

**Грязнов Сергей Александрович**

канд. пед. наук, доцент, декан

ФКОУ ВО «Самарский юридический институт ФСИН России»

г. Самара, Самарская область

## **ОБРАЗ И ЦИФРОВЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В СОВРЕМЕННОЙ МОЛОДЕЖНОЙ СРЕДЕ**

***Аннотация:** формирование реалистичного «образа себя» крайне важно для гармоничного психофизического развития молодых людей. В настоящее время цифровые инструменты служат предпочтительным средством общения, где изображение используется как способ самовыражения. Статья посвящена вопросам взаимосвязи между образом себя и использованием цифровых технологий, в частности, рассмотрению влияния технологий образа тела молодых людей и того, как цифровая культура может влиять на благополучие.*

***Ключевые слова:** цифровые технологии, цифровые инструменты, молодежь, тело, образ.*

Подростковый и юношеский возраст представляет собой переходную фазу, характеризующуюся значительными физическими, психологическими и социальными изменениями, которые создают и определяют физиологический кризис, способствующий новому восприятию себя и других, а также новым отношениям и способам адаптации. Основой этих изменений является модификация тела и формирование нового «образа себя». Образ тела – многогранная концепция, включающая мысли, эмоции, восприятия и действия, касающиеся физического «я» и опыта пребывания в теле. Другими словами, это то, как человек воспринимает, чувствует и взаимодействует со своим телом.

Появление цифровых технологий как средства развития коммуникации и социальных отношений создало среду, в которой молодые люди могут регулярно загружать свои изображения в поисках комментариев или социального одобрения. Акты частого «запечатлечения» своих тел подчеркивают специфику

подросткового и юношеского возраста как фазы развития, в которой признание и самоутверждение имеют первостепенное значение [1].

Интернализация идеала – это степень, в которой индивидuum усваивает культурно определенные стандарты красоты, поэтому молодые люди прибегают к сравнению, чтобы оценить свой собственный социальный статус относительно других. В своем стремлении создать (и подтвердить) новую идентичность молодые люди сталкиваются с социальными тенденциями и оказываются под их значительным влиянием.

Эмоции и поведение формируются не только социальными и культурными реалиями, но и средствами массовой информации. Социальные сети используют технологии и цифровые сообщества для формирования общей идентичности. Активное участие в «жизни» социальной сети (например, комментирование, посещение) провоцирует сравнение молодых людей со сверстниками, а предоставляя им обратную связь, что в свою очередь, может усилить чувство принадлежности к группе или наоборот отвергнуть участника этой группы.

В своем поиске личной идентичности молодые люди склонны воспроизводить персонажей, с которыми они себя идентифицируют, опираясь на окружающую среду и культуру потребления. Красота, в контексте тела и образа «я», является современным объектом массовой культуры, подпитываемым СМИ, которые подчеркивают «культ физического совершенства». В связи с этим модели, на которых сделан акцент в социальных сетях, стали крайне нереалистичными.

Сравнение внешности является фактором, который усугубляет опасения молодых людей по поводу своего образа тела и может привести к поведению, направленному на изменение внешнего вида в целях поиска подтверждения одобрения. Отрицательный образ тела провоцирует ряд поведенческих моделей, направленных на «улучшение» своей внешности, таких как ограничение в питании, физическая активность и использование различных эстетических медицинских процедур для «ремоделирования» тела – все это может практиковаться в чрезмерной, неадаптивной степени.

Так, «идеал худого тела» повышает риск развития расстройств пищевого поведения или увеличивает стремление получить «идеальную» форму с помощью хирургических вмешательств. Также негативные комментарии в социальных сетях, направленные на молодых людей с избыточным весом, могут повысить риск развития депрессии. Таким образом, образ тела является значимым фактором, способствующим ощущению благополучия у молодых людей.

Характеристики позитивного образа тела должны относиться не к визуальной составляющей, а гармоничному и функционирующему восприятию, сосредоточенному на уходе за собой и быть нейтральными по отношению к идентичности (самооценке), где красота пропорций не является главной целью. Эти подчеркивает роль, роль, которую социальные сети могут играть в отношении образа тела, а именно, стимулировать у молодых людей культуру внешнего вида, делая акцент на наблюдении за телом (самообъективация) как объектом, который следует рассматривать в соответствии с индивидуальным физическим аспектом, а не в сравнении [2].

Молодые люди посвящают большое количество времени онлайн-активностям, таким как обмен фотографиями, видео. В современном обществе изображение себя достигло максимального выражения благодаря технологиям. Новая граница цифровых технологий – генеративный искусственный интеллект (генеративный ИИ). Он способен создавать различные формы контента (текст, аудио, изображения, видео), которые имитируют внешность и эмоции человека. Потенциальные последствия этой технологии для самооценки молодых людей и восприятия тела пока неизвестны, поскольку научные исследования не дали четких результатов. Однако ожидается, что использование цифровых технологий будет увеличиваться, что вызывает некоторые опасения по поводу возможных рисков.

Рост числа изображений, созданных с помощью генеративного ИИ, усиливает беспокойство по поводу образа внешнего вида. Многие инструменты генеративного ИИ являются самообучающимися, и проблема заключается в том, что они обучаются на любых доступных им данных, в том числе, содер-

жащих предубеждения, которые приводят к созданию изображений, оторванных от реальности. Предвзятость, присущую генеративному ИИ, можно обнаружить воспользовавшись онлайн-генератором изображений, например, Craiyon, который обучен на примере более 15 миллионов изображений. С помощью нескольких подсказок, таких как «красивая женщина», «красивый мужчина», «красивые глаза» генеративный ИИ предложит свою интерпретацию этих понятий (крайне нереалистичную). В связи с тем, что генеративного ИИ продолжает учиться у своего окружения, то без должного контроля он может «увечковечить» существующие предубеждения [3].

То, как генеративный ИИ воспринимает людей, может повлиять на будущие культурные тенденции, поскольку все больше изображений разрабатываемых генеративным ИИ широко просматриваются молодежью в социальных сетях. Молодые поколения узнают о красоте и формируют свой моральный ориентир в мире, где доминирует генеративный ИИ, следовательно, то, как он видит человечество, должно быть сбалансировано в социальном плане, чтобы избегать предвзятости, стереотипизации, стигматизации и дискриминации. Образы и представление себя, которые молодые люди создают в социальных сетях, должны быть наполнены эмоциональным содержанием и реальным жизненным опытом – только это может обеспечить здоровое развитие и состояние благополучия.

Концепция красоты, постоянно меняющаяся и в значительной степени определяемая общественными стандартами, развивалась на протяжении всей истории человечества и до сих пор остается сложной и неоднозначной. Ранее моральные и эстетические нормы диктовались исключительно людьми посредством таких средств, как искусство, религия или образование. Однако сегодня, в эпоху цифровых технологий, генеративный ИИ начинает играть решающую роль в формировании общественного восприятия красоты и себя, поэтому необходимы более инклюзивные и разнообразные модели ИИ, чтобы лучше представлять сложность человеческой красоты и избегать предубеждений.

Таким образом, беспрецедентный и недостаточно изученный характер вовлеченности молодежи в мир цифровых технологий требует дальнейшего изу-

чения. Кроме того, необходимо осознанное управление социальной политикой и сетями услуг, чтобы поощрять ответственное использование технологий и поддерживать здоровую адаптацию.

### ***Список литературы***

1. Aniulis E., Sharp G. и Thomas N.A. Постоянно меняющийся идеал: желаемое вами тело зависит от того, на кого вы смотрите // *Body Image*. – 2021. – No. 36. – P. 218–229. DOI: 10.1016/j.bodyim.2020.12.003. – EDN ZATRYT
2. Зябкина И.В. Особенности восприятия тела у активных пользователей социальных сетей / И.В. Зябкина, В.И. Тапунова // Социально-психологические проблемы просоциального поведения современного поколения детей и молодежи: Сборник материалов Всероссийской научно-практической конференции с международным участием (Севастополь, 14–15 октября 2022 г.). – Севастополь: ФГБ НУ «Институт природно-технических систем», 2022. – С. 237–241. – EDN HCOYWK
3. Sisti A., Aryan N., & Sadeghi P. What is beauty? // *Aesthetic plastic surgery*. – 2021. – No. 45 (5). – P. 2163–2176.