

**Шайтура Сергей Владимирович**

канд. техн. наук, доцент

ОАНО ВО «Московский институт технологий и управления»

г. Москва

## **ЦИФРОВОЙ ДВОЙНИК ЛИЧНОСТИ ЧЕЛОВЕКА**

***Аннотация:** в статье предложена процессуально-экологическая концептуализация личности в цифровом пространстве как динамической системы «офлайн-онлайн» практик. Ключевые механизмы: самопрезентация и управление впечатлением, самораскрытие и границы приватности, цифровая социальность, целостность идентичности и саморегуляция. На основе аналитического обзора (2024–март 2026) и авторского моделирования разработана многоуровневая модель личности в цифровом пространстве, связывающая процессы идентичности с технологическими аффордансами и алгоритмическими контурами обратной связи. Выполнена типологизация рисков целостности личности с учётом российской платформенной экосистемы. Показано, что основной вектор научной повестки смещается от бинарной оппозиции «реальное-виртуальное» к анализу смешанной реальности как нормативного контекста развития личности.*

***Ключевые слова:** личность, цифровое пространство, цифровая идентичность, интернет-коммуникация, самопрезентация, саморегуляция, цифровое благополучие, Россия.*

*Введение.*

Проблематика личности в цифровом пространстве в 2024–2026 гг. приобретает статус «сквозной» для общей психологии, психологии личности, социальной психологии и истории психологической мысли, поскольку цифровая среда перестала быть внешним инструментом и стала устойчивым контекстом жизнедеятельности, трансформирующим условия развития, общения и саморегуляции [1–5]. При этом важно подчеркнуть методологически значимый сдвиг: современная повестка исследований все меньше опирается на бинарное разделение

«реальное-виртуальное» и все больше описывает смешанную/гибридную реальность как нормативную «социальную ситуацию развития» (в культурно-историческом смысле) и как экосистему, в которую встроены цифровые орудия, практики и алгоритмические посредники [6–10].

Для российского контекста этот сдвиг приобретает особую научную остроту по трем причинам. Во-первых, быстрые изменения платформенной экосистемы и медиапрактик усиливают неоднородность цифровых траекторий (различия по поколенческим группам, регионам, типам платформ и нормам сетевого общения) [11–15]. Во-вторых, в России сформировалась сильная исследовательская линия культурно-исторической и социально-когнитивной интерпретации цифровизации, где цифровая социализация и технологически достроенная личность описываются как этап социальной эволюции психики и как новый контекст опосредования психических функций [16; 17]. В-третьих, глобальный технологический тренд 2024–2026 гг. – широкое внедрение генеративного ИИ в коммуникационные интерфейсы – добавляет новый уровень к классическим исследованиям интернет-общения: теперь личностные процессы разворачиваются не только «человек-человек», но и «человек-ИИ-медиатор-аудитория», а также «человек-платформа-алгоритм» как субъектоподобный контур обратной связи.

Цель статьи – разработать научно обоснованную модель описания личности в цифровом пространстве, релевантную для современной России (2024–2026) и сопоставимую с международными исследованиями, а также синтезировать эмпирические данные о личностных процессах интернет-коммуникации (самопрезентация, цифровая идентичность, цифровая социальность, саморегуляция, цифровое благополучие и риски целостности).

Задачи: 1) уточнить понятийный аппарат («цифровое пространство», «цифровая идентичность», «цифровая социальность», «технологически достроенная личность», «цифровое благополучие»); 2) реконструировать ключевые механизмы личностной динамики в интернет-коммуникации; 3) сопоставить российские результаты с международными данными (мета-анализы, обзоры,

эмпирические исследования 2024–2026); 4) предложить авторскую многоуровневую модель личности в цифровом пространстве и типологию рисков целостности.

Научная новизна заключается в разработке МУЛЦП (многоуровневой модели личности в цифровом пространстве), где цифровое пространство рассматривается как совокупность технологических аффордансов и алгоритмических контуров обратной связи, а личность – как система процессов целостности/идентичности, саморегуляции и коммуникации, которые становятся измеримыми через поведенческие паттерны и субъективные переживания цифровой повседневности. Новизна также проявляется в аналитическом разграничении: а) «цифровая идентичность» трактуется как структурно-процессуальная система самотождественности в цифровых практиках; б) «цифровая социальность» – как устойчивые формы принадлежности, взаимодействия и норм в сетевых средах; в) «технологически достроенная личность» – как антропологический тип, включающий внутреннюю интеграцию «умных» инструментов в когнитивно-регуляторные контуры.

*Материалы и методы.*

*Методы.* Работа выполнена в формате аналитической научной статьи-обзора с элементами концептуального моделирования. Используются: 1) теоретико-методологический анализ современных подходов к личности и идентичности в цифровой среде; 2) критический обзор эмпирических исследований 2024–2026 гг. по ключевым блокам (самопрезентация, цифровая идентичность, цифровая социальность, цифровой стресс, цифровое благополучие, ИИ-медируемая коммуникация); 3) сравнительный анализ российской и международной эмпирики; 4) авторская концептуальная синтезация (построение МУЛЦП и типологии рисков целостности).

*Область исследования.* Предметная область статьи – личность в цифровом пространстве, включая взаимодействие реального и виртуального/цифрового пространств в жизни человека и личностные процессы в интернет-коммуникации. Региональный фокус – Россия, при этом результаты интерпретируются в

сопоставлении с международными исследованиями (Европа, США и др.) по сопоставимым конструкциям и методам.

*Объект исследования:* человек как субъект развития, общения и саморегуляции в смешанной реальности. Предмет исследования: современные информационные технологии (платформы, алгоритмы персонализации, цифровые устройства, генеративный ИИ) как контекст и посредник личностных процессов.

*Сбор данных.* Сформирован корпус научных источников, соответствующих критериям: 1) рецензируемость и научный статус; 2) релевантность ключевым понятиям статьи; 3) преимущественно 2024–2026 гг. (с включением фундаментальных работ для теоретической преемственности); 4) наличие корректных библиографических данных (DOI/иные идентификаторы при наличии). В российской части приоритет отдан журналам открытого доступа с прозрачной редакционной политикой и устойчивой цитируемостью; в международной части – мета-анализам и систематическим обзорам, а также исследованиям в ведущих дисциплинарных журналах.

*Учет факторов, влияющих на результаты.* При синтезе данных учитывались: 1) возрастные различия (подростки/молодежь/взрослые) как ключевой модератор цифровых практик и идентичностных процессов; 2) различия между платформами и типами аффордансов (социальные сети, мессенджеры, игровые среды, XR-практики); 3) различия в измерении (самоотчеты vs. поведенческие данные; корреляционные vs. продольные дизайны) и связанные ограничения причинной интерпретации; 4) культурный контекст (индивидуалистические и коллективистские общества; нормативы самопрезентации; модели приватности); 5) появление ИИ-медирующих инструментов как новая переменная, меняющая структуру отношений «намерение-высказывание-восприятие».

*Результаты.*

*Понятийное поле и авторская многоуровневая модель личности в цифровом пространстве.*

Результаты теоретико-методологического анализа показывают, что в современной литературе сосуществуют по меньшей мере три «уровня» описания

личности в цифровой среде: 1) уровень идентичности (самотождественность, множественность и согласование «Я-онлайн» и «Я-офлайн»); 2) уровень саморегуляции и целостности (способность управлять цифровой повседневностью, поддерживать интеграцию целей и границ); 3) уровень социальной включенности (цифровая социальность, принадлежность, поддержка, риски).

В российской исследовательской традиции (2024–2026) эти уровни явно конвергируют в концепте технологически достроенной личности и в инструментах диагностики самоуправления цифровой повседневностью, где цифровые практики понимаются как новые культурные орудия и формы деятельности, а целостность личности – как критический ресурс адаптации и благополучия. Международная линия исследований дополняет эту перспективу рамкой «цифрового контекста» идентичности, фиксируя механизмы взаимовлияния идентичности и цифровых сред через отбор (selection), манипуляцию средой (manipulation), эвокацию (evocation) и применение опыта (application).

На основе синтеза предлагается МУЛЦП (многоуровневая модель личности в цифровом пространстве), в которой выделяются четыре взаимосвязанных контура:

1) контур идентичности (самоопределение, согласование «Я» в смешанной реальности, нарративная связность, статус/поле идентичностей);

2) контур саморегуляции и целостности (управление цифровыми устройствами, переживание цифровой повседневности, управление цифровой социальностью; целостность как интегратор);

3) контур цифровой социальности (принадлежность, нормы, поддержка/конфликт, киберриски, управление границами общения);

4) технологико-алгоритмический контур (аффордансы платформ, алгоритмы персонализации, «прозрачность» рекомендаций, ИИ-ассистенты как медиаторы речи и впечатления).

В отличие от подходов, рассматривающих цифровое пространство как «отдельную виртуальную сцену», МУЛЦП описывает цифровую среду как условие непрерывной рекурсивной обратной связи: личность выбирает и конструирует

цифровые среды, но одновременно подвергается их алгоритмически организованной обратной связи, которая стабилизирует одни идентичностные репертуары и маргинализирует другие (эффект «алгоритмического зеркала» в широком смысле).

Личностные процессы в интернет-коммуникации: самопрезентация, аутентичность, одиночество.

Эмпирические исследования российской выборки подростков 13–18 лет показывают, что характеристики фальшивой самопрезентации в социальных сетях статистически связаны с интенсивностью использования социальных платформ, интеграцией соцсетей в ежедневную активность, игровыми мотивами и переживанием одиночества; одиночество и интеграция соцсетей выступают наиболее «весомыми» предикторами в регрессионной модели общей фальшивой самопрезентации. Эти результаты важно интерпретировать не как «моральную оценку» самопрезентации, а как индикатор личностной задачи: в подростковом возрасте цифровая самопрезентация становится пространством эксперимента идентичности и одновременно механизмом компенсации дефицита признания/поддержки.

Сопоставимая международная эмпирика (2024–2025) усиливает вывод о значимости качества самопрезентации: исследования подростков фиксируют связь аспектов цифровой самопрезентации с показателями психического состояния/благополучия в поперечных и продольных дизайнах, что позволяет говорить о психологически «нагруженном» характере онлайн-самопрезентации в период формирования идентичности. В этой логике аутентичность (переживание «подлинности себя» в социальных медиа) выступает не риторическим, а психометрически значимым фактором: продольные исследования показывают, что более высокий уровень онлайн-аутентичности статистически предшествует меньшей выраженности симптоматики психического неблагополучия.

*Саморегуляция цифровой повседневности и цифровое благополучие.*

Российские исследования 2025–2026 гг. предлагают измерительный и концептуальный язык для описания саморегуляции в смешанной реальности. Расширенная версия шкалы самоуправления цифровой повседневностью (СУЦП-2)

включает субшкалу «целостность личности» и выявляет профили самоуправления («стратеги», «интеграторы», «дезадаптанты», «минималисты»), которые различаются по уровням благополучия и потенциала адаптации. Эти данные позволяют сделать методологически важный вывод: в 2024–2026 гг. конструктивность цифрового поведения лучше описывается не простыми количественными метриками («сколько времени»), а качественными параметрами самоуправления, переживания цифровой повседневности и целостности.

В статье 2026 г. предложена «формула цифрового благополучия личности», включающая три компонента: удовлетворенность подключенностью и управление смешанной реальностью; самоэффективность и управление технологически достроенной личностью; удовлетворенность и управление цифровой социальностью. Существенно, что авторы выделяют развитие технологий ИИ как новый вызов благополучию, тем самым институционализируя в российской психологии переход к рассмотрению ИИ-медируемых практик как самостоятельного предмета психологического анализа.

Переход от «цифрового донора» к «цифровому кентавру» и вызов генеративного ИИ: международное сопоставление. В российской теоретико-эмпирической рамке (2024/опубликовано 2025) описан преадаптивный вектор трансформации идентичности – переход от «цифрового донора» к «цифровому кентавру», где подчеркиваются риски для идентичности и целостности при усилении «умных» расширений. Международная повестка 2024–2026 гг. операционализирует этот риск через исследования ИИ-инструментов на платформах: экспериментальные данные показывают двойственный эффект ИИ-ассистирования в онлайн-обсуждениях – рост вовлеченности и объема контента при снижении воспринимаемого качества и аутентичности коммуникации, а также «негативные проливные» эффекты на разговоры в целом.

Сравнительный вывод для России формулируется так: при сходстве базовых психологических механизмов (самопрезентация, поиск признания, управление границами, когнитивная экономия) национальный контекст влияет на «средовые параметры» МУЛЦП – выбор платформ, социальные нормы

публичности/анонимности, режимы модерации и распространенность конкретных цифровых практик. Следовательно, международное сопоставление должно строиться не как сопоставление «стран», а как сопоставление конфигураций цифровых сред (платформ-аффордансов-алгоритмов) и личностных профилей самоуправления.

*Обсуждение.*

*Теоретические импликации: от «двух пространств» к нормативной смешанной реальности.*

Классическая оптика «реальное/виртуальное» исторически продуктивна для ранних этапов киберпсихологии, однако в 2024–2026 гг. она становится теоретически недостаточной: цифровая среда встраивается в базовые контуры деятельности и общения, формируя нормативную смешанную реальность, где личность одновременно присутствует «в двух режимах», но не «в двух мирах». Это требует перехода от топологии «мест» к топологии «процессов»: ключевым становится не вопрос «где находится личность», а вопрос «как личность поддерживает целостность и агентность в условиях постоянной цифровой вовлеченности и алгоритмических обратных связей».

Современные российские работы по целостности личности и идентичности задают методологический ресурс для такого перехода: целостность трактуется как фундаментальная категория описания природы личности, а идентичность – как основное проявление целостности, рассматриваемое процессуально и контекстно. В цифровом контексте это означает, что исследователь должен анализировать не только «структуры Я», но и механизмы поддержания связности (coherence) при множественности цифровых ролей и распределенности коммуникаций.

*Эмпирические импликации: переопределение «рисков» и «ресурсов» интернет-коммуникации.*

Результаты по фальшивой самопрезентации подростков в социальных сетях в России показывают, что фальшивость/идеализация связаны с одиночеством и интеграцией соцсетей в повседневность. Это переводит обсуждение из «этики

правды» в психологию функций: самопрезентация выполняет регуляторную функцию (снижение социальной тревожности, проба идентичности, управление принятием), но при определенных профилях может быть связана с хронификацией одиночества и с уязвимостью самоуважения, поскольку зависимость от внешнего признания становится структурным элементом цифровой идентичности.

В международных данных усиливается роль алгоритмической среды: персонализация лент и интерфейсные подсказки задают «подкрепления» определенных способов самопрезентации и тем самым могут стабилизировать узкие репертуары идентичности (например, через повторяющиеся темы, аудиторию, форматы). Для психологии личности это означает необходимость включать технологико-алгоритмический контур как фактор формирования привычек самопрезентации и самооценочной регуляции.

*Авторская типологизация рисков целостности личности в цифровом пространстве.*

На основе МУЛЦП предлагается типологизация рисков целостности личности (не как клинических диагнозов, а как устойчивых конфигураций уязвимости), актуальная для 2024–2026 гг.:

1) риск фрагментации идентичности: множественность цифровых ролей при недостатке механизмов нарративной интеграции; усиливается при алгоритмическом «закреплении» узких идентичностных тем;

2) риск дефицита саморегуляции: низкое самоуправление цифровой повседневностью (профили, близкие к «дезадаптантам»), что выражается в нарушении границ, росте цифрового стресса, снижении субъективного благополучия;

3) риск псевдосоциальности: замещение глубинной поддержки формами поверхностной сетевой вовлеченности; может быть сопряжено с одиночеством и с компенсаторной фальшивой самопрезентацией;

4) риск ИИ-опосредованной деаутентификации: рост участия через ИИ-ассистирование при снижении переживания авторства и аутентичности

коммуникации; проявляется как в самооценке качества взаимодействия, так и в восприятии «роботизированности» речи другими участниками.

Типология предполагает, что профилактика и поддержка цифрового благополучия должны быть направлены не только на «ограничение времени», но на развитие компетенций самоуправления цифровой повседневностью и поддержание целостности (интеграции целей, границ и идентичностных репертуаров).

*Заключение.*

Статья показала, что к 2024–2026 гг. личность в цифровом пространстве должна быть описана не как «перемещение в виртуальность», а как развитие и функционирование в нормативной смешанной реальности, где цифровые технологии выступают культурными орудиями и средовыми модераторами личностных процессов. Предложенная МУЛЦП позволяет связать три традиционно разъединяемых блока исследований – идентичность, саморегуляцию и коммуникацию – с технологико-алгоритмическими условиями функционирования цифровых сред.

На материалах российской эмпирики показано, что в подростковом возрасте интенсивность и интеграция социальных сетей, одиночество и игровые мотивы статистически связаны с характеристиками фальшивой самопрезентации; это указывает на идентичностно-регуляторную функцию цифровой самопрезентации и на риск закрепления компенсаторных стратегий. На уровне саморегуляции и благополучия российские исследования 2025–2026 гг. демонстрируют эвристичность диагностических инструментов самоуправления цифровой повседневностью и включения целостности личности как ключевого ресурса адаптации; критическим становится качество управления смешанной реальностью, а не количественные показатели «экранного времени».

Международное сопоставление подтверждает: а) развитие идентичности в цифровом контексте требует системного учета механизмов взаимовлияния личности и цифровых сред; б) самопрезентация в социальных медиа связана с психологическими исходами; в) ИИ-ассистирование коммуникации способно

усиливать вовлеченность при риске снижения воспринимаемой аутентичности и качества взаимодействия.

Перспективы дальнейших исследований в России: 1) продольные дизайны, связывающие профили самоуправления цифровой повседневностью с траекториями идентичности; 2) кросс-платформенные сравнения (аффордансы/алгоритмы/нормы общения) как фактор личностной динамики; 3) психология ИИ-медируемой коммуникации (авторство, аутентичность, доверие, границы) как новый раздел психологии личности и социальной психологии.

### *Список литературы*

1. Белинская Е.П. Соотношение социальных и персональной идентичностей: современное состояние проблемы / Е.П. Белинская // Социальная психология и общество. – 2024. – Т. 15. №4. – С. 5–11. DOI 10.17759/sps.2024150401. EDN OREXIY
2. Волкова Е.Н. Феномены социализации современных подростков: Pro et contra / Е.Н. Волкова // Социальная психология и общество. – 2025. – Т. 16. №2. – С. 23–42. DOI 10.17759/sps.2025160203. EDN ESJESW
3. Гришина Н.В. Идентичность как проявление целостности личности / Н.В. Гришина // Социальная психология и общество. – 2024. – Т. 15. №4. – С. 12–24. DOI 10.17759/sps.2024150402. EDN IHSWDW
4. Данилова М.В. Личностные и социальные факторы в восприятии стресса юношами и девушками старшего подросткового возраста / М.В. Данилова // Вестник Санкт-Петербургского университета. Психология. – 2024. – Т. 14. №1. – С. 62–78. EDN ASLVNR
5. Костромина С.Н. Целостность как фундаментальная категория в описании природы личности / С.Н. Костромина, Н.В. Гришина // Вестник Санкт-Петербургского университета. Психология. – 2024. – Т. 14. №3. – С. 394–413. EDN KVYALU
6. Корниенко Д.С. Фальшивая самопрезентация подростков в социальных сетях: связь с характеристиками использования социальных сетей и

одинокостью / Д.С. Корниенко, Н.А. Руднова // Социальная психология и общество. – 2024. – Т. 15. №2. – С. 47–64. DOI 10.17759/sps.2024150204. EDN BXVEIX

7. Стресс-факторы городской цифровой среды: личностные детерминанты восприимчивости / О.В. Кружкова, И.В. Воробьева, А.И. Матвеева, Н.Е. Жданова // Национальный психологический журнал. – 2024. – Т. 19. №1. – С. 175–186. DOI 10.11621/npj.2024.0112. EDN BBVPRO

8. Микляева А.В. Цифровое общество и цифровая социализация: перспективы социально-психологических исследований / А.В. Микляева // Социальная психология и общество. – 2024. – Т. 15. №2. – С. 5–11. DOI 10.17759/sps.2024150201. EDN BNNAQQ

9. Нестик Т.А. Эффект Поллианны: роль позитивных механизмов защиты личностной и групповой идентичности / Т.А. Нестик // Социальная психология и общество. – 2024. – Т. 15. №4. – С. 25–39. DOI 10.17759/sps.2024150403. EDN NKINMM

10. Персидская О.А. Культурно-историческая теория как методологическая рамка типологизации цифровой идентичности / О.А. Персидская // Социальная психология и общество. – 2024. – Т. 15. №4. – С. 58–74. DOI 10.17759/sps.2024150405. EDN BADQCK

11. Солдатова Г.У. Метаморфозы идентичности человека достроенного: от цифрового донора к цифровому кентавру / Г.У. Солдатова, С.В. Чигарькова, С.Н. Илюхина // Социальная психология и общество. – 2024. – Т. 15. №4. – С. 40–57. DOI 10.17759/sps.2024150404. EDN DDDLSG

12. Солдатова Г.У. Технологически расширенная личность: разработка и апробация шкалы самоуправления цифровой повседневностью / Г.У. Солдатова, С.В. Чигарькова, С.Н. Илюхина // Вестник Московского университета. Серия 14. Психология. – 2024. – Т. 47. №2. – С. 175–200. DOI 10.11621/LPJ-24-20. EDN HDXGHE

13. Солдатова Г.У. Расширенная версия Шкалы самоуправления цифровой повседневностью (СУЦП-2): целостность как потенциал адаптации и

благополучия / Г.У. Солдатова, С.В. Чигарькова, С.Н. Илюхина // Культурно-историческая психология. – 2025. – Т. 21. №4. – С. 25–37. DOI 10.17759/chr.2025210403. EDN SMZGHX

14. Чигарькова С.В. Формула цифрового благополучия личности / С.В. Чигарькова, Г.У. Солдатова // Национальный психологический журнал. – 2026. – Т. 21. №1. – С. 44–53. DOI 10.11621/npj.2026.0104. EDN QXWТАН

15. Шейнов В.П. Личностные и поведенческие корреляты проблемных пользователей социальных сетей: обзор современных зарубежных исследований / В.П. Шейнов // Современная зарубежная психология. – 2025. – Т. 14. №1. – С. 26–35. DOI 10.17759/jmfp.2025140103. EDN ORWQBZ

16. Шейнов В.П. Цифровая среда как пространство становления психики современного человека / В.П. Шейнов // Социальная психология и общество. – 2024. – Т. 15. №2. – С. 200–204. DOI 10.17759/sps.2024150213. EDN BBUSSO

17. Щербаков Р.А. Киберагрессия и киберпреступления в современной России: факторы риска / Р.А. Щербаков // Социологические исследования. – 2025. – Т. 51. №10. – С. 39–51. DOI 10.31857/S0132162525100043. EDN YLFTYC