

## РОЗДІЛ 5 ПСИХОЛОГІЯ

УДК 004.738.5:316.77

DOI <https://doi.org/10.51547/ppp.dp.ua/2023.1.12>

**Агарков Олег Анатолійович,**

доктор політичних наук, професор,

професор кафедри психології

Дніпровський гуманітарний університет

ORCID ID: 0000-0002-0735-3226

### ІНДИВІДУАЛЬНІСТЬ В ЦИФРОВУ ЕПОХУ: ЯК СОЦІАЛЬНІ МЕРЕЖІ ВПЛИВАЮТЬ НА САМОІДЕНТИФІКАЦІЮ ТА СОЦІАЛЬНУ ПОВЕДІНКУ ОСОБИСТОСТІ

#### INDIVIDUALITY IN THE DIGITAL AGE: HOW SOCIAL NETWORKS INFLUENCE SELF-IDENTIFICATION AND SOCIAL BEHAVIOR OF PERSONALITY

*У статті проведено аналіз індивідуальності в цифрову епоху, а саме як соціальні мережі впливають на самоідентифікацію та соціальну поведінку особистості. Використання соціальних мереж може спотворювати індивідуальність людей, призводити до залежності від соціальних мереж та впливати на їхню соціальну поведінку. Розуміння цих проблем може допомогти людям зберегти свою індивідуальність та розвивати здорові соціальні зв'язки в реальному житті.*

*Соціальні мережі є невід'ємною частиною сучасного світу. Вони можуть мати як позитивний, так і негативний вплив на нашу самоідентифікацію та соціальну поведінку. Негативні наслідки залежності від соціальних мереж можуть бути дуже серйозними. По-перше, вони можуть призвести до втрати індивідуальності. Люди можуть втратити здатність розрізняти себе від інших, коли стають частинкою великого і невизначеного онлайн-суспільства. Це може призвести до того, що люди перестають розвивати свої власні інтереси та прагнення, і починають діяти відповідно до очікувань, які їм нав'язує соціальна мережа. Крім того, залежність від соціальних мереж може призвести до ізоляції від реального світу, зниження самооцінки, депресії та інших проблем з психічним здоров'ям.*

*Соціальні мережі з одного боку, можуть сприяти формуванню позитивної самоідентифікації та соціальної поведінки. Але з іншого боку, надмірне використання соціальних мереж може вести до залежності від них та втрати індивідуальності. Соціальні мережі також можуть бути корисним інструментом для збереження та зміцнення міжособистісних відносин. Люди можуть знайомитися з іншими людьми та зберігати зв'язок зі старими друзями та колегами, незалежно від географічної відстані. Крім того, соціальні мережі можуть бути корисним інструментом для організації акцій та подій, що сприяють розвитку спільнот та підтримці соціальних рухів.*

**Ключові слова:** *особистість, індивідуальність, соціальні мережі, цифрова епоха, самоідентифікація, соціальна поведінка.*

*The article analyzes individuality in the digital age, namely, how social networks affect self-identification and social behavior of an individual. The use of social networks can distort people's individuality, lead to dependence on social networks and influence their social behavior. Understanding these issues can help people maintain their individuality and develop healthy social connections in real life.*

*Social networks are an integral part of the modern world. They can have both positive and negative effects on our self-identity and social behavior. The negative consequences of social media addiction can be very serious. First, they can lead to a loss of individuality. People can lose the ability to distinguish themselves from others when they become part of a large and uncertain online community. This can lead to the fact that people stop developing their own interests and aspirations, and begin to act according to the expectations imposed on them by the social network. Additionally, social media addiction can lead to isolation from the real world, low self-esteem, depression, and other mental health issues.*

*Social networks, on the one hand, can contribute to the formation of positive self-identification and social behavior. But on the other hand, excessive use of social networks can lead to dependence on them and loss of individuality. Social networks can also be a useful tool for maintaining and strengthening interpersonal relationships. People can meet new people and keep in*

*touch with old friends and colleagues, regardless of geographical distance. In addition, social networks can be a useful tool for organizing actions and events that promote the development of communities and support social movements.*

**Key words:** *personality, individuality, social networks, digital age, self-identification, social behavior.*

У сучасному світі соціальні мережі є невід'ємною частиною життя людей. За останні десятиліття соціальні мережі стали платформою, де можливо ділитися своїми думками, фотографіями, відео та іншими контентом зі світом, а також виражати свої думки та почуття. За допомогою соціальних мереж можливо зв'язатися з рідними та друзями, знайти нових знайомих, отримувати інформацію про світ та технології. Проте, разом з тим, соціальні мережі можуть впливати на самоідентифікацію та соціальну поведінку особистості. Соціальні мережі впливають на індивідуальність саме у цифрову епоху. Ця тема є дуже актуальною в наш час, оскільки багато людей використовують соціальні мережі щодня, і їх вплив на нашу життєву реальність стає все більш помітним.

Індивідуальність та соціальна ідентичність є ключовими поняттями у соціальній психології. За теорією самоідентифікації, людина може ідентифікувати себе зі своєю групою або категорією, в яку вона відноситься, та розвивати свою соціальну ідентичність [4]. Проте, з появою соціальних мереж, індивідуальність може бути спотворена або змінена. Дослідження показали, що соціальні мережі можуть впливати на самоідентифікацію та поведінку особистості [18]. Наприклад, люди можуть використовувати соціальні мережі, щоб збільшити свій соціальний статус [2, с. 497–529.], або допомогти їм відчувати себе більш прийнятними у соціальному середовищі [5, с. 341–345.]. Проте, ці прояви можуть приводити до того, що люди стають залежними від соціальних мереж та забувають про свою індивідуальність.

У цифрову епоху соціальні мережі стали невід'ємною частиною соціального життя. Вони надають можливість підтримувати зв'язки з друзями та родиною, знайомитись з новими людьми, ділитись думками та ідеями, а також зберігати відомості та спогади. Однак, разом із зростанням використання соціальних мереж з'явилися питання про їх вплив на нашу самоідентифікацію та соціальну поведінку. Р. Богмастер та М. Лірі відзначають, що потреба належати до соціальної групи є фундаментальною людською мотивацією [2, с. 497–529.]. Використання соціальних мереж може задовольнити цю потребу, забезпечуючи зв'язок з різними людьми та групами. Однак, на думку ряду дослідників, існує певна проблемна ситуація, коли використання соціальних мереж стає пріоритетним джерелом задоволення потреби

в належності до групи, ніж відносин з реальними людьми в реальному житті [3]. Це може призвести до того, що люди не відчують себе комфортно в своїй справжній індивідуальності, але стають залежними від соціальних мереж для задоволення своїх потреб у підтримці соціального статусу та прийнятності в соціальному середовищі [3].

Наприклад, дослідження, проведене у 2018 році, показало, що використання Instagram може призводити до збільшення ступеня несамовитості та страху перед відмовою [7, с. 1–19]. Автори дослідження стверджують, що це пов'язано з тим, що викладання фотографій у соціальних мережах може викликати в людей необхідність відповідати на коментарі та лайки, що може призводити до постійної необхідності підтримувати певний статус. Інші дослідження також вказують на те, що користування соціальними мережами може призводити до зниження самооцінки та збільшення ризику розвитку депресії [10; 16, с. 139–146.]. Деякі дослідження показали, що занадто часте використання соціальних мереж може призводити до зниження якості сну та погіршення психологічного благополуччя [13, с. 36–41; 17]. Отже, можна стверджувати, що соціальні мережі можуть мати негативний вплив на ментальне здоров'я користувачів. Крім того, інше дослідження показало, що використання Facebook може викликати почуття депресії та незадоволення [16, с. 139–146.].

За останні роки стало дуже поширеним явище "фільтрування бульбашки" [6, с. 114–1168.]. Це означає, що люди в соціальних мережах підписуються лише на тих користувачів, які діляться їхніми поглядами та інтересами. Це призводить до того, що користувачі стають більш ізольованими та менш спроможні до розуміння поглядів інших людей. Однією з головних проблем, пов'язаних з використанням соціальних мереж, є вплив на індивідуальність та соціальну поведінку. Зокрема, деякі люди можуть використовувати соціальні мережі, щоб показати своє бажання бути деякими іншими людьми, що може призвести до спотворення їхньої індивідуальності та соціальної ідентичності [8].

Отже, проблемна ситуація полягає в тому, що соціальні мережі можуть впливати на формування самоідентифікації та соціальної поведінки людини в цифровій епохі. З одного боку, соціальні мережі можуть допомогти людям знайти спільноту та підтримку, а з іншого боку, вони можуть

спричиняти залежність від соціального статусу та прийнятності в соціальному середовищі, що може впливати на самооцінку та самопочуття людей.

Мета цієї статті полягає у висвітленні впливу соціальних мереж на формування індивідуальності та соціальної поведінки людей в цифрову епоху. Цікавим є дослідити, як соціальні мережі впливають на самоідентифікацію та самопочуття користувачів, і як цей вплив може мати наслідки для психічного та фізичного здоров'я особистості. Індивідуальність є важливим аспектом життя людини, але соціальні мережі можуть впливати на цей аспект. [12, с. 518–530]. Індивідуальність – це складова частина нашої особистості, яка визначає нашу унікальність та відмінність від інших людей. Вона є однією з ключових характеристик, яка визначає поведінкове та психологічне функціонування особистості [1].

З метою визначення впливу соціальних мереж на самоідентифікацію та соціальну поведінку особистості було проведено анкетування серед здобувачів вищої освіти спеціальності «психологія» Дніпровського гуманітарного університету у березні 2023 року. У дослідженні взяли участь здобувачі вищої освіти 2,3, 4 курсів денного відділення ( $n = 60$ ). Анкетування проводилась онлайн за допомогою google форми. Узагальнені результати анкетування можна представити наступним чином. Більшість опитаних здобувачів вищої освіти (60%) проводять у соціальних мережах понад 1–2 години на день, що може свідчити про значну роль соціальних мереж у їхньому житті. Близько половини опитаних здобувачів вищої освіти (50%) використовують соціальні мережі для самопрезентації та формування своєї іміджевої репутації в інтернеті. 80% опитаних здобувачів вищої освіти вважають, що соціальні мережі впливають на їхню самоідентифікацію та соціальну поведінку. Однак, значна частина опитаних здобувачів вищої освіти (40%) зазначає, що соціальні мережі підвищують їхню самооцінку та впевненість у собі. 30% опитаних здобувачів вищої освіти відзначають, що соціальні мережі викликають почуття незадоволеності своїм життям. Також більше половини опитаних здобувачів вищої освіти (60%) порівнюють себе з іншими користувачами соціальних мереж, що може призвести до почуття недостатності та зниження самооцінки.

40% здобувачів вищої освіти вважають, що соціальні мережі покращують їхню соціальну поведінку. 30% здобувачів вищої освіти впевнені, що соціальні мережі можуть провокувати на конфлікти та порівняння з іншими користу-

вачами. Загалом відповіді на анкету показують, що соціальні мережі мають важливий вплив на самоідентифікацію та соціальну поведінку здобувачів вищої освіти. Однак цей вплив може бути як позитивним, так і негативним, і залежить від індивідуальних особливостей кожного здобувача вищої освіти.

У цифрову епоху, індивідуальність може відігравати ще більш значущу роль, оскільки люди можуть взаємодіяти зі світом та іншими людьми в Інтернеті, зокрема, у соціальних мережах. В такому контексті, соціальні мережі можуть впливати на нашу самоідентифікацію та соціальну поведінку [16, с. 1143–1168]. Однак, цей прояв індивідуальності може бути спотвореним, оскільки люди можуть використовувати соціальні мережі, щоб відобразити себе як тих, ким вони не є, або які мають інші цінності, ніж вони насправді мають. Це може призвести до того, що люди не відчують себе комфортно в своїй справжній індивідуальності, але стають залежними від соціальних мереж для задоволення своїх потреб у підтримці соціального статусу та прийнятності в соціальному середовищі [15, с. 369–380].

Крім того, соціальні мережі можуть впливати на соціальну поведінку людей. Наприклад, люди можуть бути більш нахабними, агресивними або некомпромісними в соціальних мережах, ніж у реальному житті. Це може бути пов'язано з бажанням відповідати на критику або захищати свої переконання, а також з бажанням здобути більше уваги та прийнятності в соціальних мережах [18]. Завдяки стрімкому розвитку технологій та зростаючому використанню соціальних мереж людина стикається з новими викликами в питаннях самоідентифікації та соціальної поведінки. У цьому контексті індивідуальність набуває особливого значення. Індивідуальність - це унікальна комбінація характеристик, які роблять людину унікальною від інших. Індивідуальність - це не лише зовнішній вигляд, але й риси характеру, погляди, поведінку та інші аспекти нашої особистості [14].

Індивідуальність має важливе значення в суспільстві. Кожна людина має право на свою індивідуальність, тобто на право бути самим собою та виражати свої погляди та переконання. У сучасному світі, завдяки розвитку цифрових технологій, люди мають безліч можливостей для спілкування та взаємодії з іншими. Соціальні мережі, такі як Facebook, Twitter, Instagram та інші, стали невід'ємною частиною нашого життя та соціальної взаємодії. З одного боку, ці технології надають нам можливість розширювати наш соціальний

коло знайомств, спілкуватися зі старими друзями та родичами, знаходити нових друзів та розважатися. З іншого боку, вони можуть мати негативний вплив на нашу самоідентифікацію та соціальну поведінку.

Соціальні мережі впливають на самооцінку та самопочуття людей. Вони можуть порівнювати своє життя з життям інших, представленим у соціальних мережах, і відчувати себе менш успішними, що може призвести до почуття тривоги, депресії та низької самооцінки [7]. Окрім того, соціальні мережі можуть впливати на соціальну поведінку особистості. Згідно з дослідженнями, користувачі соціальних мереж можуть бути більш схильні до певних соціальних поведінок, таких як підтримка певних поглядів, взаємодія зі своєю групою, або ж прагнення отримати позитивну оцінку від своїх друзів та підписників [11].

З огляду на ці фактори, можна стверджувати, що соціальні мережі впливають на індивідуальність та соціальну поведінку особистості в цифрову епоху. Проблемою є те, що самоідентифікація особистості може бути залежною від того, як особистість сприймає себе через призму соціальних мереж та їх стереотипних уявлень про ідеального користувача. Таким чином, особистість може почувати себе обмеженою у своїй реальній індивідуальності та бути схильною до соціальної поведінки, яка задовольняє соціальні норми та очікування, а не власні потреби та бажання особистості.

Соціальні мережі можуть бути потужним інструментом для вираження індивідуальності. Вони дозволяють через створення профілів, обмін фотографіями, відео та іншими даними про особистість, що може бути використано для відображення унікальності особистості. Зокрема, деякі люди використовують соціальні мережі для вираження своїх інтересів, хобі та пристрастей, що дозволяє їм знайти спільноту, яка поділяє їхні інтереси та погляди.

Проте, соціальні мережі також можуть впливати на самоідентифікацію через процес соціального порівняння. Як вже зазначалось вище користувачі часто порівнюють свої життя, відносини та досягнення з тими, які вони бачать в соціальних мережах, і це може викликати почуття незадоволеності та невпевненості в собі. Це може призвести до того, що може виникнути спокуса відтворити інформацію, яку бачать люди в інших профілях, навіть якщо це не є чесним відображенням їхнього справжнього життя. Користувачі починають підробляти свої профілі, щоб отримати більше лайків та підписників, що може викликати ще більшу невпевненість в собі.

Крім того, соціальні мережі можуть впливати на нашу самооцінку, особливо через вподобання та коментарі, які отримує особистість від інших користувачів. Сучасна цифрова епоха принесла із собою безліч нових можливостей для вираження своєї індивідуальності. Зокрема, соціальні мережі надали людям можливість виставити свій профіль, ділитися своїми думками та ідеями, а також знайомитися з новими людьми з усього світу. Однак, наскільки ці можливості допомагають зберегти та виразити індивідуальність, а наскільки можуть призвести до її втрати та залежності від соціальних мереж. Відповідь на це питання є надзвичайно важливим

Соціальні мережі надають різноманітні можливості для вираження своєї індивідуальності. Один з найбільш очевидних способів - це створення профілю, де можна вказати своє ім'я, фотографію та інші особисті дані. Багато соціальних мереж також надають можливість додавати фотографії та відео, виставляти свої думки та ідеї у вигляді постів, а також вказувати свої інтереси та уподобання. Ці можливості дозволяють кожному виразити свою індивідуальність та унікальність. Однак, з іншого боку, соціальні мережі можуть призвести до негативних наслідків, зокрема до занадто сильного зосередження на соціальному порівнянні та самооцінці.

Люди, які користуються соціальними мережами, можуть порівнювати своє життя з життям інших користувачів, які виставляють лише найкращі моменти свого життя. Це може призвести до відчуття незадоволеності зі свого життя та низької самооцінки. Також, занадто велика залежність від соціальних мереж може призвести до того, що людина починає оцінювати себе та свої досягнення за кількістю лайків або коментарів на її постах, замість того, щоб оцінювати себе на основі власних цінностей та досягнень.

Соціальні мережі також можуть впливати на соціальну поведінку користувачів. З одного боку, це може сприяти формуванню позитивної самоідентифікації та соціальної поведінки. Але з іншого боку, надмірне використання соціальних мереж може вести до залежності від них та втрати індивідуальності. Соціальні мережі також можуть впливати на соціальну поведінку людей. Наприклад, люди можуть бути більш схильні до деперсоналізації та агресії в соціальних мережах через анонімність та відсутність очної контакту з іншими користувачами. Також, соціальні мережі можуть сприяти поширенню фейкових новин та міфів, що може призвести до формування негативних поглядів та стереотипів про інших людей.

Однак, соціальні мережі також можуть бути корисним інструментом для збереження та зміцнення міжособистісних відносин. Люди можуть знайомитися з новими людьми та зберігати зв'язок зі старими друзями та колегами, незалежно від географічної відстані. Крім того, соціальні мережі можуть бути корисним інструментом для організації акцій та подій, що сприяють розвитку спільнот та підтримці соціальних рухів.

Таким чином, залежність від соціальних мереж є серйозною проблемою для багатьох людей. Люди можуть проводити багато часу в соціальних мережах, забуваючи про реальне життя та взаємодію з реальними людьми. Це може призвести до відчуття соціальної ізоляції та зниження якості життя. Крім того, залежність від соціальних мереж може викликати психологічні проблеми, такі як депресія та тривожність. Також соціальні мережі можуть призвести до втрати індивідуальності. Люди можуть намагатися відповідати соціальним нормам та стандартам, що є популярними на соціальних мережах, забуваючи про свої справжні потреби та інтереси. Багато людей можуть сприймати свою індивідуальність залежно від того, які тенденції та моди популярні в соціальних мережах. Це може призвести до втрати своєї унікальності та креативності.

Отже, використання соціальних мереж може спотворювати індивідуальність людей, призво-

дити до залежності від соціальних мереж та впливати на їхню соціальну поведінку. Розуміння цих проблем може допомогти людям зберегти свою індивідуальність та розвивати здорові соціальні зв'язки в реальному житті. Соціальні мережі є невід'ємною частиною сучасного світу. Вони можуть мати як позитивний, так і негативний вплив на нашу самоідентифікацію та соціальну поведінку. Негативні наслідки залежності від соціальних мереж можуть бути дуже серйозними. По-перше, вони можуть призвести до втрати індивідуальності. Люди можуть втратити здатність розрізняти себе від інших, коли стають частинкою великого і невизначеного онлайн-суспільства. Це може призвести до того, що люди перестають розвивати свої власні інтереси та прагнення, і починають діяти відповідно до очікувань, які їм нав'язує соціальна мережа. Крім того, залежність від соціальних мереж може призвести до ізоляції від реального світу, зниження самооцінки, депресії та інших проблем з психічним здоров'ям.

Одним з перспективних напрямків розробки зазначеної теми статті є дослідження взаємодії між індивідуальністю та соціальною поведінкою в контексті використання соціальних мереж. Також можна проводити дослідження впливу соціальних мереж на розвиток соціальної ідентичності та пошуку сенсу життя та на психічне здоров'я та добробут людей.

#### СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ:

1. American Psychological Association. Personality. 2019. Retrieved from <https://www.apa.org/topics/personality/>
2. Baumeister, R. F., & Leary, M. R. The need to belong: Desire for interpersonal attachments as a fundamental human motivation. *Psychological bulletin*, 1995. № 117(3). P. 497–529.
3. Burke, M., Marlow, C., & Lento, T. Social network activity and social well-being. In *Proceedings of the SIGCHI conference on human factors in computing systems*, 2010. P. 1909–1912.
4. Castells, M. *The rise of the network society*. John Wiley & Sons, 2010.
5. Christofides, E., Muise, A., & Desmarais, S. Information disclosure and control on Facebook: Are they two sides of the same coin or two different processes?. *CyberPsychology & Behavior*, 2009. №12(3). P. 341–345.
6. Ellison, N. B., Steinfield, C., & Lampe, C. The benefits of Facebook "friends": social capital and college students' use of online social network sites. *Journal of Computer-Mediated Communication*, 2007, № 12(4). P. 1143–1168.
7. Fardouly, J., Diedrichs, P. C., Vartanian, L. R., & Halliwell, E. Social comparisons on social media: The impact of Facebook and Instagram on mental health and body image. *New Media & Society*, 2018, № 20(9). P. 1–19
8. Goffman, E. *The presentation of self in everyday life*. Anchor Books, 1959. 255 p.
9. Krasnova H., Veltri N. F., Günther O., Spiekermann S., & Koroleva K. Self-presentation and privacy concerns in social networking sites: A comparison of German and US American users. *Journal of cross-cultural psychology*, 2013. № 44(5). P. 748–764. <https://doi.org/10.1177/0022022113482106>
10. Kross, E., Verduyn, P., Demiralp, E., Park, J., Lee, D. S., Lin, N., ... & Ybarra, O. Facebook use predicts declines in subjective well-being in young adults. *PloS one*, 2013. № 8(8).
11. Kuss, D. J., & Griffiths, M. D. Online social networking and addiction—a review of the psychological literature. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 2011. № 8(9). P. 3528–3552. doi: 10.3390/ijerph8093528
12. Leary, M. R., Tambor, E. S., Terdal, S. K., & Downs, D. L. Self-esteem as an interpersonal monitor: The sociometer hypothesis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1995. № 68(3). P. 518–530.
13. Levenson, J. C., Shensa, A., Sidani, J. E., Colditz, J. B., & Primack, B. A. The association between social media use and sleep disturbance among young adults. *Preventive medicine*, 2016. №85. P. 36–41.

14. Madhuleena Roy Chowdhury "What Is Individuality and Why Is It Important?" *Positive Psychology*, 2021. 22 Jan., [positivepsychology.com/individuality](https://positivepsychology.com/individuality).
15. Manago, A. M., Taylor, T., & Greenfield, P. M. Me and my 400 friends: The anatomy of college students' Facebook networks, their communication patterns, and well-being. *Developmental psychology*, 2012. № 48(2). P. 369–380.
16. Tandoc Jr, E. C., Ferrucci, P., & Duffy, M. Facebook use, envy, and depression among college students: Is facebooking depressing?. *Computers in Human Behavior*, 2015, № 43. P. 139–146.
17. Twenge, J. M., & Campbell, W. K. Associations between screen time and lower psychological well-being among children and adolescents: Evidence from a population-based study. *Preventive medicine reports*, 2019. № 15.
18. Turkle, S. *Alone together: Why we expect more from technology and less from each other*. Basic Books, 2011.
19. Wang, Q., Chen, W., & Liang, Y. The effects of social media on college students. *Journal of Educational Technology Development and Exchange*, 2011. № 4(1). P. 1–14.