

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ Н.Г.ЧЕРНЫШЕВСКОГО»

Кафедра общей и консультативной психологии

**Связь интенсивности использования социальных сетей со стратегиями
самопрезентации и видов личностных границ у студентов**

**АВТОРЕФЕРАТ ВЫПУСКНОЙ КВАЛИФИКАЦИОННОЙ
РАБОТЫ БАКАЛАВРА**

Студентки 4 курса 462 группы
направления 37.03.01 «Психология»

Щипанова Татьяна Андреевна

Научный руководитель
ассистент

должность, уч. степень, уч. звание

подпись, дата

А.А. Карелин
инициалы, фамилия

Зав. кафедрой
д.псх.н, профессор

должность, уч. степень, уч. звание

подпись, дата

С.В. Фролова
инициалы, фамилия

Саратов, 2026

Введение. *Актуальность* *предпринятого* *исследования* определяется стремительной цифровизацией общества, в условиях которой социальные сети перестали быть лишь инструментом коммуникации и превратились в ключевую среду формирования идентичности, социальных связей и поведенческих паттернов. Особую значимость этот процесс приобретает для молодёжной аудитории, для которой онлайн-пространство стало неотъемлемой частью социализации. В этой связи критически важным становится понимание того, каким образом личность конструирует и презентует себя в цифровой среде (стратегии самопрезентации) и как регулирует степень своей открытости и защищённости в условиях перманентной онлайн-доступности (личностные границы). Рост кибербуллинга, цифровой зависимости на фоне снижения цифровой грамотности требуют комплексного изучения психологических механизмов адаптации к цифровой среде для разработки эффективных стратегий профилактики эмоционального выгорания и сохранения психологического благополучия пользователей.

Объект исследования: психологические особенности взаимодействия личности с цифровой средой в контексте социальных сетей.

Предмет исследования: взаимосвязь стратегий самопрезентации и особенностей личностных границ у пользователей социальных сетей.

Цель исследования: теоретически проанализировать и выявить специфику взаимосвязи между доминирующими стратегиями самопрезентации и типами личностных границ в цифровой среде.

Гипотеза исследования: существует закономерная связь между избираемыми пользователями стратегиями самопрезентации в социальных сетях и видами их личностных границ. Предполагается, что пользователи с более гибкими и осознанными границами склонны к более аутентичным и контролируемым стратегиям самопрезентации, в то время как размытые или ригидные границы коррелируют с чрезмерно идеализированной и зависимой от обратной связи либо с минимальной/избегающей самопрезентацией.

Задачи исследования:

Теоретические:

1. Проанализировать социальные сети как предмет психологического исследования, выделить их ключевые виды и классификации.
2. Систематизировать основные теоретические подходы к пониманию стратегий самопрезентации в цифровой среде и их эволюции от классических к современным моделям.
3. Рассмотреть психологическую концепцию личностных границ, их структуру, функции и специфику трансформации в условиях онлайн-взаимодействия.

Эмпирические:

1. Диагностировать преобладающие типы личностных границ у респондентов, активных пользователей социальных сетей.
2. Выявить доминирующие стратегии самопрезентации, используемые респондентами в социальных сетях.
3. Установить характер и статистическую значимость взаимосвязи между типом личностных границ и стратегиями самопрезентации в цифровой среде.

Методы и методики исследования: теоретический анализ, синтез и систематизация научной литературы по проблеме; эмпирические методики - «Шкала проблемного использования социальных сетей» (С. Marino et al., 2017, адаптация Н.А. Сирота, Д.В. Московченко и др., 2018), «Методика диагностики психологической границы личности» (Т.С. Леви, 2013), «Шкала измерения тактик самопрезентации» (Self-Presentation Tactics Scale, S. Lee, B. Quigley, 1999, адаптация О.А. Пикулевой, 2004); методы математической статистики - корреляционный анализ с использованием коэффициента Пирсона, описательные статистики, обработка данных в программе IBM SPSS Statistics.

Теоретико-методологическая база: классические теории социального взаимодействия и конструирования идентичности - драматургический подход И. Гофмана (самопрезентация как перформанс); психодинамические и гештальт-подходы к пониманию личностных границ (З. Фрейд, М. Кляйн, Д. Винникот, Ф. Перлз); современные концепции цифровой коммуникации (Д. Бойд, Н. Эллисон, Г.У. Солдатова, Е.И. Рассказова); современные модели личностных границ - типология Н. Браун, концепция психологического пространства личности С.К. Нартовой-Бочавер, адаптированные к анализу цифровой среды.

Материал исследования: эмпирические данные, полученные в ходе дистанционного опроса 101 студента в возрасте от 18 до 25 лет, проведённого в период с сентября 2025 года по февраль 2026 года. Основной массив данных составили результаты заполнения трёх стандартизированных методик, дополнительно использовалась авторская анкета для сбора социально-демографических сведений.

Научная новизна заключается в комплексном теоретическом анализе двух ключевых феноменов цифровой социализации - самопрезентации и личностных границ - в их взаимосвязи. Предпринята попытка операционализировать классические психологические концепции (Гофман, психодинамика) для анализа современных онлайн-практик, а также систематизировать вызовы, которые цифровая среда (алгоритмизация, коллапс контекстов) создаёт для традиционных механизмов регуляции идентичности и межличностных барьеров.

Теоретическая значимость состоит в углублении научных представлений о взаимосвязи самопрезентации и личностных границ в условиях смешанной реальности. Уточнено понимание того, как классические психологические концепции (драматургическая модель И. Гофмана, типология границ Н. Браун, концепция психологического пространства С.К. Нартовой-Бочавер) операционализируются применительно к онлайн-поведению. Выявленные закономерности расширяют теоретическую базу

психологии цифровой коммуникации, обозначая личностные границы как медиатор между интенсивностью использования социальных сетей и выбором тактик самопредъявления.

Практическая значимость работы состоит в том, что материалы и выводы исследования могут быть использованы в практике психологического консультирования и психотерапии для работы с проблемами цифровой зависимости, последствиями кибербуллинга, нарушениями самооценки и трудностями в межличностных отношениях, связанных с онлайн-активностью, а также в сфере образования для разработки и проведения тренингов и просветительских программ по цифровой гигиене, развитию навыков осознанного управления своей онлайн-идентичностью и границами.

Апробация исследования: основные положения и промежуточные результаты обсуждались на заседании кафедры общей и консультативной психологии факультета психологии Саратовского национального исследовательского государственного университета имени Н.Г. Чернышевского.

Структура работы: выпускная квалификационная работа состоит из введения, двух глав, заключения, списка использованных источников и приложений. Во введении обоснована актуальность, сформулированы объект, предмет, цель, гипотеза и задачи, раскрыты научная новизна, теоретическая и практическая значимость. Первая глава посвящена теоретическому анализу социальных сетей как психологического феномена, стратегий самопрезентации и концепции личностных границ в условиях онлайн-взаимодействия. Вторая глава содержит описание организации и методов эмпирического исследования, анализ полученных результатов и интерпретацию выявленных взаимосвязей.

Основное содержание работы. В первой главе «Теоретико-методологические основы исследования самопрезентации и личностных границ в контексте социальных сетей» проведён теоретический анализ социальных сетей как предмета психологического исследования. Показано,

что термин «социальные сети» обладает многогранностью: с одной стороны, он служит категорией социологии и социальной психологии, с другой - обозначает цифровой феномен, кардинально изменивший жизнь общества. Классическое технологическое определение Д. Бойд и Н. Эллисон дополняется социально-психологическим подходом Я.Л. Морено, чьи социометрические статусы («звёзды», «аутсайдеры», «клики») применимы к анализу популярных аккаунтов, изолированных профилей и закрытых сообществ. В рамках психологического ракурса Г.У. Солдатовой и Е.И. Рассказовой сети трактуются как особая среда развития, оказывающая влияние на становление личности. Отдельное внимание уделено способности сетей генерировать «цифровые следы», что повышает валидность исследований, но сопряжено с этическими рисками. Рассмотрены классификации сетей (по целям, уровню вовлечённости, культурным особенностям), а также психологические эффекты: от эмоциональной регуляции и социализации до кибербуллинга, зависимости и формирования «клипового мышления». Делается вывод об амбивалентной природе социальных сетей, интегрированных в смешанную реальность и перестраивающих процессы восприятия и самоидентификации на нейропластичном уровне.

В этом же разделе систематизированы стратегии самопрезентации в цифровой среде. Отталкиваясь от драматургической модели И. Гофмана, описывается разделение на «переднюю» и «заднюю» сцены, которое в цифровой реальности радикально усложняется: возникают феномены коллапса контекстов, множественных аккаунтов, алгоритмической аудитории. Рассмотрены ключевые тактики - самопродвижение, инграция, управление приватностью, а также их трансформация под влиянием алгоритмов. Подчёркивается, что современный пользователь одновременно выступает архитектором собственных контекстов и игроком на алгоритмическом поле, что порождает амбивалентность цифрового перформанса.

Далее раскрыта психологическая концепция личностных границ. Классические психодинамические основания (З. Фрейд, М. Кляйн, Д. Винникот) дополнены гештальт-подходом Ф. Перлза (граница-контакт) и транзакционным анализом Э. Берна. Подробно рассмотрена современная типология Н. Браун, выделяющая мягкие, губчатые, жёсткие и гибкие границы, а также концепция психологического пространства С.К. Нартовой-Бочавер. Выявлено, что в условиях онлайн-взаимодействия традиционные функции границ (защитная, селективная, идентификационная, контактная) претерпевают трансформацию: дематериализация контакта и коллапс контекстов делают границы одновременно более уязвимыми и более сложными для конструирования. Ответом становятся гибридные «цифровые границы» - настройки приватности, фейковые аккаунты, закрытые каналы. Нарушение границ в сети приводит к кибербуллингу, эмоциональному выгоранию и эффекту смещения границ в офлайн-общении.

Во второй главе «Эмпирическое исследование связи интенсивности использования социальных сетей со стратегиями самопрезентации и личностными границами у студентов» представлены организация, методы и результаты эмпирического исследования. Исследование проводилось в дистанционном формате в период с сентября 2025 года по февраль 2026 года на базе Саратовского национального исследовательского государственного университета имени Н.Г. Чернышевского. В нём принял участие 101 студент в возрасте от 18 до 25 лет, являющихся активными пользователями социальных сетей (не менее одного часа ежедневно). Применялся комплекс из трёх стандартизированных методик, дополненный авторской анкетой. Обработка данных осуществлялась в программе IBM SPSS Statistics с использованием корреляционного анализа Пирсона и расчётом описательных статистик.

Анализ описательных статистик показал, что в структуре использования социальных сетей у студентов доминирует шкала «Регуляция эмоций онлайн» ($M=14,61$; $SD=3,88$). В профиле личностных границ преобладает

«Проницаемая» функция ($M=19,67$; $SD=3,98$) и «Вбирающая» функция ($M=17,92$; $SD=4,48$), при этом общий показатель границ ($M=101,90$; $SD=17,89$) свидетельствует об умеренной устойчивости с тенденцией к гибкости. Ведущими тактиками самопрезентации выступили «Желание/старание понравиться» ($M=30,01$; $SD=6,36$) и «Извинение» ($M=26,65$; $SD=4,92$), что отражает просоциальную ориентацию студентов.

Корреляционный анализ выявил множественные статистически значимые взаимосвязи ($p \leq 0,05$ и $p \leq 0,01$). Показатель «Предпочтение онлайн-общения» положительно коррелирует с «Проницаемыми границами» ($r=0,305$; $p < 0,01$) и «Вбирающими границами» ($r=0,252$; $p < 0,05$). Ещё более выраженные связи обнаружены между «Негативными последствиями» и функциями «Проницаемость» ($r=0,399$; $p \leq 0,01$), «Вбирание» ($r=0,444$; $p < 0,01$) и «Отдача» ($r=0,459$; $p < 0,01$). Парадоксальная связь «Компульсивного использования» со «Сдерживающими границами» ($r=0,317$; $p < 0,01$) интерпретируется как компенсаторный уход в сеть при жёстком контроле в реальной жизни.

В блоке взаимосвязей с самопрезентацией «Негативные последствия» положительно коррелируют с тактикой «Препятствование самому себе» ($r=0,302$; $p < 0,01$). «Когнитивная поглощённость» связана с «Оправданием с отрицанием ответственности» ($r=0,440$; $p < 0,01$) и «Просьбой/мольбой» ($r=0,286$; $p < 0,01$). «Непроницаемые границы» положительно связаны с «Оправданием с отрицанием ответственности» ($r=0,339$; $p < 0,01$), а «Проницаемые границы» - отрицательно с тактикой «Извинение» ($r=-0,249$; $p \leq 0,05$).

Интерпретация результатов позволила заключить, что психологические границы выступают медиатором между интенсивностью сетевой активности и выбором конкретных тактик самопрезентации. Чрезмерная проницаемость и вбирающая функция сопряжены с проблемным использованием сетей и защитными стратегиями, тогда как гибкость границ способствует более адаптивному онлайн-поведению.

Заключение. Проведённое теоретико-эмпирическое исследование подтвердило гипотезу о существовании закономерной связи между интенсивностью проблемного использования социальных сетей, стратегиями самопрезентации и видами личностных границ студентов. Высокая интенсивность, проявляющаяся в предпочтении онлайн-общения и переживании негативных последствий, тесно коррелирует с размытостью и повышенной проницаемостью границ, что определяет выбор компенсаторных и защитных тактик самопрезентации (препятствование самому себе, оправдание с отрицанием ответственности, просьба/мольба). Психологические границы выступают центральным медиатором: их гибкость усиливает адаптивный потенциал сетевой активности, а жёсткость или чрезмерная проницаемость провоцирует защитные механизмы и риск перехода использования сетей в проблемную форму.

Все поставленные задачи решены. Теоретический анализ позволил систематизировать современные представления о социальных сетях, стратегиях самопрезентации и личностных границах в условиях смешанной реальности. Эмпирически установлены конкретные взаимосвязи, расширяющие понимание психологических механизмов проблемного цифрового поведения. Полученные данные могут служить основой для разработки программ профилактики цифровой зависимости и развития навыков осознанного управления личностными границами у студенческой молодёжи. Перспективным направлением дальнейших исследований может стать изучение роли психологических границ как медиатора в более широких возрастных и культурных выборках, а также разработка практических рекомендаций по укреплению цифровых границ личности.