Усок Альбина Николаевна
магистрант
Ивушкина Елена Борисовна
д-р филос. наук, профессор, заведующий кафедрой

Институт сферы обслуживания и предпринимательства (филиал)
ФГБОУ ВО «Донской государственный технический университет»
г. Шахты, Ростовская область

DOI 10.31483/r-169918

СОЦИАЛЬНО-ФИЛОСОФСКИЕ АСПЕКТЫ ВЛИЯНИЯ ЦИФРОВЫХ МЕДИА НА СУИЦИДАЛЬНОЕ ПОВЕДЕНИЕ ПОДРОСТКОВ

Аннотация: *в статье рассматривается роль цифровых медиа и онлайн-среды в формировании суицидального поведения у подростков. Рассматриваются специфические факторы, связанные с использованием социальных сетей, мессенджеров, социальное сравнение, кибербуллинг. Актуальность заключается в том, что вопрос о кибербуллинге является очень обсуждаемым, ведь с каждым днем вырастает количество пользователей социальных сетей, и каждый из них может быть подвергнут кибербуллингу, то есть использовать цифровые средства массовой информации с целью психологического преследования третьих лиц. Обсуждаются возможности информационных технологий в профилактике суицидального поведения, а также этические ограничения цифровых подходов. Делается вывод о необходимости онлайн и офлайн факторов и разработке междисциплинарного подхода к осуществлению безопасности подростков в цифровой среде.*

Ключевые слова: *суицидальное поведение, цифровые медиа, подросток, кибербуллинг, психическое здоровье, онлайн-факторы риска, социальные сети, цифровая профилактика.*

Введение.

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

«Последнее десятилетие характеризуется формированием глобального цифрового пространства и социально-экономической трансформацией мировой и российской хозяйственной системы. Происходит трансформационный переход от индустриальной экономики к цифровой. Цифровая трансформация создаёт высокотехнологичные инфраструктуры (цифровое пространство), изменяет экономические отношения (цифровая экономика), новый уровень отношений между обществом и государством (цифровое правительство). И, как следствие, создаёт новое цифровое общество» [7, с. 156–161].

Цифровое пространство стало неотъемлемой частью повседневной жизни современных подростков. Цифровые медиа представляют собой совокупность технологий, направленных на обеспечение создания, распространения и потребления информации в электронной среде. К ним относятся сети, мессенджеры, стриминговые платформы, блоги, форумы и другие составляющие информационного пространства. Выделяя различия по сравнению с традиционными средствами массовой информации, цифровые медиа направлены на мгновенность обратной связи между участниками, персонализацию контента и особенно высокую вовлечённость пользователя в информационное пространство [2, с. 35].

Материалы и методы.

В ходе исследования использовался комплекс научных методов, включая анализ и синтез, системный и сравнительный подходы, контент-анализ научных публикаций и нормативных документов. Такой методологический инструментарий позволил всесторонне рассмотреть особенности и тенденции влияния цифровых медиа на суицидальное поведение подростков, выявить ключевые проблемы и сформулировать практические рекомендации.

Обсуждение.

Подавляющее большинство подростков в возрасте от 12 до 18 лет на постоянной основе используют социальные сети, общаясь при помощи сообщений, видеоконтента, например шортсов и рилсов, а также прибегают к чрезмерному использованию онлайн-игр.

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

Если раньше интернет служил дополнительным пространством, то сейчас приобрёл статус основной среды взаимодействия между людьми, а также стал фактором самопрезентации и сформированной идентичности. Наряду с существующими преимуществами информационного пространства, такими как доступность информации в разнообразном количестве, поддержание связей или же возможность выражения личности, существуют и недостатки информационного пространства, выражающиеся в уязвимости подростков, формирующихся в рисках психического здоровья, а именно связанных с суицидальным поведением.

Уязвимость к суицидальным тенденциям в подростковом возрасте является сама по себе закономерной, так как в данном возрасте присутствует импульсивность, чувствительность к одобрению со стороны сверстников и особенно противоположного пола, а также отмечаются интенсивные эмоциональные переживания, вызванные недостаточно сформированными навыками регуляции эмоций. Поэтому именно цифровая среда и усиливает эти факторы: социальное сравнение постоянно, возможности анонимности постоянны, а травля не ограничена ни временными рамками, ни пространственными [5, с. 31].

«Жертвами кибербуллинга становятся чаще всего дети и подростки. Взрослые также могут подвергнуться данному явлению. Актуальность заключается в том, что вопрос о кибербуллинге на сегодняшний день является очень обсуждаемым, ведь с каждым днём вырастает количество пользователей социальных сетей, и каждый из них может быть подвергнут кибербуллингу» [1, с. 153].

Исходя из этого, изучение информационной среды, повышающей суицидальные тенденции, является не только актуальной научной задачей, но и практической необходимостью, направленной на разработку профилактических мероприятий, позволяющих снизить суицидальные риски среди молодых людей. Стоит сказать, что создаваемые алгоритмы направлены на удержание внимания пользователей, нередко продвигающих эмоционально заряженный контент, включающий сцены самоповреждения и суицида в принципе. Неограниченная доступность социальных сетей стирает границы онлайн- и офлайн-жизни у поль-

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

зователей информационной паутины, особенно у подростков, делая их уязвимыми на постоянной основе. Уместно отметить понятие кибербуллинга, под которым следует понимать одну из форм онлайн-риска, непосредственно связанную с суицидальным поведением. Под ним стоит понимать намеренное, повторяющееся агрессивное поведение, выражающееся через социальные сети. К таким приёмам относятся оскорбления в комментариях или в личных сообщениях, распространение слухов, угрозы, шантаж, создание фейковых аккаунтов и распространение на них оскорбительных фотографий и постов. По многочисленным исследованиям показано, что подростки, подвергшиеся кибербуллингу, демонстрируют наиболее высокий уровень депрессии, тревоги, одиночества, а самое главное – появление суицидальных мыслей, переходящих в действие, т. е. отказ от собственного существования. Жертвы, подвергшиеся кибербуллингу, не рассказывают о происходящем взрослым, опасаясь чувства стыда или страха, а особенно боязнь ограничения доступа к устройству заставляет подростков молчать о подобных ситуациях. Особенность кибербуллинга выражается в том, что он не ограничивается временными рамками в отличие от традиционной травли, которая может закончиться по окончании обучения в школе; он может сохраняться круглосуточно. Чувство беспомощности у жертвы усиливается в анонимности агрессора, а если информация распространяется на широкую аудиторию, то развивается и чувство публичного унижения. Цифровые следы травли сохранны и могут воспроизводиться в любой момент, поддерживая хронический стресс и разрушая личность.

Отдельного внимания заслуживает рассмотрение самопрезентации и сравнения себя с другими. Подростки, наблюдая отредактированные, отфильтрованные и шаблонные изображения своих сверстников, начинают думать шаблонно и негибко, зацикливаясь и стремясь воссоздать в своей жизни эту шаблонную идеализированную жизнь. Подобное подражательное поведение, направленное на смещение в сторону идеализированных образов, в результате приводит к заниженной самооценке, неудовлетворённости собственной жизнью и своими достижениями, а также социальным статусом. Постоянное ощущение собственной

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

неполноценности может перерасти в устойчивое негативное отношение к себе, которое является одним из когнитивных факторов, приводящих к суицидальному поведению.

Важно сказать о содержании большого объёма контента цифровых платформ, публикующих ролики с самоповреждением, суицидальными мыслями и способами отказа от жизни [3, с. 84]. Подобный контент может служить как провокационным, так и замаскированным под определёнными образами, мемами или короткими видео. Исследования подтверждают существование связи между потреблением контента о самоповреждении и ростом суицидальных мыслей и поведения среди подростков. Особую опасность представляют собой онлайн-сообщества, где суицид романтизируют, а попытки получения помощи отвергаются и считаются неуместными [6, с. 213]. Подобное движение было популярно в 2016–2017 годах под названием «Синий кит», где участникам давались задания для выполнения, а направленность была сосредоточена на уходе из жизни этих участников. Но не стоит забывать, что существуют и сообщества, оказывающие помощь, поддержку и восстановление, которые снижают риск суицидального поведения. Но эффективность данных сообществ или служб в принципе зависит от последовательности, скорости реагирования и учёта возрастных особенностей каждого подростка.

Одним из наиболее перспективных направлений для предотвращения суицидального поведения служит анализ цифровых следов, к которым относятся тексты, публикации, а также поисковые запросы. В настоящее время разрабатываются чат-боты, направленные на оказание психологической помощи, помогающие оценить уровень риска и направить к соответствующему специалисту подростка, чтобы ослабить искажённые убеждения и исключить потребность в уходе из собственной жизни. Разработаны и мобильные приложения, направленные на регистрацию и мониторинг настроения, дневники эмоций и самонаблюдения, а также платформы для связи с психологами, способствующие расширению доступности помощи, особенно для подростков, проживающих в отдалённых реги-

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

онах. Одна из причин полезности социальных сетей – распространённость информации о кризисных службах, а также размещение предупреждающих баннеров и обеспечение модерации опасного контента. Но наблюдаются и недостатки цифровой профилактики, так как автоматическое выявление риска может давать ложные срабатывания, что чревато как излишним вмешательством, так и неоказанием помощи, а самое главное – живое общение не способно заменить цифровыми инструментами [4, с. 802].

Существует ряд этических сложностей при изучении онлайн-факторов суицидального риска: исследователи должны соблюдать принцип «не навреди», учитывать уязвимость подростковой категории, избегать публикации детальных описаний способов суицида, а также позаботиться о безопасности участников. Наиболее важным направлением является разработка этических стандартов для цифровых исследований в области психологического здоровья, а также обучение специалистов работе с онлайн-рисками. Психологи, педагоги и родители должны понимать и распознавать признаки суицидального поведения, особенно в условиях информационной среды.

Выводы.

Таким образом, цифровые медиа стали неотъемлемой частью жизни современных подростков и одновременно новым пространством для формирования суицидального поведения среди подростков. Для обеспечения эффективности снижения данной тенденции психологам необходимо учитывать цифровое пространство в оценке и консультировании подростков. Разработчики обязаны внедрять механизмы безопасности и прозрачности алгоритмов. Родители и педагоги, в свою очередь, должны вести открытый диалог о цифровом пространстве, а не ограничивать запретами. Только при реализации комплексного подхода, объединяющего онлайн- и офлайн-стратегии, может быть реализована способность снижения суицидального риска у подростков в условиях цифровизации.

Представляется очень важным, особенно в детской и подростковой аудитории, развивать осознанное и ценностное отношение к своему поведению в Интернете и транслировать последовательную систему мер предосторожности,

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

чтобы снизить риск того, что ребёнок или подросток окажется в роли предмета или инициатора киберпреследования.

Список литературы

1. Бенгина, Е. А. Кибербуллинг как новая форма угрозы психологическому здоровью личности подростка / Е. А. Бенгина // Вестник университета. Современные тенденции в психологии. – 2018. – № 2. – С. 153–156.

2. Войскунский, А. Е. Психология и интернет / А. Е. Войскунский. – Москва : Акрополь, 2010. – 439 с.

3. The Power of the Web: A Systematic Review of Studies of the Influence of the Internet on Self-Harm and Suicide in Young People / K. Daine, K. Hawton, V. Singaravelu [et al.] // PLoS ONE. – 2013. – Vol. 8, No. 10. – e77555.

4. O'Keeffe, G. S. The impact of social media on children, adolescents, and families / G. S. O'Keeffe, K. Clarke-Pearson // Pediatrics. – 2011. – Vol. 127, No. 4. – P. 800–804.

5. Солдатова, Г. У. Цифровая социализация российских подростков: сквозь призму сравнения с подростками 18 европейских стран / Г. У. Солдатова, Е. И. Рассказова // Социальная психология и общество. – 2023. – Т. 14, № 3. – С. 11–30.

6. Hinduja, S. Bullying, Cyberbullying, and Suicide / S. Hinduja, J. W. Patchin // Archives of Suicide Research. – 2010. – Vol. 14, No. 3. – P. 206–221.

7. Human capital and identity in the global digital space / N. Z. Aliyeva, E. B. Ivushkina, N. I. Morozova, S. L. Vasenev // Advances in Intelligent Systems and Computing. – 2020. – Vol. 1100. – P. 156–161.

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)