

**Павленко Светлана Александровна**

канд. психол. наук, интегративный психолог,  
трансформационный коуч ІСТА, игропрактик  
г. Жлобин, Республика Беларусь

DOI 10.31483/r-167259

## **СУВЕРЕННОСТЬ САМОСОЗНАНИЯ В ЦИФРОВУЮ ЭПОХУ: СОЦИОЛОГИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ ТРАНСФОРМАЦИОННЫХ ПРАКТИК**

***Аннотация:** на основе классических и современных социологических теорий анализируется суверенность самосознания как способность индивида к рефлексивной автономии в условиях цифровизации. Рассматривается влияние алгоритмических платформ на трансформацию идентичности и интериоризацию норм. Вводится понятие «цифровой конгруэнтности» – критерия аутентичности онлайн-присутствия. Эмпирические данные (трансформационные игры проекта MIRSIVETA, 2020–2025, n = 184) подтверждают эффективность игровых практик как инструмента развития рефлексивной автономии. Описывается портрет суверенной личности и её отличие от иных уровней самосознания. Обосновывается необходимость включения практик развития самосознания в социальную политику и образование.*

***Ключевые слова:** суверенность, самосознание, идентичность, цифровая среда, социология личности, социальное конструирование реальности, трансформационная игра, рефлексивная автономия, цифровая конгруэнтность.*

Современное общество переживает фундаментальную трансформацию, обусловленную повсеместной цифровизацией всех сфер социальной жизни. Социальные сети, алгоритмические платформы, экономика внимания создают принципиально новую среду обитания человека, в которой традиционные механизмы социализации и формирования идентичности оказываются деформированными. Социологи фиксируют феномен «индивидуализации» [2; 11], при котором индивид вынужден самостоятельно конструировать свою биографию, но при

этом попадает в ловушки алгоритмического управления, становясь объектом «надзорного капитализма» [9].

В этих условиях особую актуальность приобретает понятие *суверенности* – не в классическом политико-юридическом смысле, а как социологической характеристики личности, способной к автономному самоопределению и сохранению целостности «Я» перед лицом внешних давлений. Суверенность самосознания означает способность индивида к рефлексивной автономии [4], то есть к осознанию и пересмотру интериоризированных социальных программ и к выстраиванию собственной системы ценностей на основе внутреннего выбора, а не пассивного принятия внешних предписаний.

Цель статьи – представить социологический анализ суверенности самосознания в контексте цифровой среды, выделить критерии суверенной личности, а также обосновать трансформационные игры как социотехническую практику, способствующую развитию рефлексивной автономии. Задачи: 1) проанализировать классические и современные социологические подходы к идентичности и самосознанию; 2) выявить специфику воздействия цифровой среды на процессы интериоризации и конструирования идентичности; 3) описать портрет суверенной личности и её отличие от иных уровней самосознания в социологической перспективе; 4) представить эмпирические данные о развитии суверенности через трансформационные игры; 5) сформулировать социально-политические и педагогические рекомендации.

Теоретическую базу составляют труды Э. Дюркгейма [5] о социальной солидарности и аномии, М. Вебера [3] о рационализации и «расколдовании мира», П. Бергера и Т. Лукмана [1] о социальном конструировании реальности, Э. Гидденса [4] о рефлексивной модернизации, У. Бека [2] об обществе риска, З. Баумана [11] об индивидуализированном обществе, а также исследования цифровой среды С. Зубофф [9] и Б.-Ч. Хана [18]. Эмпирическую основу составляют данные, полученные автором в ходе применения трансформационных игр проекта MIRSVELTA (2020–2025 гг., n=184), а также материалы качественного анализа отзывов участников.

*1. Социологические основания: идентичность и самосознание в контексте социального конструирования.*

*1.1. Идентичность как результат интериоризации.*

В социологической традиции идентичность понимается как результат процесса социализации, в ходе которого индивид интериоризирует социальные нормы, ценности и роли, превращая их во внутренние регуляторы поведения. Э. Дюркгейм, рассматривая механизмы социальной интеграции, подчёркивал, что коллективные представления формируют сознание индивида, обеспечивая солидарность [5]. Однако в условиях современного общества, характеризующегося ослаблением традиционных институтов, этот процесс усложняется.

П. Бергер и Т. Лукман в работе «Социальное конструирование реальности» показали, что идентичность формируется в процессе интериоризации объективированных социальных значений, которые затем субъективируются [1, с. 98–104]. Индивид рождается в уже готовый мир смыслов, и его идентичность есть результат непрерывного диалога между внешней социальной структурой и внутренним опытом. В цифровую эпоху этот диалог приобретает новые характеристики: человек одновременно находится в нескольких символических вселенных (различные платформы, алгоритмические рекомендации), каждая из которых предъявляет свои требования и предлагает свои идентификационные матрицы. Возникает феномен «фрагментированной интериоризации», когда индивид усваивает противоречивые нормативные системы, не имея возможности их интеграции.

*1.2. Кризис идентичности в рефлексивной модернизации*

Э. Гидденс в концепции «рефлексивной модернизации» утверждает, что в условиях поздней современности идентичность становится «рефлексивным проектом», который индивид вынужден постоянно пересобирать [4, с. 75]. Традиционные институты (семья, профессия, религия) перестают задавать устойчивые траектории жизненного пути, и человек оказывается перед необходимостью самостоятельно конструировать свою биографию. Это создаёт возможности для автономии, но одновременно порождает тревогу и неуверенность.

У. Бек вводит понятие «общества риска», показывая, что современный индивид сталкивается с глобальными рисками, которые невозможно предсказать или проконтролировать [2]. В таких условиях идентичность становится уязвимой, а её кризис – не исключением, а нормой. З. Бауман дополняет эту картину, описывая переход от «твёрдой» модерности к «текучей», где все социальные формы, включая идентичность, становятся временными и неустойчивыми [11, с. 45]. Человек вынужден постоянно «примерять» новые идентичности, не успевая их интегрировать.

В классической психосоциальной теории Э. Эриксона кризис идентичности рассматривался как нормативный этап развития, завершающийся обретением целостности [20]. Однако в условиях рефлексивной модернизации, как отмечает Гидденс, кризис может стать перманентным состоянием [4]. Это особенно актуально для цифровой среды, где алгоритмы постоянно подталкивают к смене ролей и образов.

*1.3. Самосознание как социологическая категория: от онтологии к рефлексии.*

Социология, в отличие от психологии, рассматривает самосознание не только как индивидуальную способность, но и как продукт социальных взаимодействий. Дж. Мид, развивая идеи символического интеракционизма, показал, что самосознание формируется через принятие роли другого и рефлекссию социальных ожиданий [цит. по 1]. Однако в современной социологии существует и более глубокая традиция, восходящая к феноменологии и экзистенциализму, которая различает идентичность (социально конструируемое содержание) и самосознание как онтологическое основание.

С этой точки зрения, самосознание – это не просто рефлексия социальных ролей, а способность выходить за их пределы, осознавая себя как нечто большее, чем набор идентичностей. П. Бергер и Т. Лукман отмечают, что индивид может «экстернализировать» свои идентичности, осознавая их как продукты социального конструирования [1, с. 114]. Это и есть первый шаг к суверенности – способности видеть свои идентичности как инструменты, а не как тюрьму.

*2. Цифровая среда как социальный институт: новые механизмы конструирования идентичности.*

*2.1. Алгоритмическое управление и экономика внимания.*

Цифровые платформы выступают не просто техническими посредниками, а полноценными социальными институтами, конструирующими реальность. С. Зубофф вводит понятие «надзорный капитализм», подчёркивая, что платформы извлекают прибыль из прогнозирования поведения пользователей [9]. Алгоритмы рекомендаций создают «пузырьковые фильтры», которые ограничивают доступ к альтернативным точкам зрения и формируют изолированные информационные среды.

С социологической точки зрения, это означает, что процессы интериоризации социальных норм выходят из-под контроля традиционных институтов (семьи, школы, религии) и переходят к алгоритмическим системам. Человек усваивает не столько ценности, транслируемые родителями или учителями, сколько те паттерны поведения, которые поощряются алгоритмами (лайки, репосты, комментарии). Происходит сдвиг от социального контроля к алгоритмическому.

*2.2. Социальное сравнение и предрешённая идентичность.*

Одним из ключевых механизмов формирования идентичности в цифровой среде является социальное сравнение. В классической социологии Ч. Кули и Дж. Мид показали, что «зеркальное Я» формируется через отражение в других. Однако цифровая среда радикально меняет этот механизм: объектами сравнения становятся не реальные люди из ближайшего окружения, а тщательно отредактированные образы, создаваемые алгоритмами и самими пользователями.

Как показывают исследования [19], это приводит к асимметричному сравнению: несовершенное, реальное «Я» сравнивается с тысячами совершенных, но фиктивных «Других». Следствием является хроническое ощущение неполноценности и зависимость от внешней валидации. В терминах социологии это можно рассматривать как форму аномии (Дюркгейм), когда нормативные ориентиры размыты, а индивид не может найти устойчивых критериев самооценки.

В этих условиях человек, стремясь избежать тревоги неопределённости, может «выбрать» одну из модных ролей, не проживая её внутренне. Это механизм формирования *предрешённой идентичности* (Дж. Марсия) в цифровом формате: идентичность не рождается изнутри, а заимствуется извне как модный товар. Такая идентичность хрупка и рушится при первых же неудачах, что усиливает социальную нестабильность.

### 2.3. Фрагментация «Я» и диффузия идентичности

Одним из наиболее разрушительных эффектов цифровой среды является фрагментация «Я». Человек существует одновременно на множестве платформ, каждая из которых требует создания специфического образа. Профессиональный образ в LinkedIn, неформальный – во ВКонтакте, эстетический – в Instagram. Эти «Я»-фрагменты часто не связаны между собой и могут противоречить друг другу. Алгоритмы каждой платформы подкрепляют и усиливают именно тот аспект личности, который на ней проявлен, создавая изолированные «эхо-камеры идентичности».

С социологической точки зрения, это прямое культивирование состояния *диффузной идентичности*. Человек перестаёт ощущать себя единым целым; он превращается в набор ситуативных ролей, переключаемых в зависимости от контекста. Исчезает внутренний стержень, который соединял бы эти роли. Ответ на вопрос «Кто я?» становится контекстуально зависимым, а целостная биографическая наррация утрачивается. Бын-Чхоль Хан называет это «эрозией ритуалов» и нарративов, ранее скреплявших идентичность [18].

### 2.4. Цифровая конгруэнтность как социологический критерий.

На основе гуманистической психологии К. Роджерса [14] введём понятие *цифровой конгруэнтности* – степени соответствия между подлинным, внутренне переживаемым «Я» человека и его самопрезентацией в цифровой среде. В социологическом ключе это можно рассматривать как меру аутентичности социального действия в цифровом пространстве. Высокая цифровая конгруэнтность предполагает осознанное и аутентичное проецирование своих ценностей,

убеждений и эмоций в онлайн-пространстве. Низкая конгруэнтность ведёт к разрыву между реальным и цифровым «Я», что является формой социальной аномии.

Дополнительными критериями выступают *осознанность* (понимание природы цифровых данных и алгоритмов, т.е. социологическая рефлексия) и *целостность* (способность интегрировать онлайн- и офлайн-опыт в единую биографию). Эти критерии могут служить основой для диагностики и развития суверенности, а также для оценки социальных последствий цифровизации.

### *3. Суверенность самосознания: социологический портрет и уровни.*

#### *3.1. Уровни самосознания в социальном контексте.*

Опираясь на результаты многолетних исследований [13; 15; 16], выделим несколько уровней самосознания, которые различаются по степени рефлексивной автономии и способности к социальному взаимодействию.

*Низший уровень (спящее сознание).* Человек полностью отождествлён с социальными ролями и интроектами. Он не различает свои и навязанные желания, не осознаёт бессознательных программ. Его поведение управляется автоматическими реакциями, а кризис идентичности переживается как катастрофа. Социологически это соответствует состоянию аномии [5] или тотальной интериоризации без рефлексии.

*Средний уровень (пробуждающееся сознание).* Начинается рефлексия. Человек способен наблюдать за своими мыслями и чувствами, различать «свои» и «чужие» голоса. Он вступает в мораторий – активный поиск собственных ценностей. Однако может попадать в ловушку бесконечного поиска без принятия обязательств. Социологически это соответствует состоянию «рефлексивного проекта» (Гидденс) без его завершения.

*Высокий уровень (суверенное сознание).* Достигается способность к разотождествлению: человек осознаёт себя как чистое присутствие, «Свидетеля», который не сливается с идентичностями. Он гибко использует социальные роли, но не определяется ими. Его идентичность – результат осознанного выбора, основанного на ценностях. Он способен выдерживать неопределённость без тревоги,

не нуждается во внешней валидации. Социологически это соответствует состоянию «активного общества» [21], где индивид является субъектом, а не объектом социальных процессов.

### 3.2. Портрет суверенной личности.

Суверенная личность обладает следующими качествами, имеющими социологическое измерение:

– *рефлексивная автономия* [4]: способность осознавать основания своих выборов и при необходимости пересматривать их. Она не подчиняется авторитетам автоматически, но способна к сотрудничеству на основе осознанного согласия. Это форма «диалогической автономии» (Ю. Хабермас), где свобода не противостоит обществу, а реализуется через него;

– *идентификационная устойчивость*: сохраняет ядро «Я» при смене социальных ролей и контекстов. Даже в цифровой среде она не фрагментируется, поскольку помнит, что она – больше, чем любой профиль. Социологически это соответствует понятию «структурированной идентичности» (Э. Гидденс), где нарративная целостность обеспечивает устойчивость;

– *многомерная ответственность*: принимает последствия своих решений, включая их социальный и трансгенерационный эффект. Понимает, что её действия влияют на окружающих и будущие поколения. Это форма «солидарности» (Дюркгейм) на новом уровне – не механической, а органической, основанной на рефлексии;

– *цифровая конгруэнтность*: её онлайн-присутствие аутентично внутренним ценностям; она не играет роли ради лайков, а использует цифровые инструменты для самовыражения и общения. Это позволяет ей избегать разрыва между реальным и виртуальным «Я», который ведёт к аномии;

– *разотождествление*: умеет отличать себя от своих мыслей, эмоций, ролей. Это позволяет ей не впадать в тревогу при неудаче или критике, так как её ценность не привязана к конкретному образу. Социологически это можно рассматривать как способность к «экстернализации» идентичностей [1], позволяющую сохранять свободу;

– наличие внутреннего компаса: опирается на собственные ценности, а не на внешние оценки. Это не означает ригидности; ценности могут пересматриваться, но процесс пересмотра – осознанный, а не пассивный. Это условие для «активного гражданства» [21].

### 3.3. Отличие суверена от иных уровней.

Суверен отличается от пробуждающегося тем, что он не просто ищет, а уже нашёл внутреннюю опору, позволяющую ему не терять себя ни в офлайн-, ни в онлайн-мире. Он не отрицает идентичности, но владеет ими, а не они им. Это позволяет ему выступать не объектом социальных манипуляций, а субъектом социального действия.

Таблица

Критерий	Спящий уровень	Пробуждающийся	Суверен
Отношение к идентичности	Отождествлён с ролью	Ищет, пробует, сомневается	Осознанно использует роль
Реакция на внешнюю оценку	Зависит, тревожится	Колеблется	Внутренне устойчив
Способность к рефлексии	Отсутствует	Развивается	Интегрирована
Устойчивость к фрагментации	Низкая	Средняя	Высокая
Цифровая конгруэнтность	Низкая	Средняя	Высокая
Социальное действие	Пассивное, конформное	Поисковое, неустойчивое	Активное, осознанное

## 4. Трансформационные игры как социотехническая практика развития суверенности.

### 4.1. Социологическая интерпретация игрового метода.

Трансформационные игры представляют собой форму социального взаимодействия, которая может быть проанализирована в рамках социологической теории игр (Й. Хёйзинга, Д. Эльконин). Они создают «магический круг» – особое пространство, где временно приостанавливаются обычные социальные иерархии

и нормы, позволяя участникам экспериментировать с новыми формами поведения. С точки зрения социологии, это форма «социального эксперимента» в безопасной среде.

Разработанная автором «Система развития Самосознания» © включает 10 трансформационных игр, направленных на развитие девяти функций самосознания [13]. Игры используют механизмы метафорических карт, случайности (бросок кубика), групповой динамики и рефлексивных вопросов ведущего. Они создают пространство, где участник может выявить интериоризированные социальные программы и начать процесс их пересмотра.

#### *4.2. Игровые механизмы как инструменты социологической рефлексии.*

*Метафорические карты* активируют символическое мышление, позволяя участнику увидеть свои социальные роли и идентичности со стороны. Это соответствует процессу «экстернализации» (Бергер, Лукман), когда индивид выносит вовне то, что ранее казалось неотъемлемой частью себя.

*Случайность (бросок кубика)* моделирует непредсказуемость социальной реальности, тренирует способность к адаптации и рефлексии в условиях неопределённости – ключевого фактора общества риска [2].

*Групповая динамика («зеркала»)* позволяет участникам увидеть множественность интерпретаций одной и той же ситуации, развивая децентрацию – способность учитывать разные социальные перспективы. Это основа для формирования гражданской солидарности.

*Рефлексивные вопросы ведущего* направляют самоисследование, переводя его в плоскость осознания социальной обусловленности своих выборов. Участник учится различать «свои» и «чужие» голоса, что является формой социологической рефлексии.

*Структурированный путь* (четыре круга матрицы, Лестница Иакова) символизирует поэтапное освобождение от социальных, родовых и психологических программ, что в социологическом ключе соответствует процессу обретения рефлексивной автономии [4].

#### *4.3. Эмпирические данные о развитии суверенности.*

В период 2024–2026 гг. было проведено исследование с участием 184 человек (контрольная группа – 124, экспериментальная – 60). Участники экспериментальной группы прошли полный цикл игровых практик. Результаты показали статистически значимые улучшения, которые можно интерпретировать как рост суверенности:

- удовлетворённость жизнью (SWLS): медиана увеличилась с 20 до 24 пунктов (+20%);
- субъективная оценка качества жизни (WHOQOL): медиана с 88 до 98 (+11,4%);
- депрессивные симптомы (шкала Бека): медиана снизилась с 10 до 4 пунктов (-60%);
- осознанность (CAMS, FFMQ): улучшения у 66–85% участников в зависимости от субшкалы;
- самооценка (шкала Розенберга): повысилась у 66,7% участников;
- интеллектуальная оценка риска: улучшения у 84% участников.

Корреляционный анализ выявил значимые связи между когнитивной и эмоциональной осознанностью и удовлетворённостью жизнью ( $r=0,462$ ,  $p<0,01$ ), а также между осознанностью и снижением депрессивных симптомов ( $r=-0,424$ ,  $p<0,01$ ). Эти данные свидетельствуют о том, что трансформационные игры эффективно развивают рефлексивные способности, лежащие в основе суверенности.

#### *4.4. От фрагментации к целостности: социальный эффект.*

Анализ отзывов участников показывает, что игровые практики способствуют:

- осознанию интроектов («Я всегда считала, что быть громкой – плохо, а в игре услышала голос мамы»);
- выявлению родовых сценариев («Дедушка потерял всё в войну, и в нашей семье деньги ассоциируются с опасностью»);
- переопределению границ («Впервые разрешила себе сказать «нет»);

– обретению внутреннего авторитета («Я поняла, что никто не даст мне разрешения быть собой, кроме меня самой»).

С социологической точки зрения, эти изменения означают переход от пассивного принятия социальных норм к активному их переосмыслению, от конформности к автономии, от фрагментации к целостности. Это создаёт предпосылки для формирования активного гражданского общества, где индивиды являются не объектами управления, а субъектами социального действия.

*5. Социальное измерение: от суверенности личности к устойчивому сообществу.*

*5.1. Суверенность как ресурс социальной интеграции.*

Развитие суверенности самосознания имеет не только индивидуальное, но и социальное значение. В условиях «общества риска» [2] и рефлексивной модернизации [4] способность к автономному выбору и ответственности становится ключевым ресурсом для социальной интеграции. Исследования показывают, что люди с развитым самосознанием демонстрируют более высокую жизнестойкость (resilience), лучше справляются с кризисами и вносят больший вклад в развитие сообществ [17].

Суверенная личность не склонна к аномии [5], поскольку её автономия не отрицает социальных связей, а предполагает их на основе осознанного согласия. Она способна к диалогу, уважению других границ, но при этом сохраняет критическую дистанцию, что необходимо для здорового функционирования гражданского общества. В терминах Э. Дюркгейма, это переход от механической солидарности (основанной на сходстве) к органической (основанной на взаимозависимости), но на новом уровне рефлексии.

*5.2. Трансформационные игры как площадка для социального диалога.*

В рамках проекта MIRSVETA игры проводятся не только для индивидуального развития, но и для работы с социальными группами. Участники из разных профессиональных, возрастных и социальных слоёв встречаются в игровом пространстве, где временно приостанавливаются обычные иерархии и создаётся атмосфера доверия. Это позволяет обсуждать актуальные социальные проблемы

(экология, образование, социальная справедливость) в безопасной обстановке, генерировать коллективные решения и брать на себя ответственность за их реализацию.

Такой формат способствует формированию активного сообщества, где каждый голос имеет значение. Участники учатся не только выявлять проблемы, но и искать пути их решения, что является ключевым аспектом развития социально ответственного поведения. С социологической точки зрения, это форма «социального капитала» [П. Бурдьё], создающая ресурс для коллективных действий.

### *5.3. Перспективы: от цифровой грамотности к цифровой мудрости.*

Конечная цель социальной политики и образования сегодня – не помочь человеку создать «успешную цифровую идентичность», а помочь ему достичь такого глубокого и устойчивого самосознания, которое не может быть поколеблено никакими лайками, трендами или алгоритмами. Это переход от цифровой грамотности к *цифровой мудрости* – способности использовать мощнейшие инструменты современности для обогащения, а не разрушения своей личности.

Развитие суверенности самосознания становится не просто психологической задачей, но и важным направлением социальной политики. Инвестиции в образование, направленное на развитие рефлексии, критического мышления и эмоционального интеллекта, могут рассматриваться как стратегический выбор общества, стремящегося сохранить человеческий потенциал в эпоху цифровой трансформации.

#### *Заключение.*

Проведённый социологический анализ позволяет сделать следующие выводы.

1. Цифровая среда трансформирует классические механизмы социализации и формирования идентичности. Алгоритмическое управление, экономика внимания и фрагментация «Я» подталкивают индивида к незрелым статусам идентичности (предрежённость, диффузия), что в социологической перспективе может рассматриваться как новая форма аномии.

2. Суверенность самосознания выступает ключевым ресурсом, позволяющим человеку сохранять целостность «Я» в условиях цифровой фрагментации. Она включает способность к рефлексивной автономии [4], разотождествлению с навязанными идентичностями, цифровую конгруэнтность и опору на внутренние ценности. Социологически суверенность соответствует переходу от пассивного объекта социальных воздействий к активному субъекту социального действия.

3. Портрет суверенной личности существенно отличается от характеристик «спящего» и «пробуждающегося» уровней самосознания. Суверен не отрицает идентичности, но владеет ими осознанно, что делает его устойчивым к манипуляциям и способным к конструктивному социальному взаимодействию.

4. Трансформационные игры, разработанные в рамках «Системы развития Самосознания», доказали свою эффективность как социотехнический инструмент развития суверенности. Эмпирические данные свидетельствуют о значительном повышении осознанности, удовлетворённости жизнью и снижении депрессивной симптоматики у участников.

5. Развитие суверенности имеет не только индивидуальное, но и социальное значение. Суверенные личности становятся основой для формирования активного, ответственного сообщества, способного к диалогу и решению сложных социальных проблем. Это создаёт предпосылки для перехода от общества потребления к обществу со-творчества.

Дальнейшие исследования могут быть направлены на разработку социологических методов измерения суверенности, адаптацию трансформационных игр для различных социальных групп (подростки, пожилые, люди в кризисных ситуациях) и интеграцию игровых практик в образовательные программы и социальную политику.

### ***Список литературы***

1. Бергер П. Социальное конструирование реальности / П. Бергер, Т. Лукман. – М.: Медиум, 1995. – 323 с.

2. Бек У. Общество риска. На пути к другому модерну / У. Бек. – М.: Прогресс-Традиция, 2000. – 384 с. EDN RAYTKJ

3. Вебер М. Протестантская этика и дух капитализма / М. Вебер. – М.: АСТ, 2021. – 352 с.
4. Гидденс Э. Ускользящий мир / Э. Гидденс. – М.: Весь Мир, 2004. – 120 с.
5. Дюркгейм Э. О разделении общественного труда / Э. Дюркгейм. – М.: Канон, 1996. – 432 с.
6. Деси Э. Самодетерминация: психология мотивации и благополучия / Э. Деси, Р. Райан. – СПб.: Питер, 2021. – 384 с.
7. Евстратова Ю.А. Человеческая идентичность в цифровую эпоху: гуманитарные и социальные аспекты: монография / Ю.А. Евстратова, Н.Н. Исаева, И.В. Власова. – М.: Инфра-М, 2024. – 140 с.
8. Зубофф С. Эпоха надзорного капитализма: борьба за будущее человечества на новом рубеже власти / С. Зубофф. – Нью-Йорк: PublicAffairs, 2019. – 704 с.
9. Кабат-Зинн Дж. Осознанность для начинающих: возвращение настоящего момента и вашей жизни / Дж. Кабат-Зинн. – Боулдер: Sounds True, 2012. – 200 с.
10. Марсия Дж.Э. Идентичность в подростковом возрасте / Дж.Э. Марсия // Справочник по психологии подростков / под ред. Дж. Адельсона. – Нью-Йорк: Wiley, 1980. – С. 159–187.
11. Нартова-Бочавер С.К. Психология суверенности: десять лет спустя / С.К. Нартова-Бочавер. – М.: Смысл, 2021. – 288 с.
12. Павленко С.А. Влияние игровых практик на развитие самосознания личности: дис. ... канд. психол. наук / С.А. Павленко. – Ярославль: МАПН, 2025. – 187 с.
13. Павленко С.А. Цифровая идентичность как социокультурный конструкт: глубокий анализ и образовательные альтернативы в эпоху цифровизации / С.А. Павленко // Социальная психология и общество. – 2024. – №2. – С. 45–62.
14. Павленко С.А. Кризис идентичности в цифровой среде: от алгоритмической диффузии к аутентичной направленности через практику осознанности / С.А. Павленко // Психологические исследования. – 2025. – №1. – С. 22–39.

15. Павленко С.А. Социально ответственные игры: от развлечения к изменению реальности / С.А. Павленко // Современная социология: новые вызовы и практики. – 2025. – №3. – С. 78–94.

16. Роджерс К.Р. Взгляд на психотерапию. Становление человека / К.Р. Роджерс. – М.: Прогресс, 1994. – 480 с.

17. Хан Б.-Ч. Психополитика: Неoliberalизм и новые технологии власти / Б.-Ч. Хан. – М.: Ad Marginem Press, 2022. – 144 с.

18. Эриксон Э. Идентичность: юность и кризис / Э. Эриксон. – М.: Прогресс, 1996. – 344 с.

19. Twenge J.M. iGen: Why Today's Super-Connected Kids Are Growing Up Less Rebellious, More Tolerant, Less Happy – and Completely Unprepared for Adulthood / J.M. Twenge. – New York: Atria Books, 2017. – 400 p.

20. Etzioni A. The Active Society / A. Etzioni. – New York: The Free Press, 1968. – 698 p.