

**Личность и виртуальное пространство: психологические вызовы современной реальности**

**Научный руководитель – Солдатова Галина Владимировна**

***Бузыкканова Екатерина Вячеславовна***

*Аспирант*

Московский государственный университет имени М.В.Ломоносова, Факультет психологии, Кафедра психологии личности, Москва, Россия

*E-mail: kate.buzikanova@yandex.ru*

Виртуальная реальность стала неотъемлемой частью человеческой жизни в 21 веке. Последние исследования показывают: цифровая погруженность достигла такой степени интегрированности в повседневность, что переплетение офлайн и онлайн сред сформировало особую смешанную реальность, расширенное Я [7]. При этом с совершенствованием виртуального пространства человек сталкивается все с большим количеством опасностей и сложностей, подстерегающих личность как на психическом, так и на физическом уровнях.

Особенности виртуального пространства и их влияние на личность прослеживаются в разных составляющих: процесс коммуникации, когнитивные характеристики, мотивация, эмоциональные реакции и др. Онлайн-среда характеризуется анонимностью, оторванностью от физической оценки, искаженным ощущением времени, отсутствию привязанности к пространству, дистанцированностью от собеседников и отображаемой реальности [2]. Под воздействием множества постоянно сменяемых стимулов у человека могут наблюдаться такие изменения психики, как: туннелирование, клиповость мышления, ухудшение результативных показателей деятельности, замещение ценностно-смысловых образований навязанными цифровой «картинкой», снижение уровня рефлексивности, разрушение компонента воображения [1; 4; 5].

В современных представлениях уязвимость личности связана в первую очередь со стресс-факторами во всем их разнообразии. На степень чувствительности человека к тем или иным событиям и способы реагирования на них оказывают влияние как внешняя стимуляция, ее интенсивность, продолжительность внутренние причины, так и внутренние причины, такие как невротизм, тревожность, пессимизм, ощущение одиночества, стратегии преодоления трудностей [9]. Уязвимость личности можно определить как набор характеристик личности, актуализирующихся при том или ином воздействии и способствующих возникновению ситуативной незащитности перед рисками и угрозами [1; 9].

Исследователи отмечают следующие вызовы, возникшие перед личностью под влиянием гиперподключенности к виртуальной среде: нарушенное чувство безопасности и потеря доверия к миру и к самому себе, сниженное критическое мышление, повышенные показатели психоэмоционального состояния, влекущие за собой нестабильность и пониженный самоконтроль [3; 6;]. Отдельным вызовом современности становится кибермошеничество, использующее человеческий фактор как главную уязвимость любой IT-системы и приносящее огромные убытки как безопасности отдельных людей, так и экономике целых государств [8].

Таким образом, виртуальное пространство, ставшее полноценной частью повседневности человека, влечет за собой различные сложности и препятствия, искажающие привычную реальность, от образа жизни до фундаментальных конструкторов личности. Современные исследования подчеркивают важность изучения новых составляющих нашей жизни и их влияния на психическую сферу: необходимо не только извлекать преимущества, но и уметь бороться с негативными последствиями, изменяющими качество нашей жизни.

## Источники и литература

- 1) Бессонова Ю. В. Психологические уязвимости взаимодействия человека с техникой / Ю. В. Бессонова, А. А. Обознов // Современное состояние и перспективы развития психологии труда и организационной психологии : Материалы IV Международной научно-практической конференции, Москва, 17–18 октября 2024 года. – Москва: Институт психологии РАН, 2024. – С. 801-813.
- 2) Глухов А. П. Межличностный виртуальный сёрфинг: самопрезентация и межличностная коммуникация цифрового поколения в социальных сетях // Социальные сети как площадка организации межличностных коммуникаций и перформанса идентичности цифрового поколения: сборник материалов исследования. – Томск, 2016. – С. 7–44.
- 3) Духновский, С.В. доверие сотрудников органов внутренних дел с разным уровнем информационно-психологической уязвимости // С.В. Духновский, А.С. Цимбал, А.С. Вартамян // Человеческий капитал. - 2025. № 4 (196). – С. 43-52. – DOI: 10.25629/НС.2025.04.05
- 4) Карпов А. В. Методологические аспекты влияния цифровизации на когнитивное развитие личности //Человек. Субъект. Личность. М.: ИП РАН. – 2023. – С. 171-176.
- 5) Краснянская Т. М., Тылец В. Г. Классификация угроз информационно-психологической безопасности личности и основные подходы к их преодолению // Вестник Дагестанского государственного университета. Серия 2: Гуманитарные науки. 2015. №4.
- 6) Марчукова С. Ф. Влияние виртуальной реальности на психоэмоциональное состояние человека. – 2024.
- 7) Солдатова Г.У., Войскунский А.Е. (2021). Социально-когнитивная концепция цифровой социализации: новая экосистема и социальная эволюция психики. Психология. Журнал Высшей Школы экономики. 2021. Т. 18, № 3, 431–450. <https://doi.org/10.17323/1813-8918-2021-3-431-450>
- 8) Nyamsuren E., & Choi H.-J. Preventing Social Engineering in Ubiquitous Environment // Future Generation Communication and Networking, 2007. — Pp. 573-577. — doi:10.1109/fgcn.2007.185.
- 9) Silveira S., Hecht M., Adli M., Voelkle M.C., Singer T. // Exploring the Structure and Interrelations of Time-Stable Psychological Resilience, Psychological Vulnerability, and Social Cohesion. Frontiers in Psychiatry. Volume 13. 2022. DOI 10.3389/fpsy.2022.804763