

ВОЗРАСТНАЯ ПСИХОЛОГИЯ | AGE-RELATED PSYCHOLOGY

Научная статья | Original paper

Подросток в цифровой среде: идентичность и образ себя

Ю.А. Кочетова¹, М.В. Климакова¹✉

¹ Московский государственный психолого-педагогический университет, Москва, Российская Федерация

✉ klimakovamv@mgppu.ru

Резюме

Контекст и актуальность. Формирование идентичности в подростковом возрасте является центральной задачей развития, а в современном мире значительную роль в формировании идентичности играют цифровая среда и социальные сети. Они выступают частью микросистемы развития подростка, оказывая комплексное и зачастую противоречивое влияние на процесс становления «Я». **Цель** — проанализировать механизмы и специфику воздействия социальных сетей на формирование идентичности в подростковом возрасте, выявив как риски, так и потенциальные возможности этого процесса. **Методы и материалы.** В данной статье применялся метод теоретического анализа отечественной и зарубежной научной литературы по теме исследования. **Результаты.** Анализ выявил, что социальные сети создают принципиально новый контекст для формирования идентичности через такие механизмы, как выбор, манипуляция, вызов, применение. Большую роль в этом процессе играют самопрезентация, социальное сравнение, обратная связь и парасоциальные отношения. К ключевым рискам относятся: усиление разрыва между реальным и идеальным «Я», принятие нереалистичных стандартов успеха, приводящее к росту тревожности и дисморфофобии, а также контекстный коллапс, усложняющий формирование идентичности. С другой стороны, цифровая среда предоставляет возможности для инклюзивного самовыражения, поиска единомышленников и поддерживающих сообществ, что может служить ресурсом для личностного роста. **Выводы.** Социальные сети, выступая новой экологической микросистемой (Наварро, Тадж), активно влияют на процесс формирования идентичности, предоставляют уникальную площадку для формирования идентичности.

Ключевые слова: идентичность, социальные сети, образ себя, подростковый возраст, цифровая среда

Кочетова Ю.А., Климакова М.В. (2025)
Подросток в цифровой среде:
идентичность и образ себя
Социальные науки и детство, 6(3), 85—98.

Kochetova Yu.A., Klimakova M.V. (2025)
Adolescent in the digital environment:
identity and self-image
Social Sciences and Childhood, 6(3), 85—98.

Для цитирования: Кочетова, Ю.А., Климакова, М.В. (2025). Подросток в цифровой среде: идентичность и образ себя. *Социальные науки и детство*, 6(3), 85—98. <https://doi.org/10.17759/ssc.2025060306>

Adolescent in the digital environment: identity and self-image

Yu.A. Kochetova¹, M.V. Klimakova¹✉

¹ Moscow State University of Psychology and Education, Moscow, Russian Federation

✉ klimakovamv@mgppu.ru

Abstract

Context and relevance. Identity formation in adolescence is a central developmental task, and in the modern world, the digital environment and social networks play a significant role in this process. They act as part of the adolescent's developmental microsystem, exerting a complex and often contradictory influence on the formation of the "Self". The goal is to analyze the mechanisms and specifics of social media's impact on identity formation in adolescence, identifying both the risks and potential opportunities of this process. **Methods and materials.** This article uses the method of theoretical analysis of domestic and foreign scientific literature on the research topic. **Results.** The analysis revealed that social networks create a fundamentally new context for identity formation through mechanisms such as selection, manipulation, evocation, and application. Self-presentation, social comparison, feedback, and parasocial relationships, among others, play a major role in this process. Key risks include: the widening gap between the real and ideal "Self", the internalization of unrealistic standards of success leading to increased anxiety and dysmorphia, as well as context collapse, which complicates identity formation. On the other hand, the digital environment provides opportunities for inclusive self-expression, finding like-minded people, and supportive communities, which can serve as a resource for personal growth. **Conclusions.** Social networks, acting as a new ecological microsystem (Navarro, Tudge), actively influence the process of identity formation, providing a unique platform for it. Their influence is dual, presenting both risks and resources for the development of a teenager's personality.

Keywords: identity, social media, self-image, adolescence, digital environment

For citation: Kochetova, Yu.A., Klimakova, M.V. (2025). Adolescent in the digital environment: identity and self-image. *Social Sciences and Childhood*, 6(3), 85—98. (In Russ.). <https://doi.org/10.17759/ssc.2025060306>

Введение

Формирование идентичности — центральный элемент становления личности в подростковом возрасте. По Э. Эриксону, эго-идентичность представляет собой субъективное чувство целостности личности, включающее самотождественность (уверенность в стабильности своего «Я») и ее признание значимым окружением.

Понятие эго-идентичности концептуально близко к ключевому новообразованию подросткового возраста в отечественной психологии — развитию самосознания. По

Д.Б. Эльконину, это «открытие своего Я», проявляющееся в рефлексии. В результате подросток начинает сравнивать себя с другими и вырабатывать собственную систему ценностей, что служит основой для построения зрелых отношений и профессионального становления.

Данный обзор основан на теоретическом и сравнительном синтезе научных источников по проблеме формирования идентичности подростков в цифровой среде.

Актуальность данной статьи обусловлена тем, что формирование идентичности в подростковом возрасте является центральной задачей развития, а в современном мире значительную роль в этом процессе играют цифровая среда и социальные сети.

Научная новизна исследования заключается в систематизации данных о формировании идентичности в условиях социальных сетей, синтезе современных теоретических моделей (таких, как модель четырех механизмов Со и др., неэкологическая теория Наварро и Таджа) применительно к процессу формирования идентичности подростка в социальных сетях. В работе обобщаются ключевые механизмы воздействия социальных сетей и выявляются специфические риски, связанные с алгоритмической организацией цифровой среды, анализируются взаимосвязи между алгоритмическим управлением, целенаправленной самопрезентацией и психологическими последствиями для целостности «Я»: соцсети не просто влияют на содержание идентичности, но и меняют процесс ее формирования.

Практическая значимость и авторский вклад конкретизируются в формулировке психолого-педагогических стратегий, направленных на минимизацию этих рисков и усиление позитивного потенциала цифровой среды для развития подростков.

Практическая значимость состоит в выработке конкретных инструментов для психологической помощи. Понимание механизмов формирования идентичности в цифровом пространстве позволит эффективнее работать с проблемами самооценки, тревожности и депрессии, интеграции онлайн- и офлайн-идентичности у подростков, вызванными их онлайн-опытом, снижать зависимости от внешних оценок (лайков, комментариев).

Материалы и методы

Цель — анализ механизмов и специфики воздействия социальных сетей на формирование идентичности в подростковом возрасте.

Задачи:

1. проанализировать механизмы влияния социальных сетей на процесс становления идентичности подростка и связанные с ними потенциальные риски и возможности;
2. сформулировать рекомендации, направленные на минимизацию рисков и усиление позитивных возможностей цифровой среды.

Исследовательский вопрос: какие механизмы, специфичные для социальных сетей, играют роль в формировании идентичности подростка?

Методы: теоретический анализ научной литературы, обзор эмпирических исследований.

Поиск осуществлялся в рецензируемых научных журналах, включая базы данных eLibrary, CyberLeninka, а также международные базы (Google Scholar, Scopus, Web of Science, PubMed).

Отбирались качественные и количественные эмпирические исследования, теоретические обзоры и концептуальные статьи, затрагивающие вопросы идентичности, самооценки и образа себя, цифрового поведения подростков и возможных рисков.

Всего было отобрано 23 источника, опубликованных в период с 2012 по 2025 год, которые включают:

- отечественные эмпирические и теоретические работы (Войскунский, Евдокименко, Федунина, 2013; Гребенникова, 2017);
- международные эмпирические и теоретические исследования (Soh, Talaifar, Harari, 2024; Pérez-Torres, 2024; Loh, Walsh, 2021);
- нормативно-классификационные и теоретико-методологические источники (МКБ-11..., 2022; Navarro, Tudge, 2023).

Результаты

Теоретические основы формирования идентичности в цифровой среде: от модели Дж. Марсии к концепции виртуальных микросистем

Дж. Марсия предложил модель статусов эго-идентичности, основанную на 2 критериях: исследование (экспериментирование, постановка под сомнение и оценки различных вариантов идентичности) и приверженность (принятие решений в ключевых сферах — личный интерес к этим ценностям, убеждениям или целям). Современные исследователи расширили представления о двух основных процессах — исследовании и приверженности. Так, Е. Кроцетти включает в них и третий фактор — пересмотр приверженности, когда человек сравнивает свои обязательства с другими вариантами (Crocetti, 2017). Авторы подчеркивают, что процесс формирования идентичности динамичен: подростки не только формируют, сохраняют и укрепляют выбранные ими обязательства, идентичность (стадия сохранения), но и пересматривают их в рамках циклического процесса. В социальных сетях этот процесс пересмотра и корректировки происходит особенно интенсивно благодаря доступности различных социальных ролей и мгновенной обратной связи.

Учитывая центральную роль таких взаимодействий в подростковом возрасте, современные исследователи предлагают рассматривать цифровое пространство как полноценную микросистему, наряду с семьей и школой, поскольку оно определяет, как подростки формируют и проявляют свою идентичность (Sirin, Brauer, Tugberk, 2024).

Так, Дж.Л. Наварро и Дж.Р.Х. Тадж разработали неэкологическую теорию, которая учитывает существование виртуальных микросистем. Авторы придерживаются принципов биоэкологической теории У. Бронфенбреннера, но выделяют два типа микросистем — физические и виртуальные, а также подчеркивают важность макросистемных факторов (культуры и внутриобщественных различий) для понимания развития в эпоху цифровых технологий. Виртуальные микросистемы являются основным контекстом, в котором молодежь участвует во взаимодействии с окружающим миром и людьми, т. е. в проксимальных процессах (Navarro, Tudge, 2023).

Механизмы формирования идентичности в цифровой среде

С. Со с соавторами отмечают, что цифровой контекст не играет единой роли в формировании идентичности из-за вариативности взаимодействия пользователей со средой. Они предлагают модель из 4-х механизмов, с помощью которых цифровая среда влияет на идентичность.

1. Выбор: люди выбирают, с какими цифровыми средами взаимодействовать (или избегать их). Так, люди с менее адаптивными процессами формирования идентичности (например, в статусе диффузии) склонны к чрезмерному использованию соцсетей.

2. Манипуляция: намеренное изменение цифровой среды человеком. Это: самопрезентация, настройка профилей, публикация заявлений о своей идентичности, чтобы получить подтверждающую обратную связь.

3. Вызов (или эвокация): алгоритмы соцсетей, основанные на предыдущем поведении, формируют персонализированный контент, непреднамеренно сужая поле для исследования идентичности. Реакция поступает как от самой системы (с помощью искусственного интеллекта и рекомендаций на основе алгоритмов), так и от других пользователей (лайки, комментарии).

4. Применение: интеграция опыта, полученного в цифровой среде, в свою идентичность. Люди, взаимодействующие с одной и той же цифровой средой, могут получать разный опыт, интерпретировать его, включить этот опыт в свою идентичность или активно сопротивляться этому (Soh, Talaifar, Harari, 2024).

С помощью описанных механизмов подростки формируют свои взгляды, ценности и убеждения, которые, в свою очередь, определяют их индивидуальную, социальную, культурную, национальную и глобальную идентичность (Sirin, Brauer, Tugberk, 2024).

Так, эксперименты в рамках теории сдвига идентичности показывают, что самопрезентация в онлайн-контексте может привести к реальным изменениям в самовосприятии, особенно при получении обратной связи от других (Soh, Talaifar, Harari, 2024).

Эксперименты в рамках теории сдвига идентичности демонстрируют, что целенаправленная самопрезентация в онлайн-контексте (например, в роли интроверта или экстраверта) приводит к реальным изменениям в самовосприятии подростков. Публичная самопрезентация вызывала «сдвиг идентичности» — интеграцию цифрового образа в Я-концепцию, усиливающуюся даже при однократной неперсонализированной положительной реакции (Soh, Talaifar, Harari, 2024).

Изучается также и процесс формирования нарративной идентичности у подростков, то есть осмысленной истории о себе.

Формирование нарративной идентичности основано на поиске баланса между стремлением к уникальности — отделиться от родителей, найти свои особенности — и потребностью в принадлежности, то есть сохранении и поддержании значимых отношений. Развитие когнитивных способностей позволяет подростку выстраивать причинно-следственные связи между опытом семьи, окружения и становлением его личности. Этот процесс проверяется в межличностном общении, где обратная связь сверстников играет ключевую роль в коррекции образа «Я», и пронизан культурным контекстом (Singer, 2020). Социальные сети опосредуют эти процессы, предоставляя площадку для экспериментов с образами и мгновенной публичной обратной связи, где внутренний поиск идентичности сталкивается с внешней реакцией.

Социальные сети — это среда, в которой подростки формируют свою идентичность, участвуя в социальных взаимодействиях, демонстрируя себя и получая обратную связь (Pérez-Torres, 2024), а также поддерживают отношения со сверстниками, что способствует развитию целостного представления о себе. Так, общение с друзьями в интернете оказывает более положительное влияние на самоидентификацию, чем контакты с малознакомыми людьми, и в целом способствует развитию близких дружеских отношений (Davis, 2013).

Подростки также используют социальные сети для самовыражения, общения со сверстниками и взаимодействия со значимыми личностями — инфлюенсерами, блогерами.

Это пространство предоставляет уникальные возможности для исследования себя и имеет свои особенности (Pérez-Torres, 2024), которые мы рассмотрим далее.

Особенности формирования идентичности в условиях социальных сетей

Специфика платформ (публичность, перманентность контента и алгоритмическая организация коммуникации) приводит к изменениям процессов социального взаимодействия и самопрезентации. Так, самопрезентация — это поведение, направленное на передачу информации о себе другим; то, как люди контролируют образ, который они создают для окружающих. В социальных сетях она становится выборочной: пользователи создают идеализированные профили, тщательно отбирая контент. Выделяют стратегии:

- заискивание: создание приятного и дружелюбного образа, чтобы понравиться аудитории;
- самореклама: демонстрация своих навыков, талантов и компетенций.

Подростки стремятся к позитивной самопрезентации, чтобы получить одобрение сверстников, что крайне важно для формирования их Я-концепции (Pérez-Torres, 2024).

Обратная связь (лайки, комментарии от сверстников) в социальных сетях публична, постоянна и заметна, поэтому очень важна для формирования идентичности. Социальные сети позволяют корректировать и оптимизировать онлайн-профили (самопрезентацию), чтобы получать положительные отзывы. При публикации контента подростки часто ориентируются на «воображаемую аудиторию», по Д. Элкинду, — убеждение, что другие постоянно думают о них и оценивают их (Куликов, 2012), пытаются представить, как аудитория воспринимает их профили и посты, и «действуют в соответствии с воображаемой аудиторией, реагируют на нее и тем самым укрепляют ее» (Pérez-Torres, 2024).

Публикации в социальных сетях обостряют диссонанс между реальным и идеальным «я», провоцируя постоянное сравнение с другими. Пользователи видят тщательно отредактированные версии жизни других, что усиливает разрыв между реальным и идеальным «я», особенно в сфере внешности, отношений и успехов (Pérez-Torres, 2024). Стремление публиковать идеализированные изображения усугубляет этот разрыв и может способствовать развитию депрессии (Гончарова, 2024).

Культурные стандарты красоты и успеха, транслируемые через платформы, часто принимаются как свои собственные. Нереалистичные модели в соцсетях обычно становятся для большинства подростков ориентиром, что приводит к снижению психологического благополучия и самооценки (Pérez-Torres, 2024). Данная ситуация накладывается на ключевую особенность возрастного развития — смещение фокуса критического мышления с внешнего мира на себя. Подросток, обретая способность к рефлексии и абстрактному мышлению, начинает применять их по отношению к себе, сравнивая реальное «я» с навязанным цифровым идеалом, что может стать как источником саморазвития, так и причиной внутриличностных конфликтов, неадекватной самооценки (Ощепков, 2017). Особую опасность представляет онлайн-шейминг: издевательства над внешностью, по сравнению с другими аспектами, в 21 раз чаще вызывают негативные реакции и ассоциированы с депрессией (25—45%), тревожностью и психосоматическими проблемами (15%), особенно среди девочек (Novotný, Kvintová, Váchová, 2025).

Стремление подростков к нереалистичным идеалам, особенно характерное для подростков, вызывает неудовлетворенность собой, что иллюстрирует феномен «снэпчат-дисморфофобии» — обращения к пластическим хирургам для соответствия отфильтрованным изображениям (Ramphul, Mejias, 2018). В 2018 году зарубежные издания (Huffington Post, The Independent),

ссылаясь на врачей, описали случаи, когда пациенты приносили на консультацию свои и чужие фотографии с фильтрами как желаемый образец для изменения внешности (Ramphul, Mejias, 2018). Фильтры в приложениях искажают восприятие реальности, меняя стандарты красоты и способствуя росту дисморфофобических расстройств (Zahid, Kumari, Khan, 2024). Дисморфофобия, относящаяся к обсессивно-компульсивным расстройствам, проявляется в стойкой озабоченности мнимыми недостатками внешности, попытках их скрыть и избегании ситуаций, где они могут быть замечены (Всемирная организация здравоохранения, 2022). Хотя термин «снэпчат-дисморфофобия» остается дискуссионным (Ramphul, Mejias, 2018), он уже используется в научных исследованиях (Zahid, Kumari, Khan, 2024; Mancin et al., 2025).

Представленные в социальных сетях новые ролевые модели (знаменитости, инфлюенсеры) также способствуют формированию идентичности. Отношения между подростками и медийными личностями часто объясняются через концепцию парасоциальных отношений — иллюзорных, но эмоционально значимых односторонних связей. Близость, аутентичность и привлекательность инфлюенсеров способствуют формированию идентичности через идентификацию (поиск сходства) или идеальную идентификацию (стремление к желаемым качествам) (Pérez-Torres, 2024). Эти отношения являются частью поиска новых ролей.

Исследователи подчеркивают, что онлайн-среда характеризуется контекстным коллапсом — стиранием границ между разными социальными контекстами (друзья, семья, коллеги, преподаватели). Контекстный коллапс связан с тем, что люди, общающиеся в интернете, могут использовать несколько идентичностей, поскольку взаимодействуют с чужими представлениями о себе, в результате происходит их наложение друг на друга. В широком смысле коллапс контекста означает, что люди, информация и нормы из разных сред сливаются в один контекст. Авторы данной концепции Дэвис и Юргенсон выделяют два типа:

- контекстный сговор (context collusion): участники намеренно объединяют различные контексты (например, публикация личной информации для всех);
- контекстное столкновение (context collision): различные социальные среды непреднамеренно и неожиданно сталкиваются друг с другом (например, когда вас отмечают на фото без вашего ведома) (Loh, Walsh, 2021).

Различие между контекстуальным сговором и столкновением заключается в преднамеренности действий. В первом случае человек сознательно допускает смешение информации, во втором — это происходит помимо его воли. Оба случая связаны со стремлением поддерживать желаемый образ себя, который в интернете опосредован действиями в соцсетях. При контекстном столкновении разные ситуации смешиваются без ведома человека. В этом случае представление, которое пытается создать человек, нарушается чужими действиями в соцсети. В результате во взаимодействии с другими людьми могут возникать ситуации, когда «я» подвергается сомнению или подрывается каким-то образом (Loh, Walsh, 2021), что особенно важно в подростковом возрасте, когда подростки стремятся подчеркивать социально желательные черты своей личности, чтобы быть принятыми группой (Гребенникова, 2017). Таким образом, коллапс контекста усложняет формирование идентичности, так как разные аудитории ожидают разного поведения. Наглядной иллюстрацией этого служит исследование, показавшее неоднозначное отношение студентов к использованию Facebook* в образовательной среде: многие воспринимают его как сугубо личное пространство и не желают добавлять в друзья преподавателей, что приводит к

* Запрещенная в Российской Федерации социальная сеть.

самоцензуре и активному использованию настроек приватности для разделения учебной и социальной идентичности (Dennen, Burner, 2020), поскольку столкновение разных социальных контекстов может поставить их «я» под сомнение (Loh, Walsh, 2021). Авторы подчеркивают, что масштабный контекстный коллапс в некоторых соцсетях, где сталкиваются разные аудитории, вызывает у молодежи дискомфорт и затрудняет формирование идентичности. В то же время другие соцсети с более целостной визуальной средой позволяют конструировать более последовательный образ себя, соответствующий нормам конкретного сообщества (Wijesinghe, Chandrasekara, Wijetunga, 2022).

Особый интерес представляет феномен альтернативных идентичностей — множественных сетевых образов, которые пользователи сознательно конструируют для разных целей и ситуаций. Отмечается, что основной мотивацией их создания служит не эксперимент с идентичностью, а игровая составляющая — развлечение и шутка, что может рассматриваться как особая форма самопознания и поиска себя (Войскунский, Евдокименко, Федунина, 2013). Отмечается, что создание виртуального образа или виртуальной идентичности идет при участии характеристик фальшивой самопрезентации, которая ориентирована на создание образа в социальной сети, не соответствующего реальному, с целью понравиться или обмануть. Наиболее предрасполагает к фальшивой самопрезентации одиночество, а также игровой мотив (Корниенко, Руднова, 2024).

Однако, согласно другим исследованиям, наблюдается новая траектория формирования Я, «выражающаяся не в построении альтернативной виртуальной идентичности, отличной или антагонистичной реальной, ... а в сближении реальной и виртуальной идентичности и, соответственно, цифровой и реальной личности» (Солдатова, Чигарькова, Илюхина, 2022).

Важную роль играет *визуальный контент*. Ключевой визуальной практикой стал феномен селфи, который представляет собой не просто фотографию, а сложный акт коммуникации и самопрезентации. Молодые люди тратят значительные усилия на создание аутентичного, но в то же время идеализированного образа, находясь в постоянном поиске баланса между «достаточно отредактированным» и «слишком реальным». Эта интенсивная «работа над аутентичностью» является источником значительной тревоги, особенно в периоды жизненных переходов, таких как поступление в университет, когда профили в соцсетях часто подвергаются полной «перезагрузке». Таким образом, многие молодые люди тратят значительное количество времени на выбор, редактирование, фильтрацию, т. е. на формирование своего образа для публикации на платформе, что является частью формирования визуальной самоидентификации, связанной с согласованием и созданием визуального образа себя. Представления молодежи о том, как они должны выглядеть, можно рассматривать как компоненты работы над идентичностью, направленные на то, чтобы представить публике идеализированный образ себя. Кроме того, изображения часто воспринимают как компоненты социального взаимодействия, которые могут давать более полное представление о повседневных эмоциональных реалиях людей (Gorea, 2021).

Визуальная эстетика платформ и соцсетей — это система визуальных стандартов, норм и языковых кодов, формирующаяся на цифровых платформах и играющая важную роль в формировании идентичности. Она включает в себя преобладающие цветовые палитры, типы композиций (например, в кадре селфи), стили редактирования фотографий, дизайн интерфейсов и визуальные тренды, которые задают инфлюенсеры. Будучи источником давления через унифицированные стандарты, она одновременно служит ресурсом для утверждения уникальной идентичности и поиска сообществ (Putra, Afrilian, 2025).

В цифровую эпоху эстетика становится ключевой платформой для выражения и трансформации культурной идентичности, чему способствуют цифровые технологии и виртуальная реальность. Эстетика не только предоставляет платформу для выражения культурной идентичности, но и способствует ее передаче и восстановлению в ходе межкультурного обмена (Ye, 2024).

Обсуждение

Процесс формирования идентичности в подростковом возрасте претерпел трансформацию в условиях цифровизации. Социальные сети выступают новой микросистемой (Наварро, Тадж). Современные теоретические модели, такие как трехфакторная модель Крочетти (Crocetti, 2017) и модель четырех механизмов Со (выбор, манипуляция, вызов, применение), демонстрируют, что цифровая среда предоставляет уникальную площадку для формирования идентичности.

Ответ на центральный исследовательский вопрос — «Какие механизмы, специфичные для социальных сетей, играют роль в формировании идентичности подростка?» — заключается в том, что формирование идентичности в социальных сетях опосредуется уникальным комплексом алгоритмически усиленных механизмов, которые делают этот процесс интенсивным, публичным и рефлексивным, но одновременно более уязвимым. Ключевыми специфическими механизмами являются следующие.

1. Активность личности в социальных сетях: человек выбирает свое поведение в соцсетях, а персонализированный контент, формируемый алгоритмами на основе прошлого поведения, непреднамеренно сужает или искажает поле для исследования идентичности, усиливая одни ее аспекты и подавляя другие.

2. Публичная, количественно измеримая обратная связь: система лайков и комментариев создает постоянный, перманентный и оцифрованный поток внешней валидации, заставляя подростка постоянно ориентироваться на «воображаемую аудиторию» и подстраивать самопрезентацию под ожидаемые реакции.

3. Стирание границ между разными социальными аудиториями (друзья, семья, учителя) в едином цифровом пространстве создает конфликт ролевых ожиданий, усложняя формирование последовательного и целостного образа «Я».

4. Визуальная самопрезентация как «работа над аутентичностью»: такие практики, как селфи, и стандарты визуальной эстетики платформ превращают самопрезентацию в интенсивный труд по созданию идеализированного, но воспринимаемого как аутентичный образа, что является источником постоянной тревоги.

Выявленные особенности формирования идентичности в социальных сетях обуславливают необходимость разработки психолого-педагогических стратегий, которые бы помогали подросткам ориентироваться в этом сложном пространстве, минимизируя риски и усиливая позитивные возможности. Мы полагаем, что стратегии должны включать в себя следующее.

1. Обучение подростков критическому анализу контента, влияния алгоритмов и рекламы — пониманию, что образы в соцсетях являются тщательно сконструированными и отредактированными, а не отражением повседневной реальности.

2. Формирование навыков саморегуляции: помощь в регулировании времени, проводимого в сети, и эмоциональной реакции на обратную связь (лайки, комментарии); обучение гибкому использованию настроек приватности для управления контекстным коллапсом.

3. Стимулирование позитивного и созидательного использования цифровой среды: психолого-педагогическая работа должна быть направлена на то, чтобы помочь подросткам, особенно склонным к тревоге и депрессивным состояниям, сместить фокус внимания с пассивного потребления контента и болезненного социального сравнения на активные и позитивные практики. Ключевая задача — напомнить им о возможностях, которые они могут упускать из виду: использовании соцсетей как инструмента для целенаправленного поиска единомышленников и поддерживающих сообществ, развития хобби, профориентации и творческой самореализации. Это позволяет перевести цифровое пространство из источника стресса в ресурс для личностного роста и социального подключения.

4. В рамках психологического консультирования сам факт получения позитивной обратной связи в сети (например, лайка или одобрительного комментария) может быть использован как ресурс и точка опоры для подростка, переживающего отвержение в офлайне. Однако при этом крайне важно соблюдать баланс, помогая ему интегрировать онлайн-поддержку в реальную жизнь и не допуская ухода в цифровой эскапизм.

Выводы

На основе проведенного обсуждения можно сформулировать следующие выводы.

Социальные сети создают качественно новую социальную ситуацию развития, выступая виртуальной микросистемой, где формирование идентичности происходит через специфические алгоритмически опосредованные механизмы.

Ключевыми отличиями процесса формирования идентичности в социальных сетях являются его публичность, измеримость обратной связи и постоянный характер контекстного коллапса, что приводит к повышенной рефлексивности и одновременно уязвимости.

Пользователи, особенно подростки, постоянно ориентируются на «воображаемую аудиторию», тщательно корректируют свой образ под влиянием алгоритмической среды и публичной обратной связи, что делает процесс формирования идентичности более рефлексивным, публичным, фрагментарным и уязвимым для внешней оценки. Разрыв между идеальным и реальным «Я» в социальных сетях, сравнение с идеализированными образами, принятие нереалистичных стандартов, феномены контекстного коллапса, «снэпчт-дисморфофобии» и др. связаны не с самими платформами, а с интенсификацией и искажением традиционных процессов (социального сравнения, рефлексии) под действием указанных специфических механизмов.

Эффективная психолого-педагогическая работа с подростками требует учета специфики цифровой среды и должна быть направлена на развитие критического мышления, навыков саморегуляции и осознанного использования позитивного потенциала социальных сетей.

Практическая значимость исследования. Результаты исследования могут быть использованы в возрастно-психологическом консультировании, профилактической работе с участниками образовательного процесса. Выявленные особенности формирования идентичности в социальных сетях обуславливают необходимость разработки психолого-педагогических стратегий, которые бы помогали подросткам ориентироваться в этом сложном пространстве, минимизируя риски и усиливая позитивные возможности.

Перспективы дальнейших исследований видятся в более глубоком изучении эффектов воздействия цифровой среды на развитие идентичности, в сравнительном анализе формирования различных компонентов идентичности (профессиональной, гендерной,

культурной); изучении траекторий развития идентичности у подростков с разным типом цифрового поведения для выявления причинно-следственных связей; в разработке и апробации эффективных методик и технологий работы, направленных на развитие навыков осознанного использования соцсетей для личностного роста и на развитие цифровой грамотности и устойчивости к алгоритмическому давлению, основанных на выявленных в данном обзоре механизмах (например, тренинги по работе с контекстным коллапсом).

Ограничения. Анализ опирался на источники, отобранные по критерию доступности и репрезентативности в ведущих научных базах данных, что могло привести к непреднамеренному исключению значимых работ, повлияв на полноту охвата проблематики. В исследовании не были учтены индивидуально-личностные особенности, семейный контекст, которые могут выступать значимыми медиаторами изучаемых процессов. Кроме того, алгоритмы платформ, тренды и популярные форматы коммуникации быстро меняются, что обуславливает временной характер части выводов, которые могут потребовать уточнения в будущем.

Limitations. The analysis relied on sources selected based on accessibility and representativeness within leading academic databases, which may have unintentionally excluded significant studies, thereby affecting the comprehensiveness of the coverage of the topic. The study did not account for individual psychological characteristics or family context, which could serve as important mediators in the processes under investigation. Furthermore, platform algorithms, communication trends, and popular content formats evolve rapidly, which renders some of the findings time-sensitive and potentially in need of refinement in future research.

Список источников / References

1. Войскунский, А.Е., Евдокименко, А.С., Федунина, Н.Ю. (2013). Альтернативная идентичность в социальных сетях. *Вестник Московского университета. Серия 14. Психология*, 1, 66—83. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=18906087> (дата обращения: 08.09.2025).
Voiskounsky, A.E., Evdokimenko, A.S., Fedunina, N.Y. (2013). Alternative identity in social networks. *Moscow University Psychology Bulletin*, 1, 66—83. (In Russ.). URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=18906087> (viewed: 08.09.2025).
2. Гончарова, Д.Д. (2024). Психологические причины депрессии у старших подростков. *Молодой ученый*, 27(526), 82—84. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=68183583> (дата обращения: 05.10.2025).
Goncharova, D.D. (2024). Psychological causes of depression in older adolescents. *Young Scientist*, 27(526), 82—84. (In Russ.). URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=68183583> (viewed: 05.10.2025).
3. Гребенникова, О.В. (2017). Социальная идентификация современных подростков и юношей. *Вестник РГГУ. Серия «Психология. Педагогика. Образование»*, 3, 134—147. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=32485282> (дата обращения: 05.10.2025).
Grebennikova, O.V. (2017). Social identification of modern teenagers and young men. *RSUH/RGGU BULLETIN. "Psychology. Pedagogics. Education" Series*, 3, 134—147. (In Russ.). URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=32485282> (viewed: 05.10.2025).
4. Корниенко, Д.С., Руднова, Н.А. (2024). Фальшивая самопрезентация подростков в социальных сетях: связь с характеристиками использования социальных сетей и одиночеством. *Социальная психология и общество*, 15(2), 47—64.

<https://doi.org/10.17759/sps.2024150204>

Kornienko, D.S., Rudnova, N.A. (2024). Adolescents' false Self-Presentation in Online Social Networks: Relationship with Social Media Use, Motives, and Loneliness. *Social Psychology and Society*, 15(2), 47—64. (In Russ.). <https://doi.org/10.17759/sps.2024150204>

5. Куликов, Д.К. (2012). Эгоцентризм: критические исследования феномена (обзор статей специального выпуска журнала *New Ideas in Psychology*. Vol. 29, Issue 3, December 2011). *Современная зарубежная психология*, 1(3), 5—13. URL: https://psyjournals.ru/journals/jmfp/archive/2012_n3/56543 (дата обращения: 05.10.2025).
Kulikov, D.K. (2012). Egocentrism: critical review of the phenomenon (review of articles in a specialized issue of the journal *New Ideas in Psychology*. *Journal of Modern Foreign Psychology*, 1(3), 5—13. (In Russ.). URL: https://psyjournals.ru/en/journals/jmfp/archive/2012_n3/56543 (viewed: 05.10.2025).
6. МКБ-11 для ведения статистики смертности и заболеваемости. (2022). ВОЗ. URL: <https://icd.who.int/browse/2025-01/mms/ru> (дата обращения: 05.10.2025).
ICD-11 for Mortality and Morbidity Statistics. (2022). World Health Organization. URL: <https://icd.who.int/browse/2025-01/mms/ru> (viewed: 05.10.2025).
7. Ощепков, А.А. (2017). Особенности самооценки подростков, склонных к суицидальному поведению. *Вопросы психического здоровья детей и подростков*, 17(S2), 179—180. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=30538061> (дата обращения: 05.10.2025).
Oshchepkov, A.A. (2017). Features of self-esteem in adolescents prone to suicidal behavior. *Mental Health of Children and Adolescents*, 17(S2), 179—180. (In Russ.). URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=30538061> (viewed: 05.10.2025).
8. Солдатова, Г.У., Чигарькова, С.В., Илюхина, С.Н. (2022). Я-реальное и Я-виртуальное: идентификационные матрицы подростков и взрослых. *Культурно-историческая психология*, 18(4), 27—37. <https://doi.org/10.17759/chp.2022180403>
Soldatova, G.U., Chigarkova, S.V., Ilyukhina, S.N. (2022). Real-Self and Virtual-Self: Identity Matrices of Adolescents and Adults. *Cultural-Historical Psychology*, 18(4), 27—37. <https://doi.org/10.17759/chp.2022180403>
9. Crocetti, E. (2017). Identity formation in adolescence: The dynamic of forming and consolidating identity commitments. *Child Development Perspectives*, 11(2), 145—150. <https://doi.org/10.1111/cdep.12226>
10. Davis, K. (2013). Young people's digital lives: The impact of interpersonal relationships and digital media use on adolescents' sense of identity. *Computers in Human Behavior*, 29(6), 2281—2293. doi:10.1016/j.chb.2013.05.022
11. Dennen, V.P., Burner, K.J. (2020). Identity, context collapse, and Facebook* use in higher education: Putting presence and privacy at odds. In: P.R. Lowenthal, V.P. Dennen (Eds.), *Social Presence and Identity in Online Learning* (pp. 37—56). Abingdon: Routledge Publ. <https://doi.org/10.4324/9780429294235-4>
12. Gorea, M. (2021). Becoming your “authentic” self: How social media influences youth's visual transitions. *Social Media + Society*, 7(3). <https://doi.org/10.1177/20563051211047875>
13. Loh, J., Walsh, M.J. (2021). Social media context collapse: The consequential differences between context collusion versus context collision. *Social Media + Society*, 7(3). <https://doi.org/10.1177/20563051211041646>

* Запрещенная в Российской Федерации социальная сеть.

Кочетова Ю.А., Климакова М.В. (2025)
Подросток в цифровой среде:
идентичность и образ себя
Социальные науки и детство, 6(3), 85—98.

Kochetova Yu.A., Klimakova M.V. (2025)
Adolescent in the digital environment:
identity and self-image
Social Sciences and Childhood, 6(3), 85—98.

14. Mancin, P., Gaudenzi, V., Telesca, R., Centofanti, D., Bartoletti, E., Cerea, S. (2025). Exploring Snapchat Dysmorphia, Body Dysmorphic Disorder Symptoms, and Body Trust in Patients Seeking Aesthetic Medicine Procedures. *Aesthetic Surgery Journal*, Article sjaf185. <https://doi.org/10.1093/asj/sjaf185>
15. Navarro, J.L., Tudge, J.R.H. (2023). Technologizing Bronfenbrenner: neo-ecological theory. *Current Psychology*, 42, 19338—19354. <https://doi.org/10.1007/s12144-022-02738-3>
16. Novotný, J.S., Kvintová, J., Váchová, L., Szotkowski, R., Kopecký, K., Romero-Rodríguez, J.-M. (2025). Exploring the Negative Consequences of Online Body Shaming: A Study of Czech Adolescents. *Journal of Child and Family Studies*, 34, 1268—1282. <https://doi.org/10.1007/s10826-025-03032-z>
17. Pérez-Torres, V. (2024). Social media: a digital social mirror for identity development during adolescence. *Current Psychology*, 43, 22170—22180. <https://doi.org/10.1007/s12144-024-05980-z>
18. Putra, F.E., Afrilian, P. (2025). Visual Culture in Social Media: A Study on the Influence of Instagram on Aesthetics and Youth Culture Trends. *Asian Journal of Media and Culture*, 1(1), 40—56. <https://doi.org/10.63919/ajmc.v1i1.18>
19. Ramphul, K., Mejias, S.G. (2018). Is "Snapchat Dysmorphia" a Real Issue? *Cureus*, 10(3), Article e2263. <https://doi.org/10.7759/cureus.2263>
20. Singer, J.A. (2020). Narrative identity in a digital age: What are the human risks? *Psychological Inquiry*, 31(3), 224—228. <https://doi.org/10.1080/1047840X.2020.1820217>
21. Sirin, S.R., Brauer, S.Z., Tugberk, R.C. (2024). Reframing Adolescent Identity: A Global Perspective for the Digital Age. *Annual Review of Developmental Psychology*, 6(1), 301—322. <https://doi.org/10.1146/annurev-devpsych-010923-101059>
22. Soh, S., Talaifar, S., Harari, G.M. (2024). Identity development in the digital context. *Social and Personality Psychology Compass*, 18(2), Article e12940. <https://doi.org/10.1111/spc3.12940>
23. Wijesinghe, U., Chandrasekara, R., Wijetunga, D. (2022). Facebook* Community is Judgmental: A Symbolic Interaction Perspective on Context Collapse and Identity Construction of Youth on Social Networking Sites. *South Asian Journal of Business Insights*, 2(2), 90—107. <https://doi.org/10.4038/sajbi.v2i2.47>
24. Ye, Z. (2024). A Study on the Interaction Between Aesthetics and Cultural Identity. *Journal of Art, Culture and Philosophical Studies*, 1(2), Article 327. <https://doi.org/10.70767/jacps.v1i2.327>
25. Zahid, S., Kumari, U., Khan, A. (2024). The dark side of social media: the emergence of Snapchat Dysmorphia syndrome. *International Journal of Surgery: Global Health*, 7(2), Article e0410. <https://doi.org/10.1097/GH9.0000000000000410>

Информация об авторах

Юлия Андреевна Кочетова, кандидат психологических наук, доцент кафедры «Возрастная психология имени профессора Л.Ф. Обуховой», факультет «Психология образования», Московский государственный психолого-педагогический университет (ФГБОУ ВО МГППУ), Москва, Российская Федерация, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-9853-569X>, e-mail: kochetovayua@mgppu.ru

Кочетова Ю.А., Климакова М.В. (2025)
Подросток в цифровой среде:
идентичность и образ себя
Социальные науки и детство, 6(3), 85—98.

Kochetova Yu.A., Klimakova M.V. (2025)
Adolescent in the digital environment:
identity and self-image
Social Sciences and Childhood, 6(3), 85—98.

Мария Вячеславовна Климакова, старший преподаватель кафедры «Возрастная психология имени профессора Л.Ф. Обухова», факультет «Психология образования», Московский государственный психолого-педагогический университет (ФГБОУ ВО МГППУ), Москва, Российская Федерация, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2048-3105>, e-mail: klimakovamv@mgppu.ru

Information about the authors

Yulia A. Kochetova, Candidate of Science (Psychology), Associate Professor of the Department of Developmental Psychology named after professor L.F. Obukhova, Faculty of Educational Psychology, Moscow State University of Psychology and Education, Moscow, Russian Federation, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-9853-569X>, e-mail: kochetovayua@mgppu.ru

Maria V. Klimakova, Senior Lecturer of the Department of Developmental Psychology named after professor L.F. Obukhova, Faculty of Educational Psychology, Moscow State University of Psychology and Education, Moscow, Russian Federation, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2048-3105>, e-mail: klimakovamv@mgppu.ru

Вклад авторов

Кочетова Ю.А. — идеи исследования; аннотирование, контроль за проведением исследования; анализ отечественных теоретических источников по теме исследования; написание рукописи.

Климакова М.В. — перевод зарубежных теоретических источников литературы по теме исследования; написание и оформление рукописи.

Все авторы приняли участие в обсуждении результатов и согласовали окончательный текст рукописи.

Contribution of the authors

Yulia A. Kochetova — ideas; annotation, research ideas; annotation, supervision of research; writing of the manuscript.

Maria V. Klimakova — analysis of theoretical literature sources on the research topic; writing and design of the manuscript.

All authors participated in the discussion of the results and approved the final text of the manuscript.

Конфликт интересов

Авторы заявляют об отсутствии конфликта интересов.

Conflict of Interest

The authors declare no conflict of interest.

Поступила в редакцию 08.10.2025
Поступила после рецензирования 28.10.2025
Принята к публикации 28.10.2025
Опубликована 29.10.2025

Received 2025.10.08
Revised 2025.10.28
Accepted 2025.10.28
Published 2025.10.29