

**Беркович Ольга Ефимовна**

канд. пед. наук, доцент

**Ершова Лариса Владимировна**

канд. психол. наук, доцент, заведующий кафедрой

**Зданевич Софья Алексеевна**

студентка

Московский областной филиал  
ФГБОУ ВО «Российская академия народного хозяйства  
и государственной службы при Президенте РФ»  
г. Красногорск, Московская область

## **К ВОПРОСУ ОБ ОБЕСПЕЧЕНИИ ЛИЧНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ В ПРОЦЕССЕ ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ С ТРЕШ-БЛОГЕРАМИ**

***Аннотация:** в статье анализируется феномен трэш-блогеров и их влияния на граждан в процессе взаимодействия. Рассматриваются психологические механизмы манипуляции в трэш-контенте и его негативные последствия для личности – объекта воздействия, в частности: снижение критического мышления, рост агрессии, восприятия девиантного поведения как нормы. Предлагаются конкретные меры защиты, включая развитие медиаграмотности, практики цифровой гигиены и образовательные программы для формирования осознанного потребления контента.*

***Ключевые слова:** трэш-блогеры, медиаграмотность, манипулятивное воздействие, критическое мышление, цифровая гигиена, психология влияния.*

Цифровое пространство является полем широкого взаимодействия, в частности, коммуникации в современном обществе. Вместе с тем, юридической науке и практике известно, что любой социальный прогресс неминуемо влечет развитие новых форм противоправного поведения, что в свою очередь требует организации профилактики и противодействия им, в том числе, на социальном, психо-

логическом и педагогическом уровнях. Трэш-блогеры, чья популярность основана на демонстрации скандального, провокационного и зачастую деструктивного контента, представляют собой одну из таких форм асоциального поведения. *Актуальность исследования* данного явления обусловлена его масштабным распространением в социальных сетях и значительным влиянием на аудиторию, в частности – среди молодежи.

Трэш-контент представляет собой не просто развлекательный медиапродукт, а эффективный инструмент психологического воздействия, использующий определенные манипулятивные техники для привлечения и удержания внимания. Регулярное потребление такого контента формирует у аудитории искаженные представления о социальных нормах, способствует эмоциональной дестабилизации и снижению критического восприятия информации.

Особую значимость проблема приобретает в контексте недостаточной медиаграмотности населения и отсутствия системных знаний о безопасном потреблении интернет-контента. Необходимость комплексного изучения данного явления диктуется не только его распространенностью, но и потенциальными рисками для психического здоровья и социального благополучия пользователей.

В этой связи нам представляется уместным произвести анализ психологических механизмов влияния трэш-блогеров на аудиторию и предложить практические рекомендации по формированию осознанного потребления медиаконтента гражданами. Эта точка зрения позволила нам рассмотреть специфику манипулятивных техник, используемых в трэш-контенте, оценить его воздействие на когнитивную и эмоциональную сферу потребителей, эффективные стратегии противодействия их негативному влиянию.

В современном медиaprостранстве наблюдается активное распространение форматов контента, характеризующихся упрощенной структурой и ориентацией на массового потребителя. С теоретической точки зрения, подобный контент представляет собой закономерный продукт развития цифровой среды, где доминирующее положение занимает принцип упрощения производства и распростра-

нения медиапродукции. Согласно исследованиям в области медиаведения, происходит постепенное стирание границ между профессионально созданным контентом и пользовательскими материалами, что формирует новую систему координат в медиапотреблении.

Представляется, что динамика популяризации данного феномена обусловлена его значительным влиянием на формирование информационного ландшафта. Как отмечают современные исследователи медиасреды, наблюдается процесс трансформации критериев качества контента, где на первый план выходят показатели вовлеченности аудитории и виральности его распространения, а не его содержательная глубина или художественная ценность. Это приводит к переосмыслению традиционных моделей медиапотребления и требует разработки новых аналитических подходов для изучения цифрового пространства.

Возникновение и популяризация контента с упрощенной структурой тесно связана с особенностями современной цифровой экономики, где ключевым ресурсом становится внимание аудитории. В условиях высокой конкуренции за пользовательское вовлечение создатели контента вынуждены ориентироваться на алгоритмы платформ, которые преимущественно поощряют показатели взаимодействия и времени просмотра. Эта экономическая модель способствует развитию форматов, ориентированных на максимально быстрое привлечение и удержание внимания.

С культурологической точки зрения, популярность подобного контента отражает более глубокие социальные процессы. Современное общество характеризуется ускорением темпа жизни, фрагментацией досуговых практик и возрастанием роли визуальной коммуникации. В этом контексте упрощенный контент выполняет компенсаторную функцию, предлагая аудитории легко усваиваемые форматы, не требующие значительных когнитивных усилий. Исследования в области цифровой антропологии показывают, что потребление такого контента часто связано с потребностью в психологической разгрузке и социальной интеграции через участие в коллективных практиках медиапотребления [5].

Психологическое воздействие контента с упрощенной структурой на аудиторию проявляется через комплекс взаимосвязанных механизмов. Важную роль играет феномен психологического заражения, когда эмоциональные состояния легко передаются между участниками цифрового сообщества. Этот эффект усиливается за счет алгоритмического управления контентом, которое создает персонализированные информационные потоки, формирующие специфическую медиасреду для каждого пользователя.

С точки зрения когнитивной психологии, потребление такого контента связано с работой механизмов внимания и памяти [6]. Упрощенная структура и высокая эмоциональная насыщенность способствуют непроизвольному запоминанию и легкому усвоению информации. Однако исследователи отмечают, что длительное потребление подобного контента может приводить к снижению способности к концентрации внимания и критическому осмыслению информации. Кроме того, наблюдается эффект нормализации определенных коммуникативных моделей и поведенческих паттернов, которые постепенно интегрируются в повседневные практики пользователей.

Современные исследования в области медиапсихологии подчеркивают важность развития цифровой грамотности как средства формирования осознанного и рефлексивного подхода к потреблению контента [3]. Это включает в себя не только технические навыки работы с цифровыми платформами, но и способность к критическому анализу содержания, понимание механизмов его производства и распространения, а также осознание психологических эффектов, которые он оказывает на пользователя.

В контексте современного медиапространства представляется особо актуальным рассмотрение социально-психологических последствий систематического потребления так называемого трэш-контента. Данный феномен характеризуется спецификой, оказывающей комплексное воздействие на различные аспекты человеческой психики и социального взаимодействия.

Представляется важным отметить, что регулярное потребление трэш-контента способствует формированию определенных паттернов восприятия информации, что отражает его негативное влияние на когнитивную сферу личности. В условиях постоянного воздействия контента, характеризующегося фрагментарностью, эмоциональной насыщенностью и зачастую противоречивостью, наблюдается постепенное снижение способности объекта его воздействия к критическому осмыслению получаемой информации. Пользователь привыкает к поверхностному восприятию контента, не требующему глубокого анализа или проверки достоверности. Кроме того, важным аспектом является эффект нормализации, когда повторяющееся воздействие определенных моделей поведения, изначально воспринимаемых как девиантные, постепенно приводит к размыванию границ допустимого. Этот процесс происходит постепенно и практически незаметно для самого потребителя контента, формируя искаженное представление о социальных нормах и приемлемых формах поведения.

Как нами отмечалось в ранее проведенных исследованиях [1], повторяющееся воздействие негативно окрашенного контента, содержащего элементы агрессии, унижения или нарушения личных границ, неизбежно сказывается на эмоциональном фоне потребителя. Это позволило нам сделать вывод о корреляции между потреблением такого контента и повышением уровня тревожности, раздражительности и общего психологического дискомфорта. При длительном и систематическом его потреблении может наблюдаться эмоциональное выгорание, проявляющееся в апатии, эмоциональном истощении и снижении эмпатийного отклика.

В контексте социальных отношений и ценностей потребление трэш-контента оказывает комплексное воздействие на формирование ценностных ориентаций и моделей социального взаимодействия. Одним из наиболее значимых последствий является девальвация эмпатии, когда потребитель постепенно утрачивает способность к сопереживанию и пониманию эмоционального состояния других людей [2]. Это связано как с нормализацией агрессивного поведения, так и с формированием установки на публичное осуждение как допустимую форму

социального взаимодействия. Кроме того, под влиянием трэш-контента формируется искаженное представление о социальных нормах и критериях успеха, где ценностные ориентиры смещаются в сторону скандальной известности, демонстративного и избыточного потребления и пренебрежения общепринятыми моральными принципами. Это создает предпосылки для маргинализации определенных групп пользователей и деградации качества социального диалога в цифровой среде.

В условиях стремительного развития цифрового пространства и расширения влияния трэш-контента на различные слои населения возникает насущная необходимость в разработке комплексных стратегий защиты, направленных на подготовку пользователей к осознанному взаимодействию с подобного рода медиапродукцией в сфере медиаграмотности и формирования навыков цифровой гигиены у пользователей. Это предполагает развитие умений идентифицировать манипулятивные техники, распознавать скрытые рекламные сообщения и понимать экономические модели, лежащие в основе производства деструктивного контента.

Не менее важным аспектом является формирование культуры осознанного выбора контента и управления алгоритмами рекомендаций, что включает в себя технические навыки настройки персональных лент в социальных сетях, использования блокировок нежелательного контента и понимания принципов работы рекомендательных систем. Следует отметить, что формирование данных компетенций представляет собой длительный процесс, требующий систематического подхода и методического сопровождения.

Особую роль в процессе подготовки населения к взаимодействию с современным медиапространством играет сфера образования и просвещения. Например, внеклассные занятия, которые могут быть направлены на развитие практических навыков критического мышления и анализа медиатекстов. В этой связи уместны публичные кампании и создание специализированных информационных ресурсов, посвященных вопросам безопасного потребления контента. Подобные мероприятия позволяют охватить широкие слои населения и способствуют формированию общественного запроса на качественный медийный продукт.

На индивидуальном уровне эффективной стратегией противодействия негативному влиянию трэш-контента являются психологические техники самоконтроля [4]. В частности, практика рефлексии собственных эмоциональных состояний после потребления различного рода контента, позволяющая осознать его непосредственное воздействие на психоэмоциональную сферу. Не менее важны техники так называемого «цифрового детокса», предполагающие осознанное ограничение времени пребывания в социальных сетях и целенаправленное создание периодов «информационного отдыха». Следует подчеркнуть, что эффективность данных техник зависит от системности их применения и осознанного отношения к собственным цифровым привычкам.

Существенную роль в формировании здоровой медиакультуры играют институты семьи и общества в целом. Открытый диалог между родителями и детьми о контенте, потребляемом в сети, создает условия для своевременного выявления потенциально опасного влияния и формирования доверительных отношений. В этом контексте особое значение приобретает поощрение альтернативных форм досуга и хобби, не связанных с цифровой средой, что способствует гармоничному развитию личности и создает баланс между онлайн и офлайн-активностями.

Проведенный анализ позволяет констатировать, что феномен трэш-блогерства представляет собой симптоматичное явление современной цифровой культуры, отражающий глубинные процессы, происходящие в медиасреде и обществе в целом. Его распространение и популярность обусловлены комплексом социально-экономических, психологических и технологических факторов, взаимодействующих в условиях трансформирующегося информационного пространства. Эффективное противодействие негативному влиянию трэш-контента не может ограничиваться мерами запретительного характера, направлено на развитие способности к критическому восприятию информации, пониманию механизмов манипуляции и осознанному выбору потребляемого контента гражданами. Реализация данной задачи требует интегрированного подхода, сочетающего образовательные инициативы, просветительскую деятельность и развитие навыков саморегуляции.

### ***Список литературы***

1. Беркович О.Е. Психофизиологические и историко-антропологические основы визуальной диагностики личности / О.Е. Беркович, Б.Л. Гинзбург // Общество: социология, психология, педагогика. – 2016. – №8. – С. 46–48. EDN WITACN
2. Беркович О.Е. Юридическая психология: учеб. пособие / О.Е. Беркович, Е.Б. Матрёшина. – Казань: Бук, 2020. – 130 с. EDN TYNDGJ
3. Беркович О.Е. Проблема организации профилактики вербовки в диверсионно-разведывательные группы и террористические организации несовершеннолетних / О.Е. Беркович, Е.Б. Матрёшина, Я.А. Соломская // Юридическая психология. – 2023. – №2. – С. 27–31. DOI 10.18572/2071-1204-2023-2-27-31. EDN NXCJOE
4. Бутырская А.В. Современные реалии и исторические аспекты становления классификации судебных экспертиз в России / А.В. Бутырская, А.М. Шувалова, О.Е. Беркович // Российский следователь. – 2021. – №7. – С. 3–6. DOI 10.18572/1812-3783-2021-7-3-6. EDN PAVESJ
5. Ершова Л.В. Трансформация ценностей: поиск ценностного основания как направление воспитания современных юношей и девушек / Л.В. Ершова // Nominum. – 2023. – №3(11). – С. 48–65. EDN EMGAЕК
6. Ершова Л.В. Стремление к личностной значимости как фактор саморегуляции творческой активности старших школьников: автореф. дис. ... канд. психол. наук: 19.00.07 / Л.В. Ершова. – Екатеринбург, 2004. – 22 с. EDN NHMNKT