

## Влияние социальных сетей на психическое здоровье детей и подростков

**Пережогин Л.О.** врач-психотерапевт, доктор медицинских наук, доцент,  
руководитель отделения социальной психиатрии детей и подростков

ФГБУ «Национальный медицинский исследовательский центр психиатрии и наркологии им. В.П. Сербского» Минздрава России  
Москва, Россия

**Цель:** изучение патогенетических механизмов зависимости от социальных сетей и их воздействия на происхождение, клиническую картину и динамику психических расстройств у пользователей подросткового и юношеского возраста.

**Методы.** Анализ литературы с 1996 по 2021 гг. Предпочтение отдавалось аналитическим обзорам и оригинальным исследованиям, а среди них – работам, доступным в полнотекстовом формате.

**Результаты.** Рассмотрена связь злоупотребления активностью в социальных сетях с психическими расстройствами, в том числе – депрессиями, тревожными расстройствами, самоповреждающей и суицидальной активностью, расстройствами пищевого поведения.

**Заключение.** Установлена положительная корреляция между злоупотреблением активностью в социальных сетях и проявлениями аффективных расстройств (тревога и депрессии) и сопутствующими им самоповреждениями и суицидальной активностью, злоупотреблением алкоголем и другими ПАВ.

**Ключевые слова:** интернет-зависимость, социальные сети, дети, подростки, депрессии, тревожные расстройства, нервная анорексия, самоповреждения, суициды, кибернасилие.

**Для цитирования:** Пережогин Л.О. Влияние социальных сетей на психическое здоровье детей и подростков. *Психическое здоровье* 2022; 17(5): 45-54.

**Автор для корреспонденции:** Пережогин Лев Олегович; **e-mail:** drlev.ru@yandex.ru

**Финансирование:** Исследование не имело спонсорской поддержки

**Конфликт интересов:** Автор заявляет об отсутствии конфликта интересов

**Поступила:** 04.04.2022.

## The impact of social networks on the mental health of children and adolescents

Perezhogin L.O.

National Medical Research Center of Psychiatry and Narcology n.a. V.P. Serbsky  
Moscow, Russia

**Aim:** study of pathogenetic mechanisms of dependence on social networks and their impact on the origin, clinical picture and dynamics of mental disorders in adolescent and uvenal users.

**Methods.** Literature analysis from 1996 to 2021 Preference was given to analytical reviews and original research, and among them – works available in full-text format.

**Results.** The connection of abuse of activity in social networks with mental disorders, including depression, anxiety disorders, self-harming and suicidal activity, eating disorders, is considered.

**Conclusion.** A positive correlation has been established between the abuse of activity in social networks and manifestations of affective disorders (anxiety and depression) and concomitant self-harm and suicidal activity, alcohol and drug abuse.

**Keywords:** internet addiction, social networks, children, adolescents, depression, anxiety disorders, anorexia nervosa, self-harm, suicide, cyber violence.

**For citation:** Perezhogin L.O. The impact of social media on the mental health of children and adolescents. *Psikhicheskoe zdorovie [Mental Health]* 2022; 17(5): 45-54. (In Russ.).

**Corresponding author:** Lev O. Perezhogin; **e-mail:** drlev.ru@yandex.ru

**Funding.** The study had no sponsorship.

**Conflict of interest.** The author declare no conflict of interest.

**Accepted:** 04.04.2022.

## Введение

Социальные сети — это интернет-ресурсы, которые позволяют пользователю создавать собственные виртуальные профили, делиться контентом, взаимодействовать непосредственно и через группы с реальными и виртуальными «друзьями». Аудитория социальных сетей составляет значительно больше половины человечества (подробная статистика представлена на [ourworldindata.org](http://ourworldindata.org)). Популярность и доходность социальных сетей настолько высока, что даже сервисы, созданные изначально для обмена короткими сообщениями (Twitter, WhatsApp, Viber, Telegram) в итоге эволюционировали в сторону социальных сетей. Пользователи могут оформлять подписку, создавать группы, отмечать посты комментариями и лайками (наиболее успешно развивается в направлении социальной сети Instagram, созданный в качестве фото и видео мессенджера).

*Справка. В 2021 году в мире социальными сетями пользовались около 4,5 млрд человек, из них 100 млн — граждане России (68% населения). (Данные [datareportal.com](https://datareportal.com) см. <https://datareportal.com/reports/digital-2021-october-global-statshot>). Прирост пользователей за последний год составил 10%. В среднем российские пользователи проводят в социальных сетях около 2,5 часов в день, один пользователь зарегистрирован в 6 социальных сетях. Наиболее популярен Youtube (85,4% пользователей зарегистрировано в нем), далее следуют В Контакте (78%), WhatsApp (75,8%), Instagram (61,2%), Одноклассники, Viber, TikTok и Telegram отметку в 50% не преодолели. Аудитория Facebook (2,8 млрд. пользователей, № 1 в мире) составила в России менее 10% населения. Самой используемой молодежью (лица моложе 25 лет) социальной сетью является TikTok, самой образованной аудиторией обладает Telegram (более 60% пользователей имеют высшее образование), максимальная женская аудитория (более 60%) у Instagram.*

Социальные сети со дня своего появления в интернете популярны во всех возрастных категориях пользователей, но особенно — у подростков [29]. Несмотря на то, что их основная идея очень позитивна и «предполагает огромный потенциал для самовыражения личности и поддержания контактов с сетью друзей», в научной литературе сравнительно рано стали появляться работы о роли социальных сетей в формировании интернет-зависимости и других форм психической патологии [2, 40]. Популярными темами в науч-

ных публикациях стали границы между виртуальной и реальной жизнью [39], концепции «цифровой идентичности» [35, 70].

В последнее время в связи с нечеткостью понятия «интернет-зависимость» [3] в мировой практике все чаще используется термин «проблемное использование интернета и социальных сетей». Подчеркивается, что при этом затрагиваются и биологические в широком смысле функции (циркадные ритмы, регуляцию синтеза нейромедиаторов), и психологические (внимание, настроение, самооценка) проявления, и социальные (успеваемость, качество жизни, наличие друзей, травля в сети и школе, выбор профессии), и психопатологические паттерны [31, 37, 69, 79, 85]. С другой стороны, исследователи обсуждают, какая из социальных сетей в силу своих особенностей функций, интерфейса и, следовательно, предпочтений пользователей, как влияет на психическое здоровье. Например, Facebook — лидер по формированию депрессий [34, 60] и активный помощник в их терапии, помогающий справиться с самыми резистентными к фармакотерапии формами [51], а Instagram — лидер по контенту о «здоровом питании», вегетарианству и заботе о коже, и, как следствие, провоцирует нервную анорексию и самоповреждающее поведение [14, 62].

**Цель:** исследовать влияние социальных сетей на психическое здоровье детей и подростков, выделить наиболее часто встречающиеся формы психических расстройств, возникновение которых может провоцироваться действием социальных сетей (как преобладающим контентом, так и характером активности, предполагаемой сетью, набором ожидаемых социальных стимулов и формальных признаков успешности в сетевом сообществе).

## Методы

Были использованы отечественные и зарубежные публикации, включенные в международные научные базы Web of Science, Medline, Scopus, Pubmed, PsychInfo и отечественную базу публикаций РИНЦ. Использовались рандомизированные исследования с достаточной по размеру выборкой и контрольной группой, проверкой инициальных и итоговых данных и с использованием двойного слепого метода и плацебо-контроля в фармакологических исследованиях. Предпочтение отдавалось аналитическим обзорам и оригинальным исследованиям, а среди них — работам, доступным в полнотекстовом формате.

В зарубежной литературе в последние годы принято ранжировать работы по терапии психических рас-

стройств в соответствии с критериями Chambless D.L. и соавт. (1998). Эти критерии выделяют три уровня исследований. Первому уровню соответствуют работы, в которых имеются сравнения опытных и контрольных групп, причем размеры выборки позволяют получить статистически достоверные результаты, в частности, при контроле эффективности терапии в сравнении с плацебо. Второму – исследования, претендующие на достоверные, но по каким-либо критериям не удовлетворяющие условиям включения в группу первого уровня. Третий уровень включает экспериментальные работы без достаточных доказательств. В настоящем обзоре мы стремились использовать работы, соответствующие первому уровню доказательности по Chambless D.L. [18]. Исходно в нашем распоряжении было более 20 тысяч работ, однако уже на первом этапе их число сократилось до 1814. В подавляющем числе отвергнутых работ отсутствовали строгие критерии включения/исключения пациентов. Размер выборки мог быть представлен единичным случаем, либо оценка клинической картины наводила на мысль об ином характере патологии. Встречались также публикации, заголовки и аннотации которых дублировали друг друга. В итоге из работ, опубликованных с 1996 по 2021 годы, были отобраны для дальнейшего анализа лишь 394, а в итоговом тексте обзора их осталось только 88.

## Результаты

Самым распространенным психопатологическим феноменом, ассоциируемым с социальными сетями, является депрессия. Чаще всего депрессии возникают у молодых пользователей социальных сетей, особенно – с несформированной личностью (дети, лица юношеского возраста с психическим инфантилизмом) [55, 80]. Депрессии у пользователей социальных сетей часто сопровождаются суицидальными идеями и суицидальными попытками. Установлено, что люди, злоупотребляющие активностью в социальных сетях (не в целях работы или бизнеса), имеют риск формирования депрессии выше, чем в популяции (с учетом пола, возраста, социального статуса и др.) [84]. Многие авторы отмечают, что пытаясь преодолеть проблемы, связанные с депрессией, молодые люди начинают активнее использовать социальные сети [36]. Пассивное использование социальных сетей (просмотр фото, чтение новостных лент) усугубляет депрессивную симптоматику, если таковая имеет место, и наоборот, депрессивная симптоматика сопровождается влечением к такого рода поведению. Имеет место порочный патогенетический

круг [4, 27, 31]. Молодые люди, проводящие в социальных сетях много времени, чаще испытывают чувство одиночества, чем их сверстники, не злоупотребляющие социальными сетями (хотя социальные сети созданы как раз для того, чтобы избавить людей от такого чувства) [82], что также может влиять на развитие депрессии. Некоторые молодые люди сообщают в социальных сетях своим подписчикам о собственном депрессивном состоянии, рассчитывая на поддержку с их стороны. Рост числа публикаций в Instagram может указывать на развитие депрессии [27, 28]. Обратная связь (ожидаемая поддержка) от других пользователей приводит к увеличению сообщений о депрессии и стимулирует, судя по содержанию сообщений, усугубление депрессивных симптомов [24, 54]. Наиболее выраженные корреляции между злоупотреблением активностью в социальных сетях и депрессией установлены для Facebook [64]. Кроме того, именно злоупотребление Facebook провоцирует снижение ряда показателей психологического благополучия подростков, таких как автономия, цель в жизни, позитивные отношения, личностный рост, принятие себя и способность управлять своим окружением [53, 68].

Одним из факторов, стимулирующих развитие депрессии у пользователей социальных сетей, все чаще называют социальное сравнение. Посещение профилей «благополучных и успешных» пользователей ведет к резкому снижению самооценки и формированию чувства неполноценности, невостребованности, ущербности [9, 13, 20, 86]. Низкий уровень самооценки многократно усиливается в социальных сетях. Это особенно характерно для девушек при сравнении себя с «успешными» сверстницами или при оценке своих физических особенностей и привлекательности [19, 88]. Изучение катмнеза молодых людей с длительно текущими депрессиями показало, что в начале заболевания они значительно больше, чем сверстники, уделяли времени общению в социальных сетях, но спустя несколько лет стали выкладывать в сеть значительно меньше персональной информации, сократив число «друзей» и подписчиков. Таким образом, депрессия сопровождается симптомами социальной изоляции как в реальном мире, так и в социальных сетях [12, 43].

Вторым по частоте патологическим феноменом, описываемым, наряду с депрессией, у пользователей социальных сетей, является тревога и весь комплекс тревожных расстройств. Лонгитудинальные исследования, проводимые на пользователях Facebook, показали, что у юношей и девушек, использовавших сеть «для снятия тревоги и напряжения», показатели тревоги

значительно увеличиваются [17]. Тревога, очевидно, является следствием использования социальных сетей [77]. За рубежом, где несовершеннолетние не имеют, как правило, свободного доступа к социальным сетям, либо их законные представители обязаны контролировать сетевое поведение детей, наиболее уязвимой группой считаются юноши и девушки 17–19 лет (переход к самостоятельной жизни). В России, вероятно, возраст группы риска значительно ниже. У пользователей Инстаграм тревога, как правило, сочетается с элементами дисморфофобии (в связи с ориентацией Инстаграм на фото и видео в контенте постов и обилием откровенных фото знаменитостей) [55, 88]. Отдельной проблемой, связанной с тревожными расстройствами у пользователей социальных сетей, является ожидание негативных оценок от сетевого сообщества (дизлайков, отрицательных комментариев) [25]. Подростки часто демонстрируют амбивалентное отношение к сетевой активности. Стремятся нравиться и требуют признания (в форме лайков, комментариев, репостов) и одновременно боятся негативных оценок, насмешек, троллинга [17]. Многие подростки в связи с этим стремятся как можно больше (если не постоянно) находиться в сети, чтобы не пропустить (вовремя отреагировать) события в своих профилях. Во многих случаях это желание сопровождается и тревогой, и страхом, и навязчивыми мыслями о необходимости своего присутствия в сети, чтобы быть на связи с посетителями своих профилей, устанавливая с ними непосредственный контакт [7, 23, 65]. Таким образом, можно предполагать, что тревога – один из важнейших элементов патогенеза интернет-зависимости [41].

Третье место по частоте среди психических расстройств, ассоциированных со злоупотреблением сетевой активностью, занимают расстройства пищевого поведения. Подростки фиксированы на своем облике, о чем свидетельствует, в частности, огромное число публикаций селфи [19, 44]. Для подросткового возраста характерна также неудовлетворенность своим телом, в том числе – дисморфофобические переживания, которые часто проявляются в ходе презентации своих фото (намеренное искажение фото, применение фильтров, редактирование фотографий, фото в маске, злоупотребление тенями) [26]. Существуют корреляции между степенью неудовлетворенности собственным телом и временем, проведенным в социальных сетях [78]. Установлено, что число фотографий в Facebook также коррелирует с убеждением о наличии у себя избыточного веса [19]. Как правило, подростки тяготеют к сравнению себя с окружающими и пользователями

социальных сетей. В итоге признают себя менее привлекательными (возможно, к таким сравнениям прибегают подростки с исходно низкой самооценкой и депрессивными паттернами) [25]. Девочки подвержены большему риску, чем мальчики. Особенно, если сталкиваются со страницами, содержащими негативный контент, в том числе – сообщения о вегетарианстве, различных диетах, пластической хирургии, спортивных упражнениях, корректирующих фигуру.

Особое направление исследований в области пищевого поведения – группы в социальных сетях, пропагандирующие анорексию (наиболее известны группы Proana, Pro-mia). Большая часть их участников – девочки подросткового возраста [11]. Сайты и группы в соцсетях содержат фото знаменитостей – как естественно худощавых, так и с признаками очевидного истощения, комплексы физических упражнений, советы по диетическому питанию и т.д. Несмотря на протесты медицинской и психологической общественности, ограничения доступа к ресурсам, маркировку 18+ и т.д., до 60% подростков, посещающих данную категорию ресурсов впервые, возвращаются к ней снова и снова, и не менее чем в 12% случаев – следуют советам «экспертов» групп [59]. Реклама движения Proana навязчива, создает иллюзию причастности к элитарной группе, нахождения в мейнстриме моды и сексуальности (так называемая глянцева эйфория), заботы о здоровье и духовном развитии («лучшие» образцы – на [idealbody.org](http://idealbody.org)).

В значительно меньшей степени со злоупотреблением социальными сетями ассоциированы злоупотребление алкоголем и употребление наркотиков (курение табака, вероятно, имеет обратную корреляционную связь), самоповреждения и суицидальное поведение. Для социальных сетей в целом характерна пропаганда здорового образа жизни, в том числе – воздержания от злоупотребления алкоголем и употребления наркотиков [49, 66, 87].

С другой стороны, наличие ссылок на употребление алкоголя подростками, как правило, коррелирует с формированием алкогольной зависимости в течение 1–2 лет. Характерна дихотомия. У лиц, алкогольная зависимость у которых продолжает развиваться и приобретает злокачественное течение, число постов в социальных сетях резко снижается. А у тех, у кого зависимость развивается не столь быстрыми темпами, она приобретает ундулирующий характер (от эксцесса к эксцессу) и в значительной степени зависит от одобрения/неодобрения со стороны друзей [22, 76]. Подростки, злоупотребляющие алкоголем, по-видимому,

более склонны чрезмерно пользоваться социальными сетями, восполняя, таким образом, недостаток общения (собственно и алкоголь они употребляют, вероятно, с той же целью) [75]. Результаты, полученные в разных странах, сходны: пьющие подростки отдают пальму первенства Facebook и Instagram [71]. Кроме того, подростки, которые имеют в числе подписчиков в социальных сетях родителей и иных близких взрослых, значительно реже выкладывают посты, связанные с алкоголем, и значительно реже сверстников употребляют ПАВ в реальной жизни (вероятно, ввиду контроля) [5]. Вовлечение родителей в корректное взаимодействие с детьми в социальных сетях может стать важным элементом профилактики употребления ПАВ.

Самоповреждение, не преследующее цели суицида, и, как правило, не причиняющее серьезных увечий, является очень распространенным видом поведения среди молодежи. В социальных сетях распространены группы, пропагандирующие пирсинг, шрамирование и другие формы самоповреждений, а также проводящие неформальные соревнования среди «селфхармеров». Наиболее распространенной формой самоповреждений в силу своей относительной безопасности и высокой толерантности в культуре является нанесение татуировок. Прямой связи между самоповреждениями и суицидальной активностью не установлено [33, 42]. Лидером по контенту, содержащему самоповреждения, является Instagram [16, 45]. Наиболее популярные участники сообществ «селфхармеров» делают свои аккаунты закрытыми и не принимают туда посторонних пользователей, требуя либо рекомендаций, либо выполнения определенных условий (как правило, необходимо выложить в своем аккаунте фото и видео самоповреждающего поведения) [16, 45].

Отдельную проблему в области самоповреждений и трансформации своего тела представляет тема сообществ транссексуалов и лиц с аномалиями сексуального влечения, но ее сложность и наличие многочисленных нюансов выводит ее за рамки настоящей работы.

В социальных сетях немало пользовательских профилей и сообществ, посвященных суицидальному поведению. Среди них есть как ресурсы, оказывающие потенциальным самоубийцам поддержку, так и стимулирующие суицидальное поведение. Исследования показывают положительную связь между киберзапугиванием, депрессией, суицидальными мыслями, суицидальными планами и попытками самоубийства [21, 30]. То, что социальные сети стимулируют развитие депрессии, сегодня не вызывает сомнений. К сожалению, тема суицидального поведения в связи с активностью

социальных сетей в значительной степени подверглась политизации и жестокой эксплуатации со стороны желтой прессы. Поэтому принципиальным является вопрос: могут ли социальные сети непосредственно индуцировать суицидальное поведение. Вероятно, определяющим в данном случае является содержание, контент ресурсов, с которыми сталкиваются подростки с суицидальными мыслями, ищущие поддержки в сетевом сообществе. То есть, если подросток из группы риска по суицидальному поведению, находит в сети поддержку (в том числе – профессиональную), риск суицида снижается [58, 67], если же становится участником группы, пропагандирующей самоповреждения и суицидальное поведение (даже в косвенной форме), – растет. Однако нам не встретилось ни одной публикации, прямо указывающей на возможность формирования суицидального поведения у здоровых подростков, столкнувшихся с подобным негативным контентом (см. большой систематизированный обзор на эту тему [6]).

Многие проблемы психического здоровья, связанные с использованием социальных сетей, ассоциированы с кибербуллингом. Это намеренное использование электронных технологий и средств связи, представляющее собой запугивание, оскорбление, унижение или иное враждебное поведение, направленное против определенной жертвы или группы лиц [10, 61, 72]. Парадоксально, но во многих случаях агрессоры и жертвы могут быть не знакомы в реальной жизни. Кибербуллинг наиболее распространен в Instagram (42% пользователей подвергаются травле) и Facebook (37%). Длительный кибербуллинг коррелирует с уровнем депрессии и суицидальными мыслями, особенно у девушек [63, 85]. Благодаря функциям блокировки и жалоб на неподобающий контент, включая автоматические фильтры комментариев, применяемые в настоящее время социальными сетями, уровень кибербуллинга в них снижается, хотя само явление не исчезает, а только меняет свои формы. В последние годы во многих странах создаются программы, направленные на профилактику кибербуллинга [1]. Следует также отметить, что социальные сети прикладывают много усилий для создания более благоприятной атмосферы для своих молодых пользователей.

В последние годы появилась новая категория работ, посвященных взаимодействию в социальных сетях детей и подростков, страдающих расстройствами аутистического и шизофренического спектра (РАС и РШС) (в последнем случае – преимущественно шизотипическим расстройством). В данном отношении преобла-

дают выводы позитивного характера: социальные сети предлагают удобный способ расширения социальных контактов (пусть не совсем полноценный, зато легко осуществимый) [32, 83]. Отмечено, что подростки с РАС подвергаются в сетях травле не в большей степени, чем их здоровые сверстники.

### Заключение

В целом влияние социальных сетей на подростковую популяцию оценивается большинством исследователей негативно. Основной проблемой является собственно патологическое использование интернета, в частности – социальных сетей. Исследования зависимых от сетей лиц методом фМРТ показали, что злоупотребление сетевой активностью нарушает функционирование лимбической системы [38, 47, 73]. Это может выступать в качестве биологической предпосылки для формирования депрессии. Более того, у пациентов, злоупотребляющих мессенджерами, данная предпосылка выражена в большей степени, поскольку признаки дегенерации нейронных связей обнаруживаются в зонах передней поясной извилины и островка [46, 48, 57], ассоциированных с депрессивными состояниями и социальным отчуждением. Связь злоупотребления социальными сетями с тревожными расстройствами, расстройствами пищевого поведения, аутодеструктивным поведением, включая употребление ПАВ, также представляется установленной.

Главной проблемой патологического воздействия социальных сетей является, на наш взгляд, отсутствие социальной ответственности у разрабатывающих алгоритмы соцсетей транснациональных ИТ-корпораций. В идеале в алгоритмы сетей должны интегрироваться методы превентивной оценки риска зависимого поведения [7, 56, 81] и профилактические технологии, направленные на предотвращение развития зависимости. Стоит ли напоминать, что подобная тактика идет вразрез с бизнес-интересами создателей сетей.

### Литература

1. Пережогин Л.О., Бадмаева В.Д., Макушкин Е.В., Нуцкова Е.В. Международная практика использования профилактических программ, направленных на снижение кибернасилия в школьной среде. *Российский психиатрический журнал* 2020; (4): 63–70.
2. Пережогин Л.О. Интернет-аддикция в подростковой среде. Сборник тезисов международной конференции «Подростки и молодежь в меняющемся обществе – проблемы девиантного поведения». М.: Новый отчет, 2001. С. 56–68.
3. Пережогин Л.О. Патогенетическая модель зависимости от персонального компьютера, видеопир, интернета и мобильных устройств, обеспечивающих доступ к нему. *Психическое здоровье* 2020; (4): 11–20.
4. Aalbers G, McNally RJ, Heeren A, Wit SD, Fried EI. Social media and depression symptoms: a network perspective. *J Exp Psychol Gen.* 2018; 148: 1454–62.
5. Abar CC, Farnett S, Mendola K, Koban K, Sarra S. Relationships between parent–child social media interactions and health behaviors. *J Subst Use.* 2018; 23: 335–337.
6. Aksha M, Memon, Shiva G, Sharma, Satyajit S, Mohite, Shailesh Jain. The role of online social networking on deliberate self-harm and suicidality in adolescents: a systematized review of literature. *Indian J Psychiatry* 2018; 60(4): 384–392.
7. Andreassen CS, Torsheim T, Brunborg GS, Pallesen S. Development of a Facebook addiction scale. *Psychol Rep.* 2012; 110: 501–517.
8. Andreassen CS. Online social network site addiction: a comprehensive review. *Curr Addict Rep.* 2015; 2: 175–184.
9. Appel H, Gerlach AL, Crusius J. The interplay between Facebook use, social comparison, envy, and depression. *Curr Opin Psychol.* 2016; 9: 44–49.
10. Barlett CP, Gentile DA, Chng G, Li D, Chamberlin K. Social media use and cyberbullying perpetration: a longitudinal analysis. *Violence Gender.* 2018; 5: 191–197.
11. Bert F, Gualano MR, Camussi E, Siliquini R. Risks and threats of social media websites: twitter and the Proana movement. *Cyberpsychol Behav Soc Netw.* 2016; 19: 233–238.
12. Birnbaum ML, Rizvi AF, Correll CU, Kane JM, Confino J. Role of social media and the Internet in pathways to care for adolescents and young adults with psychotic disorders and non-psychotic mood disorders. *Early Interv Psychiatry.* 2017; 11: 290–295.
13. Bollen J, Gonçalves B, van de Leemput I, Ruan G. The happiness paradox: your friends are happier than you. *EPJ Data Sci.* 2017; 6: 4.
14. Bragg M, Lutfeali S, Greene T, Osterman J, Dalton M. How Food Marketing on Instagram Shapes Adolescents' Food Preferences: Online Randomized Trial. *J Med Internet Res.* 2021; 10: e28689.
15. Brown RC, Bendig E, Fischer T, Goldwisch AD, Baumeister H, Plener PL. Can acute suicidality be predicted by Instagram data? Results from qualitative and quantitative language analyses. *PLoS ONE.* 2019; 14: e0220623.
16. Brown RC, Fischer T, Goldwisch DA, Plener PL. “I just finally wanted to belong somewhere” – Qualitative analysis of experiences with posting pictures of self-injury on instagram. *Front Psychiatry.* 2020; 11: 274.
17. Calancie O, Ewing L, Narducci LD, Horgan S, Khalid-Khan S. Exploring how social networking sites impact youth with anxiety: a qualitative study of Facebook stressors among adolescents with an anxiety disorder diagnosis. *Cyberpsychology.* 2017.
18. Chambless D.L, Baker M.J, Baucom D.H, Beutler L.E, Calhoun K.S, Crits-Christoph P, Woody S.R. Update on empirically validated therapies, II. *The Clinical Psychologist.* 1998; 51(1): 3–16.
19. Chang L, Li P, Loh RSM, Chua THH. A study of Singapore adolescent girls' selfie practices, peer appearance comparisons, and body esteem on Instagram. *Body Image.* 2019; 29: 90–99.
20. Chou HTG, Edge N. “They are happier and having better lives than I am”: the impact of using Facebook on perceptions of others' lives. *Cyberpsychol Behav Soc Netw.* 2012; 15: 117–121.
21. Cooper GD, Clements PT, Holt KE. Examining childhood bullying and adolescent suicide: Implications for school nurses. *J Sch Nurs.* 2012; 28: 275–283.
22. D'Angelo J, Kerr B, Moreno MA. Facebook displays as predictors of binge drinking: from the virtual to the visceral. *Bull Sci Technol Soc.* 2014; 34: 159–169.
23. Dhir A, Yossatorn Y, Kaur P, Chen S. Online social media fatigue and psychological wellbeing—A study of compulsive use, fear of miss-

- ing out, fatigue, anxiety and depression. *Int J Inform Manage*. 2018; 40: 141–152.
24. Ehrenreich SE, Underwood MK. Adolescents' internalizing symptoms as predictors of the content of their Facebook communication and responses received from peers. *Transl Issues Psychol Sci*. 2016; 2: 227.
  25. Fardouly J, Magson NR, Rapee RM, Johnco CJ, Oar EL. The use of social media by Australian preadolescents and its links with mental health. *J Clin Psychol*. 2020; 76: 1304–1326.
  26. Forrest KY, Stuhldreher WL. Patterns and correlates of body image dissatisfaction and distortion among college students. *Am J Health Stud*. 2007; 22: 18–25.
  27. Frison E, Eggermont S. Browsing, posting, and liking on Instagram: the reciprocal relationships between different types of Instagram use and adolescents' depressed mood. *Cyberpsychol Behav Soc Netw*. 2017; 20: 603–609.
  28. Frison E, Eggermont S. Exploring the relationships between different types of Facebook use, perceived online social support, and adolescents' depressed mood. *Soc Sci Comput Rev*. 2016; 34: 153–171.
  29. Greenfield P, Yan Z. Children, adolescents, and the Internet: a new field of inquiry in developmental psychology. *Dev Psychol*. 2006; 42: 391.
  30. Hinduja S, Patchin JW. Bullying, cyberbullying, and suicide. *Arch Suicide Res*. 2010; 14: 206–221.
  31. Hussain Z, Griffiths MD. Problematic social networking site use and comorbid psychiatric disorders: a systematic review of recent large-scale studies. *Front Psychiatry*. 2018; 9: 686.
  32. Iglesias OB, Sanchez LEG, Rodríguez MÁA. Do young people with Asperger syndrome or intellectual disability use social media and are they cyberbullied or cyberbullies in the same way as their peers? *Psicothema*. 2019; 31: 30–37.
  33. Jacob N, Evans R, Scourfield J. The influence of online images on self-harm: a qualitative study of young people aged 16–24. *J Adolesc*. 2017; 60: 140–147.
  34. Keles B, McCrae N, Grealish A. A systematic review: the influence of social media on depression, anxiety and psychological distress in adolescents. *Int J Adolesc Youth*. 2020; 25: 79–93.
  35. Khan S, Gagné M, Yang L, Shapka J. Exploring the relationship between adolescents' self-concept and their offline and online social worlds. *Comput Hum Behav*. 2016; 55: 940.
  36. Kross E, Verduyn P, Demiralp E, Park J, Lee DS, Lin N, et al. Facebook use predicts declines in subjective well-being in young adults. *PLoS ONE*. 2013; 8: e69841.
  37. Kuss DJ, Griffiths MD. Excessive online social networking: can adolescents become addicted to Facebook? *Educ Health*. 2011 29: 63–66.
  38. Lee D, Namkoong K, Lee J, Lee BO, Jung YC. Lateral orbitofrontal gray matter abnormalities in subjects with problematic smartphone use. *J Behav Addict*. 2019; 8: 404–411.
  39. Lieberman A, Schroeder J. Two social lives: how differences between online and offline interaction influence social outcomes. *Curr Opin Psychol*. 2020; 31: 16–21.
  40. Lloyd A. Social media, help or hindrance: what role does social media play in young people's mental health. *Psychiatr Danub*. 2014; 26 (1): 340–346.
  41. Louragli I, Ahami A, Khadmaoui A, Aboussaleh Y, Lamrani AC. Behavioral analysis of adolescent's students addicted to facebook and its impact on performance and mental health. *Acta Neuropsychol*. 2019; 17: 427–439.
  42. Marchant A, Hawton K, Stewart A, Montgomery P, Singaravelu V, Lloyd K, et al. A systematic review of the relationship between internet use, self-harm and suicidal behaviour in young people: the good, the bad and the unknown. *PLoS ONE*. 2017; 12: e018172.
  43. McCloskey W, Iwanicki S, Lauterbach D, Giammittorio DM, Maxwell K. Are Facebook "friends" helpful? Development of a Facebook-based measure of social support and examination of relationships among depression, quality of life, and social support. *Cyberpsychol Behav Soc Netw*. 2015; 18: 499–505.
  44. McLean SA, Jarman HK, Rodgers RF. How do "selfies" impact adolescents' well-being and body confidence? A narrative review. *Psychol Res Behav Manage*. 2019; 12: 513.
  45. Miguel EM, Chou T, Golik A, Cornacchio D, Sanchez AL, DeSerisy M, et al. Examining the scope and patterns of deliberate self-injurious cutting content in popular social media. *Depress Anxiety*. 2017; 34: 786–793.
  46. Moaisala M, Salmela V, Hietajärvi L, Salo E, Carlson S, Salonen O, et al. Media multitasking is associated with distractibility and increased prefrontal activity in adolescents and young adults. *Neuroimage*. 2016; 134: 113–121.
  47. Montag C, Markowitz A, Blaszkiewicz K, Andone I, Lachmann B, Sariyska R, et al. Facebook usage on smartphones and gray matter volume of the nucleus accumbens. *Behav Brain Res*. 2017; 329: 221–228.
  48. Montag C, Zhao Z, Sindermann C, Xu L, Fu M, Li J, et al. Internet Communication Disorder and the structure of the human brain: initial insights on WeChat addiction. *Sci Rep*. 2018; 8: 2155.
  49. Moreno MA, Arseniev-Koehler A, Litt D, Christakis D. Evaluating college students' displayed alcohol references on facebook and twitter. *J Adolesc Health*. 2016; 58: 527–532.
  50. Moreno MA, Ton A, Selkie E, Evans Y. Secret society 123: understanding the language of self-harm on Instagram. *J Adolesc Health*. 2016; 58: 78–84.
  51. Mota Pereira. Facebook enhances antidepressant pharmacotherapy effects. *J. Scientific World Journal*. 2014; 892048.
  52. Muzaffar N, Brito EB, Fogel J, Fagan D, Kumar K, Verma R. The association of adolescent Facebook behaviours with symptoms of social anxiety, generalized anxiety, and depression. *J Can Acad Child Adolesc Psychiatry*. 2018; 27: 252.
  53. Naemi S, Tamam E. The relationship between emotional dependence on facebook and psychological well-being in adolescents aged 13–16. *Child Indic Res*. 2017; 10: 1095–1106;
  54. Negriff S. Depressive symptoms predict characteristics of online social networks. *J Adolesc Health*. 2019; 65: 101–106.
  55. Nesi J, Prinstein MJ. Using social media for social comparison and feedback-seeking: gender and popularity moderate associations with depressive symptoms. *J Abnorm Child Psychol*. 2015; 43: 1427–1438.
  56. Nick EA, Cole DA, Cho SJ, Smith DK, Carter TG, Zerkow RL. The Online Social Support Scale: measure development and validation. *Psychol Assess*. 2018; 30: 1127.
  57. Pandya M, Altinay M, Malone DA, Anand A. Where in the brain is depression? *Curr Psychiatry Rep*. 2012; 14: 634–642.
  58. Pantic I. Online social networking and mental health. *Cyberpsychol Behav Soc Netw*. 2014; 17: 652–657.
  59. Pater JA, Haimson OL, Andalibi N, Mynatt ED. "Hunger Hurts but Starving Works" Characterizing the Presentation of Eating Disorders Online. In: *Proceedings of the 19th ACM Conference on Computer-Supported Cooperative Work & Social Computing*. – San Francisco, CA, 2016. – p. 1185–1200.
  60. Pera A. Psychopathological Processes Involved in Social Comparison, Depression, and Envy on Facebook. – *Front Psychol*. 2018; 23(9): 22.
  61. Pettalia JL, Levin E, Dickinson J. Cyberbullying: eliciting harm without consequence. *Comput Hum Behav*. 2013; 29: 2758–2765.
  62. Picardo J, McKenzie SK, Collings S, Jenkin G. Suicide and self-harm content on Instagram: A systematic scoping review. *PLoS One*. 2020; 15(9): e0238603.

63. Plemmons G, Hall M, Douppnik S, Gay J, Brown C, Browning W, et al. Hospitalization for suicide ideation or attempt: 2008–2015. *Pediatrics*. 2018; 141: e20172426.
64. Pontes HM. Investigating the differential effects of social networking site addiction and Internet gaming disorder on psychological health. *J Behav Addict*. 2017; 6: 601–610.
65. Przybylski AK, Murayama K, DeHaan CR, Gladwell V. Motivational, emotional, and behavioral correlates of fear of missing out. *Comput Hum Behav*. 2013; 29: 1841–1848.
66. Pumper MA, Moreno MA. Identifying high-risk alcohol users in first-year college students: attitude, intention, and Facebook. *J Alcohol Drug Depend*. 2013; 1: 1000128.
67. Radovic A, Gmelin T, Stein BD, Miller E. Depressed adolescents' positive and negative use of social media. *J Adolesc*. 2017; 55: 5–15.
68. Raudsepp L, Kais K. Longitudinal associations between problematic social media use and depressive symptoms in adolescent girls. *Prev Med Rep*. 2019; 15: 100925.
69. Reinecke L, Meier A, Beutel ME, Schemer C, Stark B, Wöfling K, et al. The relationship between trait procrastination, internet use, and psychological functioning: results from a community sample of German adolescents. *Front Psychol*. 2018; 9: 913.
70. Sa'ed HZ, Sweileh WM, Awang R, Al-Jabi SW. Global trends in research related to social media in psychology: mapping and bibliometric analysis. *Int J Ment Health Syst*. 2018; 12: 4.
71. Savolainen I, Oksanen A, Kaakinen M, Sirola A, Miller BL, Paek HJ, et al. The Association between social media use and hazardous alcohol use among youths: a four-country study. *Alcohol Alcohol*. 2020; 55: 86–95.
72. Shakir T., Bhandari N., Andrews A., Zmitrovich A., McCracken C., Gadowski J., et al. Do our adolescents know they are cyberbullying victims? *J. Infant Child Adolesc. Psychother*. 2019; 18: 93–101.
73. Sherman LE, Payton AA, Hernandez LM, Greenfield PM, Dapretto M. The power of the like in adolescence: effects of peer influence on neural and behavioral responses to social media. *Psychol Sci*. 2016; 27: 1027–1035.
74. Song J, Song TM, Seo DC, Jin JH. Data mining of web-based documents on social networking sites that included suicide-related words among Korean adolescents. *J Adolesc Health*. 2016; 59: 668–673.
75. Spilkova J, Chomynova P, Csémy L. Predictors of excessive use of social media and excessive online gaming in Czech teenagers. *J Behav Addict*. 2017; 6: 611–619.
76. Steers MLN, Neighbors C, Wickham RE, Petit WE, Kerr B, Moreno MA. My friends, I'm #SOTALLYTOBER: A longitudinal examination of college students' drinking, friends' approval of drinking, and Facebook alcohol-related posts. *Digit Health*. 2019; 5.
77. Stockdale LA, Coyne SM. Bored and online: reasons for using social media, problematic social networking site use, and behavioral outcomes across the transition from adolescence to emerging adulthood. *J Adolesc*. 2020; 79: 173–183.
78. Tiggemann M, Slater A. NetGirls: the Internet, Facebook, and body image concern in adolescent girls. *Int J Eat Disord*. 2013; 46: 630–633.
79. Twenge JM, Cooper AB, Joiner TE, Duffy ME, Binau SG. Age, period, and cohort trends in mood disorder indicators and suicide-related outcomes in a nationally representative dataset, 2005–2017. *J Abnorm Psychol*. 2019; 128: 185–199.
80. Twenge JM. More time on technology, less happiness? Associations between digital-media use and psychological well-being. *Curr Dir Psychol Sci*. 2019; 28:372–379.
81. Van den Eijnden R, Lemmens J, Valkenburg P. The social media disorder scale: validity and psychometric properties. *J Behav Addict*. 2016; 5: 13.
82. Van Rooij AJ, Ferguson CJ, Van de Mheen D, Schoenmakers TM. Time to abandon Internet Addiction? Predicting problematic Internet, game, and social media use from psychosocial well-being and application use. *Clin Neuropsychiatry*. 2017; 14:113–121.
83. Van Schalkwyk GI, Marin CE, Ortiz M, Rolison M, Qayyum Z, McPartland JC, et al. Social media use, friendship quality, and the moderating role of anxiety in adolescents with autism spectrum disorder. *J Autism Dev Disord*. 2017; 47: 2805–2813.
84. Vannucci A, Ohannessian CM. Social media use subgroups differentially predict psychosocial well-being during early adolescence. *J Youth Adolesc*. 2019; 48: 1469–1493.
85. Viner RM, Aswathikutty-Gireesh A, Stiglic N, Hudson LD, Goddings AL, Ward JL, et al. Roles of cyberbullying, sleep, and physical activity in mediating the effects of social media use on mental health and wellbeing among young people in England: a secondary analysis of longitudinal data. *Lancet Child Adolesc Health*. 2019; 3: 685–696.
86. Weinstein E. Adolescents' differential responses to social media browsing: exploring causes and consequences for intervention. *Comput Hum Behav*. 2017; 76: 396–405.
87. Westgate EC, Neighbors C, Heppner H, Jahn S, Lindgren KP. "I will take a shot for every 'like' I get on this status": posting alcohol-related Facebook content is linked to drinking outcomes. *J Stud Alcohol Drugs*. 2014; 75: 390–398.
88. Yurdağül C, Kircaburun K, Emirtekin E, Wang P, Griffiths MD. Psychopathological consequences related to problematic Instagram use among adolescents: the mediating role of body image dissatisfaction and moderating role of gender. *Int J Ment Health Addict*. 2019; 1–13.

## References

- Perezhogin L.O., Badmaeva V.D., Makushkin E.V., Nuckova E.V. International practice of using preventive programs aimed at reducing cyber violence in the school environment. *Russian Psychiatric Journal* 2020; 4: 63-70. (In Russ).
- Perezhogin L.O. Internet addiction in the teenage environment. In: Collection of abstracts of the international conference "Adolescents and youth in a changing society – problems of deviant behavior". Moscow: New Countdown, 2001. P. 56-68. (In Russ).
- Perezhogin L.O. Pathogenetic model of dependence on a personal computer, video games, the Internet and mobile devices that provide access to it. *Psikhicheskoe zdorovie [Mental Health]* 2020; (4): 11-20. (In Russ).
- Aalbers G, McNally RJ, Heeren A, Wit SD, Fried EI. Social media and depression symptoms: a network perspective. *J Exp Psychol Gen*. 2018; 148: 1454–62.
- Abar CC, Farnett S, Mendola K, Koban K, Sarra S. Relationships between parent–child social media interactions and health behaviors. *J Subst Use*. 2018; 23: 335–337.
- Aksha M, Memon, Shiva G, Sharma, Satyajit S, Mohite, Shailesh Jain. The role of online social networking on deliberate self-harm and suicidality in adolescents: a systematized review of literature. *Indian J Psychiatry* 2018; 60(4): 384–392.
- Andreassen CS, Torsheim T, Brunborg GS, Pallesen S. Development of a Facebook addiction scale. *Psychol Rep*. 2012; 110: 501–517.
- Andreassen CS. Online social network site addiction: a comprehensive review. *Curr Addict Rep*. 2015; 2: 175–184.
- Appel H, Gerlach AL, Crusius J. The interplay between Facebook use, social comparison, envy, and depression. *Curr Opin Psychol*. 2016; 9: 44–49.
- Barlett CP, Gentile DA, Chng G, Li D, Chamberlin K. Social media use and cyberbullying perpetration: a longitudinal analysis. *Violence Gender*. 2018; 5: 191–197.
- Bert F, Gualano MR, Camussi E, Siliquini R. Risks and threats of social media websites: twitter and the Proana movement. *Cyberpsychol Behav Soc Netw*. 2016; 19: 233–238.



12. Birnbaum ML, Rizvi AF, Correll CU, Kane JM, Confino J. Role of social media and the Internet in pathways to care for adolescents and young adults with psychotic disorders and non-psychotic mood disorders. *Early Interv Psychiatry*. 2017; 11: 290–295.
13. Bollen J, Gonçalves B, van de Leemput I, Ruan G. The happiness paradox: your friends are happier than you. *EPJ Data Sci*. 2017; 6: 4.
14. Bragg M, Lutfeali S, Greene T, Osterman J, Dalton M. How Food Marketing on Instagram Shapes Adolescents' Food Preferences: Online Randomized Trial. *J Med Internet Res*. 2021; 10: e28689.
15. Brown RC, Bendig E, Fischer T, Goldwisch AD, Baumeister H, Plener PL. Can acute suicidality be predicted by Instagram data? Results from qualitative and quantitative language analyses. *PLoS ONE*. 2019; 14: e0220623.
16. Brown RC, Fischer T, Goldwisch DA, Plener PL. "I just finally wanted to belong somewhere"—Qualitative analysis of experiences with posting pictures of self-injury on Instagram. *Front Psychiatry*. 2020; 11: 274.
17. Calancie O, Ewing L, Narducci LD, Horgan S, Khalid-Khan S. Exploring how social networking sites impact youth with anxiety: a qualitative study of Facebook stressors among adolescents with an anxiety disorder diagnosis. *Cyberpsychology*. 2017.
18. Chambless D.L., Baker M.J., Baucom D.H., Beutler L.E., Calhoun K.S., Crits-Christoph P, Woody S.R. Update on empirically validated therapies, II. *The Clinical Psychologist*. 1998; 51(1): 3–16.
19. Chang L, Li P, Loh RSM, Chua THH. A study of Singapore adolescent girls' selfie practices, peer appearance comparisons, and body esteem on Instagram. *Body Image*. 2019; 29: 90–99.
20. Chou HTG, Edge N. "They are happier and having better lives than I am": the impact of using Facebook on perceptions of others' lives. *Cyberpsychol Behav Soc Netw*. 2012; 15: 117–121.
21. Cooper GD, Clements PT, Holt KE. Examining childhood bullying and adolescent suicide: Implications for school nurses. *J Sch Nurs*. 2012; 28: 275–283.
22. D'Angelo J, Kerr B, Moreno MA. Facebook displays as predictors of binge drinking: from the virtual to the visceral. *Bull Sci Technol Soc*. 2014; 34: 159–169.
23. Dhir A, Yossatorn Y, Kaur P, Chen S. Online social media fatigue and psychological wellbeing—A study of compulsive use, fear of missing out, fatigue, anxiety and depression. *Int J Inform Manage*. 2018; 40: 141–152.
24. Ehrenreich SE, Underwood MK. Adolescents' internalizing symptoms as predictors of the content of their Facebook communication and responses received from peers. *Trans Issues Psychol Sci*. 2016; 2: 227.
25. Fardouly J, Magson NR, Rapee RM, Johnco CJ, Oar EL. The use of social media by Australian preadolescents and its links with mental health. *J Clin Psychol*. 2020; 76: 1304–1326.
26. Forrest KY, Stuhldreher WL. Patterns and correlates of body image dissatisfaction and distortion among college students. *Am J Health Stud*. 2007; 22: 18–25.
27. Frison E, Eggermont S. Browsing, posting, and liking on Instagram: the reciprocal relationships between different types of Instagram use and adolescents' depressed mood. *Cyberpsychol Behav Soc Netw*. 2017; 20: 603–609.
28. Frison E, Eggermont S. Exploring the relationships between different types of Facebook use, perceived online social support, and adolescents' depressed mood. *Soc Sci Comput Rev*. 2016; 34: 153–171.
29. Greenfield P, Yan Z. Children, adolescents, and the Internet: a new field of inquiry in developmental psychology. *Dev Psychol*. 2006; 42: 391.
30. Hinduja S, Patchin JW. Bullying, cyberbullying, and suicide. *Arch Suicide Res*. 2010; 14: 206–221.
31. Hussain Z, Griffiths MD. Problematic social networking site use and comorbid psychiatric disorders: a systematic review of recent large-scale studies. *Front Psychiatry*. 2018; 9: 686.
32. Iglesias OB, Sanchez LEG, Rodríguez MÁA. Do young people with Asperger syndrome or intellectual disability use social media and are they cyberbullied or cyberbullies in the same way as their peers? *Psicothema*. 2019; 31: 30–37.
33. Jacob N, Evans R, Scourfield J. The influence of online images on self-harm: a qualitative study of young people aged 16–24. *J Adolesc*. 2017; 60: 140–147.
34. Keles B, McCrae N, Grealish A. A systematic review: the influence of social media on depression, anxiety and psychological distress in adolescents. *Int J Adolesc Youth*. 2020; 25: 79–93.
35. Khan S, Gagné M, Yang L, Shapka J. Exploring the relationship between adolescents' self-concept and their offline and online social worlds. *Comput Hum Behav*. 2016; 55: 940.
36. Kross E, Verduyn P, Demiralp E, Park J, Lee DS, Lin N, et al. Facebook use predicts declines in subjective well-being in young adults. *PLoS ONE*. 2013; 8: e69841.
37. Kuss DJ, Griffiths MD. Excessive online social networking: can adolescents become addicted to Facebook? *Educ Health*. 2011 29: 63–66.
38. Lee D, Namkoong K, Lee J, Lee BO, Jung YC. Lateral orbitofrontal gray matter abnormalities in subjects with problematic smartphone use. *J Behav Addict*. 2019; 8: 404–411.
39. Lieberman A, Schroeder J. Two social lives: how differences between online and offline interaction influence social outcomes. *Curr Opin Psychol*. 2020; 31: 16–21.
40. Lloyd A. Social media, help or hindrance: what role does social media play in young people's mental health. *Psychiatr Danub*. 2014; 26 (1): 340–346.
41. Louraghi I, Ahami A, Khadmaoui A, Aboussaleh Y, Lamrani AC. Behavioral analysis of adolescent's students addicted to facebook and its impact on performance and mental health. *Acta Neuropsychol*. 2019; 17: 427–439.
42. Marchant A, Hawton K, Stewart A, Montgomery P, Singaravelu V, Lloyd K, et al. A systematic review of the relationship between internet use, self-harm and suicidal behaviour in young people: the good, the bad and the unknown. *PLoS ONE*. 2017; 12: e018172.
43. McCloskey W, Iwanicki S, Lauterbach D, Giammittorio DM, Maxwell K. Are Facebook "friends" helpful? Development of a Facebook-based measure of social support and examination of relationships among depression, quality of life, and social support. *Cyberpsychol Behav Soc Netw*. 2015; 18: 499–505.
44. McLean SA, Jarman HK, Rodgers RF. How do "selfies" impact adolescents' well-being and body confidence? A narrative review. *Psychol Res Behav Manage*. 2019; 12: 513.
45. Miguel EM, Chou T, Golik A, Cornacchio D, Sanchez AL, DeSerisy M, et al. Examining the scope and patterns of deliberate self-injurious cutting content in popular social media. *Depress Anxiety*. 2017; 34: 786–793.
46. Moaisal M, Salmela V, Hietajarvi L, Salo E, Carlson S, Salonen O, et al. Media multitasking is associated with distractibility and increased prefrontal activity in adolescents and young adults. *Neuroimage*. 2016; 134: 113–121.
47. Montag C, Markowitz A, Blaszkiewicz K, Andone I, Lachmann B, Sariyska R, et al. Facebook usage on smartphones and gray matter volume of the nucleus accumbens. *Behav Brain Res*. 2017; 329: 221–228.
48. Montag C, Zhao Z, Sindermann C, Xu L, Fu M, Li J, et al. Internet Communication Disorder and the structure of the human brain: initial insights on WeChat addiction. *Sci Rep*. 2018; 8: 2155.
49. Moreno MA, Arseniev-Koehler A, Litt D, Christakis D. Evaluating college students' displayed alcohol references on facebook and twitter. *J Adolesc Health*. 2016; 58: 527–532.
50. Moreno MA, Ton A, Selkie E, Evans Y. Secret society 123: understanding the language of self-harm on Instagram. *J Adolesc Health*. 2016; 58: 78–84.

51. Mota Pereira. Facebook enhances antidepressant pharmacotherapy effects. *J. Scientific World Journal*. 2014; 892048.
52. Muzaffar N, Brito EB, Fogel J, Fagan D, Kumar K, Verma R. The association of adolescent Facebook behaviours with symptoms of social anxiety, generalized anxiety, and depression. *J Can Acad Child Adolesc Psychiatry*. 2018; 27: 252.
53. Naemi S, Tamam E. The relationship between emotional dependence on facebook and psychological well-being in adolescents aged 13–16. *Child Indic Res*. 2017; 10:1095–1106;
54. Negri S. Depressive symptoms predict characteristics of online social networks. *J Adolesc Health*. 2019; 65:101–106.
55. Nesi J, Prinstein MJ. Using social media for social comparison and feedback-seeking: gender and popularity moderate associations with depressive symptoms. *J Abnorm Child Psychol*. 2015; 43: 1427–1438.
56. Nick EA, Cole DA, Cho SJ, Smith DK, Carter TG, Zelkowitz RL. The Online Social Support Scale: measure development and validation. *Psychol Assess*. 2018; 30: 1127.
57. Pandya M, Altinay M, Malone DA, Anand A. Where in the brain is depression? *Curr Psychiatry Rep*. 2012; 14: 634–642.
58. Pantic I. Online social networking and mental health. *Cyberpsychol Behav Soc Netw*. 2014; 17: 652–657.
59. Pater JA, Haimson OL, Andalibi N, Mynatt ED. “Hunger Hurts but Starving Works” Characterizing the Presentation of Eating Disorders Online. In: *Proceedings of the 19th ACM Conference on Computer-Supported Cooperative Work & Social Computing*. — San Francisco, CA, 2016. — p. 1185–1200.
60. Pera A. Psychopathological Processes Involved in Social Comparison, Depression, and Envy on Facebook. — *Front Psychol*. 2018; 23(9): 22.
61. Pettalia JL, Levin E, Dickinson J. Cyberbullying: eliciting harm without consequence. *Comput Hum. Behav*. 2013; 29:2758–2765.
62. Picardo J, McKenzie SK, Collings S, Jenkin G. Suicide and self-harm content on Instagram: A systematic scoping review. *PLoS One*. 2020; 15(9): e0238603.
63. Plemmons G, Hall M, Douppnik S, Gay J, Brown C, Browning W, et al. Hospitalization for suicide ideation or attempt: 2008–2015. *Pediatrics*. 2018; 141: e20172426.
64. Pontes HM. Investigating the differential effects of social networking site addiction and Internet gaming disorder on psychological health. *J Behav Addict*. 2017; 6: 601–610.
65. Przybylski AK, Murayama K, DeHaan CR, Gladwell V. Motivational, emotional, and behavioral correlates of fear of missing out. *Comput Hum Behav*. 2013; 29: 1841–1848.
66. Pumper MA, Moreno MA. Identifying high-risk alcohol users in first-year college students: attitude, intention, and Facebook. *J Alcohol Drug Depend*. 2013; 1: 1000128.
67. Radovic A, Gmelin T, Stein BD, Miller E. Depressed adolescents’ positive and negative use of social media. *J Adolesc*. 2017; 55: 5–15.
68. Raudsepp L, Kais K. Longitudinal associations between problematic social media use and depressive symptoms in adolescent girls. *Prev Med Rep*. 2019; 15: 100925.
69. Reinecke L, Meier A, Beutel ME, Schemer C, Stark B, Wölfling K, et al. The relationship between trait procrastination, internet use, and psychological functioning: results from a community sample of German adolescents. *Front Psychol*. 2018; 9: 913.
70. Sa’ed HZ, Sweileh WM, Awang R, Al-Jabi SW. Global trends in research related to social media in psychology: mapping and bibliometric analysis. *Int J Ment Health Syst*. 2018; 12: 4.
71. Savolainen I, Oksanen A, Kaakinen M, Sirola A, Miller BL, Paek HJ, et al. The Association between social media use and hazardous alcohol use among youths: a four-country study. *Alcohol Alcohol*. 2020; 55: 86–95.
72. Shakir T., Bhandari N., Andrews A., Zmitrovich A., McCracken C., Gadomski J., et al. Do our adolescents know they are cyberbullying victims? *J. Infant Child Adolesc. Psychother*. 2019; 18: 93–101.
73. Sherman LE, Payton AA, Hernandez LM, Greenfield PM, Dapretto M. The power of the like in adolescence: effects of peer influence on neural and behavioral responses to social media. *Psychol Sci*. 2016; 27: 1027–1035.
74. Song J, Song TM, Seo DC, Jin JH. Data mining of web-based documents on social networking sites that included suicide-related words among Korean adolescents. *J Adolesc Health*. 2016; 59: 668–673.
75. Spilkova J, Chomynova P, Csemy L. Predictors of excessive use of social media and excessive online gaming in Czech teenagers. *J Behav Addict*. 2017; 6: 611–619.
76. Steers MLN, Neighbors C, Wickham RE, Petit WE, Kerr B, Moreno MA. My friends, I’m# SOTALLYTOBER: A longitudinal examination of college students’ drinking, friends’ approval of drinking, and Facebook alcohol-related posts. *Digit Health*. 2019; 5.
77. Stockdale LA, Coyne SM. Bored and online: reasons for using social media, problematic social networking site use, and behavioral outcomes across the transition from adolescence to emerging adulthood. *J Adolesc*. 2020; 79: 173–183.
78. Tiggemann M, Slater A. NetGirls: the Internet, Facebook, and body image concern in adolescent girls. *Int J Eat Disord*. 2013; 46: 630–633.
79. Twenge JM, Cooper AB, Joiner TE, Duffy ME, Binau SG. Age, period, and cohort trends in mood disorder indicators and suicide-related outcomes in a nationally representative dataset, 2005–2017. *J Abnorm Psychol*. 2019; 128: 185–199.
80. Twenge JM. More time on technology, less happiness? Associations between digital-media use and psychological well-being. *Curr Dir Psychol Sci*. 2019; 28:372–379.
81. Van den Eijnden R, Lemmens J, Valkenburg P. The social media disorder scale: validity and psychometric properties. *J Behav Addict*. 2016; 5: 13.
82. Van Rooij AJ, Ferguson CJ, Van de Mheen D, Schoenmakers TM. Time to abandon Internet Addiction? Predicting problematic Internet, game, and social media use from psychosocial well-being and application use. *Clin Neuropsychiatry*. 2017; 14:113–121.
83. Van Schalkwyk GI, Marin CE, Ortiz M, Rolison M, Qayyum Z, McPartland JC, et al. Social media use, friendship quality, and the moderating role of anxiety in adolescents with autism spectrum disorder. *J Autism Dev Disord*. 2017; 47: 2805–2813.
84. Vannucci A, Ohannessian CM. Social media use subgroups differentially predict psychosocial well-being during early adolescence. *J Youth Adolesc*. 2019; 48: 1469–1493.
85. Viner RM, Aswathikuty-Gireesh A, Stiglic N, Hudson LD, Goddings AL, Ward JL, et al. Roles of cyberbullying, sleep, and physical activity in mediating the effects of social media use on mental health and wellbeing among young people in England: a secondary analysis of longitudinal data. *Lancet Child Adolesc Health*. 2019; 3: 685–696.
86. Weinstein E. Adolescents’ differential responses to social media browsing: exploring causes and consequences for intervention. *Comput Hum Behav*. 2017; 76: 396–405.
87. Westgate EC, Neighbors C, Heppner H, Jahn S, Lindgren KP. “I will take a shot for every ‘like’ I get on this status”: posting alcohol-related Facebook content is linked to drinking outcomes. *J Stud Alcohol Drugs*. 2014; 75: 390–398.
88. Yurdagül C, Kircaburun K, Emirtekin E, Wang P, Griffiths MD. Psychopathological consequences related to problematic Instagram use among adolescents: the mediating role of body image dissatisfaction and moderating role of gender. *Int J Ment Health Addict*. 2019; 1–13.