents, its features and differences from traditional forms of self-harming behavior. The influence of the digital environment on the formation and maintenance of self-harm in adolescents is shown. The motives of adolescents involved in digital self-harm are analyzed.

Keywords: self-harming behavior, digital self-harm, digital self-harm, adolescents

REFERENCES

1. *Andronnikova O.O., Volkova E.N.* (2020). Analytical review of foreign publications on the problem of suicidal and self-destructive behavior of children and adolescents // *SMALTA*. № 3. P. 5–24.
2. *Baburin V.V., Cheremnova N.A.* (2022). Bullying in the information space, cyberbullying and victimization of minors and underage people // *Altai Law Bulletin*. № 3(39). P. 54–59.
3. *Bogdanovich N.V., Delibalt V.V.* (2024). Deviant online behavior: from classification of types to analysis of programs and technologies of assistance // *Psychology and Law*. V. 14. № 2. P. 45–66.
4. *Golopolosov E. Yu.* (2022). Self-destructive content in social networks // Psychologically safe educational environment: design problems and development prospects: collection of materials of the IV International scientific and practical conference. Tula, October 12, 2022. TSPU is named after L.N. Tolstoy, BSPU is named after M. Tank. Cheboksary: Publishing house «Sreda». P. 365–367.
5. *Davidovsky S.V., Igumnov S.A.* (2020). Modern concepts and features of manifestation of self-harming behavior // *Suicidology*. V. 11. № 3. P. 33–43.

6. *Dar'in E.V., Zaitseva O.G.* (2023). Epidemiology of non-suicidal self-harming behavior (non-systematic narrative review) // Review of Psychiatry and Medical Psychology named after V.M. Bekhtereva. V. 57. № 2. P. 8–19.
7. *Kovalishina K.V.* (2024). On the Need to Improve Legal Regulation of Bloggers' Activities in the Russian Federation (Humanitarian Aspect) // Economy, Management, Law and Society: Collection of Materials of the VIII Interregional Scientific and Practical Network Internet Conference, Simferopol, October 20, 2023. Simferopol: Arial Printing House. P. 229–231.
8. *Kokhanaya O.E.* (2022). Digital Media as a Factor Provoking Deviant Behavior in Minors // Scientific Works of the Moscow Humanitarian University. № 1. P. 30–38.
9. *Lyubov E.B., Zotov P.B., Bannikov G.S.* (2019). Self-harming behavior of adolescents: definitions, epidemiology, risk factors and protective factors. Message I // Suicidology. V. 10. № 4(37). P. 16–46.
10. *Lyubov E.B., Palaeva R.I.* (2018). «Young» suicides and the Internet: the good, the bad, the evil // Suicidology. V. 9. № 2. P. 72–81.
11. *Makarova E.A.* (2023). Self-harming behavior of children and adolescents on the Internet // Bulletin of the Taganrog Institute of Management and Economics. № 1(37). P. 49–55.
12. *Mukhametzyanov I. Sh.* (2024). Prevention of deviant behavior and domestic violence // Family values and value attitude towards the family: methodology and positive experience: monograph. M.: OOO «MAX Press». P. 363–378.
13. *Polskaya N.A., Yakubovskaya D.K.* (2019). The influence of social networks on self-harming behavior in adolescents // Counseling psychology and psychotherapy. V. 27. № 3. P. 156–174.
14. *Sidorova M. Yu., Matsepuro D.G., Gaibullaev A.Z.* (2018). Cybersuicide and digital self-harm: general issues and computer solutions. Part 1 // Social and clinical psychiatry. V. 28. № 3. P. 92–104.
15. *Sinitsyn Yu.N., Sinitsyna E. Yu.* (2022). Destructive manifestations in students in the digital environment// Digitalization in the education system: theoretical and applied aspects: materials of the III annual All-Russian scientific and practical conference. Krasnodar, March 25, 2022. Moscow: Mir Nauki Publishing House. P. 172–175.
16. *Soldatova G.U., Ilyukhina S.N.* (2020). Self-destructive behavior of adolescents and young people on the Internet: case analysis // Digital society as a cultural and historical context for human development: collection of scientific articles and materials of the III international conference. Kolomna, February 12–14, 2020 Kolomna: State Educational Institution of Higher Education of the Moscow Region «State Social and Humanitarian University». P. 371–376.
17. *Soldatova G.U., Ilyukhina S.N.* (2021). Self-destructive online content: features of assessment and response of adolescents and young people // Counseling psychology and psychotherapy. V. 29. № 1. P. 66–91.
18. *Tiron S.S., Yaremchuk S.V.* (2023). Self-harming behavior and conflict resistance of adolescents// Bulletin of the Prikamsky Social Institute. № 1(94). P. 153–157.
19. *Uglova A.B., Bogdanovskaya I.M., Nizomutdinov B.A.* (2023). Model of self-destructive behavior of modern youth based on the synthesis of biopsychosocial and cyberpsychological paradigms // Prospects of science and education. № 1(61). P. 432–450.
20. *Faustova I.V., Komlik L. Yu., Filatova I. Yu., Kopylova N.M.* (2020). Social and psychological determinants of self-destructive behavior in adolescents // The world of science. Pedagogy and psychology. V. 8. № 4. P. 60.
21. *Kharkina T.V., Babieva N.S.* (2023). Sanogenic and pathogenic effect of using social networks in adolescents with autoaggressive behavior // Actual problems of clinical psychology and practice of their solution: materials of the All-Russian scientific and practical conference. Rostov-on-Don, November 23–24, 2023. Moscow: «Credo». P. 281–286.
22. *Shevchenko A.O., Rean A.A.* (2023). Adolescent aggression and its prevention in the context of educational problems. Chapter 3. // Psychology of education and prevention of deviant behavior: a tutorial. Moscow: Moscow State Pedagogical University. P. 56–81.
23. *Brunner R., Kaess M., Parzer P. et al.* (2014). Life-time prevalence and psychosocial correlates of adolescent direct self-injurious behavior: a comparative study of findings in 11 European countries // Journal of Child Psychology and Psychiatry. V. 55. P. 337–348.
24. *Cleare S., Wetherall K., O'Connor R.* (2021). Using the integrated motivational-volitional (IMV) model of suicidal behavior to differentiate those with and without suicidal intent in hospital-treated self-harm // Preventive Medicine. V.152. Art.106592.

25. *Englander E.* (2012). Digital self-harm: frequency, type, motivations, and outcomes // MARC Research Reports. Paper 5. URL: https://vc.bridgew.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1004&context=marc_reports
26. *Erreygers S., Symons M., Vandebosch H., Pabian S.* (2020). Fictitious online victimization: exploration and creation of a measurement instrument // *New Media and Society*. V. 24. № 1. P. 156–177.
27. *Hawton K., Rodham K., Evans E., Weatherall R.* (2002). Deliberate self-harm in adolescents: self-report survey in schools in England // *BMJ*. V. 325. P. 1207–1211.
28. *Nesi J., Burke T.A., Lawrence H.R., MacPherson H.A., Spirito A., Wolff J.C.* (2021). Online self-injury activities among psychiatrically hospitalized adolescents: prevalence, functions, and perceived consequences // *Research on Child and Adolescent Psychopathology*. V. 49. № 4. P. 519–531.
29. *Pacheco E., Melhuish N., Fiske J.* (2019). Digital self-harm: prevalence, motivations and outcomes for teens who cyberbully themselves. Wellington, New Zealand. <https://doi.org/10.31235/osf.io/56cyb>
30. *Patchin J.W., Hinduja S.* (2017). Digital self-harm among adolescents // *Journal of Adolescent Health*. V. 61. № 6. P. 761–766.
31. *Patchin J.W., Hinduja S., Meldrum R.C.* (2023). Digital self-harm and suicidality among adolescents // *Child and Adolescent Mental Health*. V. 28. № 1. P. 52–59.
32. *Seko Y., Kidd S.A., Wiljer D., McKenzie K.J.* (2015). On the creative edge: exploring motivations for creating non-suicidal self-injury content online // *Qualitative Health Research*. V. 10. P. 1334–1346.
33. *Soengkoeng R., Moustafa A.A.* (2022). Digital self-harm: an examination of the current literature with recommendations for future research // *Discover Psychology*. V. 2. № 1. P. 19.