

Скарупа К. О.

аспірантка

Інституту психології імені Г.С. Костюка

НАПН України

skarupakateryna@gmail.com

<https://orcid.org/0009-0005-5032-9642>

Афективні контури взаємодії з цифровими середовищами осіб з досвідом перебування в скрутних матеріальних обставинах

Анотація. Досліджено афективні контури взаємодії з цифровими середовищами в осіб із досвідом матеріальних труднощів. Проаналізовано емоційні патерни цифрової взаємодії, їхній вплив на психологічне благополуччя, наративну ідентичність та переживання соціальної нерівності в онлайн-просторі.

Ключові слова: афективна регуляція, цифрове середовище, матеріальні труднощі, психологічне благополуччя, емоційні патерни, «цифрова нерівність», наративна ідентичність.

Skarupa Kateryna

PhD student,

G. S. Kostiuk Institute of Psychology

of the NAES of Ukraine

skarupakateryna@gmail.com

<https://orcid.org/0009-0005-5032-9642>

Affective Contours of Digital Environment Interaction among Individuals Experiencing Material Hardship

Abstract. The article examines affective contours of interaction with digital environments among individuals experiencing material hardship. Emotional patterns of digital interaction, their influence on psychological well-being, narrative identity, and experiences of social inequality in online space are analyzed.

Keywords: affective regulation, digital environment, material hardship, psychological well-being, emotional patterns, «digital inequality», narrative identity.

Цифрові середовища стали невід'ємною частиною повсякденного існування сучасної людини, глибоко вбудовуючись у процеси самопрезентації, соціальної взаємодії, отримання інформації та регуляції власного афективного стану. Водночас доступ до цифрових ресурсів, а також характер і якість взаємодії з ними залишаються нерівномірно розподіленими в залежності від соціально-економічного становища особистості. Особи з досвідом перебування в скрутних матеріальних обставинах опиняються у специфічній позиції: з одного боку, цифрові середовища можуть слугувати для

них важливим ресурсом соціальної підтримки, доступу до інформації та відчуття причетності до ширшої спільноти; з іншого – самі ці середовища нерідко продукують і відтворюють символічні форми соціальної нерівності, що актуалізують переживання соціального відчуження, сорому та безсилля. Афективний вимір цієї взаємодії лишається малодослідженим, хоча саме він визначає суб'єктивну значущість цифрового досвіду та його вплив на психологічне благополуччя особистості.

Актуальність дослідження зумовлена кількома взаємопов'язаними обставинами. В умовах війни в Україні стрімко зросла чисельність осіб, які опинилися у скрутних матеріальних обставинах внаслідок вимушеного переміщення, втрати майна та роботи, розриву звичних соціально-економічних зв'язків. Цифрові середовища, зокрема соціальні мережі, продукують потужний символічний контраст між демонстрованими образами успіху, достатку і благополуччя та реальним досвідом матеріальних труднощів, що може суттєво деструктивно впливати на самооцінку, відчуття гідності та здатність до конструктивної самопрезентації. Тема цифрової нерівності у психологічному вимірі залишається значно менш дослідженою, ніж її технологічний чи соціологічний аспекти, що створює суттєвий теоретичний дефіцит у розумінні психологічних наслідків цього явища.

Теоретичну основу дослідження становлять концепції афективної регуляції, наративної ідентичності та цифрової нерівності. Афективна регуляція розглядається як сукупність процесів, за допомогою яких особистість здійснює вплив на характер, інтенсивність і тривалість власних емоційних переживань (Gross, 2015).

Цифрові середовища виступають у цьому контексті одночасно і ресурсом, і викликом для афективної регуляції: вони пропонують широкий спектр стратегій відволікання, пошуку підтримки і смислотворення, однак водночас можуть посилювати негативні афективні стани через механізми соціального порівняння, інформаційного перевантаження та алгоритмічної персоналізації. Наративний підхід дозволяє розглядати афективний досвід взаємодії з цифровим середовищем як невід'ємну складову особистого наративу: те, як людина переживає та осмислює свою цифрову присутність, вбудовується в її life story і впливає на загальну когерентність наративної ідентичності (McAdams & McLean, 2013).

Концепція цифрової нерівності у психологічному вимірі виходить за межі технічного доступу до пристроїв і мережі та охоплює відмінності у навичках, мотивації та характері використання цифрових ресурсів (Helsper, 2012). Особи з досвідом матеріальних труднощів нерідко стикаються з тим, що цифрові середовища організовані відповідно до логіки споживання і достатку: реклама, алгоритмічно підібраний контент і норми самопрезентації у соціальних мережах орієнтовані переважно на осіб із середнім і вищим рівнем доходу, тоді як досвід матеріальних труднощів залишається символічно маргіналізованим або стигматизованим, що створює специфічне афективне поле взаємодії з цифровим середовищем, для якого характерні переживання

невідповідності, сорому та відчуження, що є важливим предметом психологічного аналізу.

На основі теоретичного аналізу виокремлено кілька специфічних афективних патернів, що характеризують взаємодію осіб із досвідом матеріальних труднощів з цифровими середовищами. Перший патерн експлікує афект порівняльного знецінення передбачає регулярне зіткнення з ідеалізованими образами споживання і успіху у соціальних мережах актуалізує переживання власної неповноцінності та посилює суб'єктивне відчуття матеріальної депривації. Механізм соціального порівняння, добре задокументований у психології соціальних медіа, набуває особливої інтенсивності у ситуації, коли реальний досвід людини перебуває у різьчому контрасті з символічними образами, що домінують у цифровому просторі. Другий патерн – афект цифрового сорому забезпечує необхідність самопрезентації в цифровому середовищі при обмежених матеріальних ресурсах породжує специфічне переживання сором'язності або небажання «показувати» власне повсякденне життя, що може призводити до самовиключення з цифрових спільнот і посилення соціальної ізоляції.

Третій виокремлений афективний патерн – інструментальна надія, коли цифрові середовища нерідко сприймаються особами у скрутних матеріальних обставинах як простір потенційних можливостей (пошуку роботи, соціальної підтримки, доступу до безкоштовних ресурсів і послуг). Він має амбівалентний характер: з одного боку, він забезпечує мотиваційний ресурс і підтримує відчуття агентності; з іншого – нереалізовані очікування, пов'язані з цифровим середовищем, можуть поглиблювати переживання безсилля і розчарування. Четвертий патерн становить афективна анестезія, де частина осіб з досвідом матеріальних труднощів використовує цифрові середовища переважно як засіб емоційного відходу від реальності, через розважальний контент, онлайн-ігри або соціальну взаємодію у віртуальному просторі. Зазначена стратегія може тимчасово знижувати інтенсивність негативних переживань, однак не сприяє їхній конструктивній переробці і за хронічного застосування може ускладнювати вирішення реальних матеріальних проблем.

Важливим виміром афективних контурів досліджуваної взаємодії є її зв'язок із наративною ідентичністю особистості. Досвід матеріальних труднощів є потенційно дезорганізуючим для особистого наративу: він руйнує звичні уявлення про власне майбутнє, ставить під сумнів наративи успіху і самореалізації, що домінують у культурі, та вимагає болісного переосмислення власної life story (Habermas & Köber, 2015). Цифрове середовище може як підтримувати, так і ускладнювати цей процес. Підтримуючий ефект виявляється у доступі до наративів інших людей зі схожим досвідом, що знижує відчуття ізолюваності та надає альтернативні інтерпретативні фрейми для осмислення власної ситуації. Деструктивний ефект полягає в посиленні наративної дискогерентності через регулярне зіткнення з культурними наративами успіху, що суперечать реальному досвіду, та в ускладненні побудови автентичної цифрової самопрезентації.

Аналіз ресурсів, що опосередковують афективний вплив цифрового середовища на осіб з досвідом матеріальних труднощів, виявляє кілька ключових буферних чинників. Першим є наративна компетентність як здатність до рефлексивного осмислення власного досвіду і конструювання когерентного особистого наративу, що не ідентифікується з домінуючими культурними наративами успіху, дозволяє зберігати психологічну стійкість у взаємодії з цифровим середовищем. Наступним постає критична медіаграмотність як розуміння механізмів конструювання ідеалізованих образів у цифрових медіа та алгоритмічної логіки соціальних мереж знижує інтенсивність переживань порівняльного знецінення і сорому. Останнім є досвід сумісності, спільності, коли участь у цифрових спільнотах, де досвід матеріальних труднощів є нормалізованим і взаємно визнаним, забезпечує афективне підтвердження власного досвіду і сприяє формуванню альтернативних наративів самоідентифікації (Thoits, 2011).

Отримані теоретичні результати окреслюють перспективи практичної роботи та подальших досліджень. У площині психологічної допомоги вони обґрунтовують доцільність включення роботи з афективним виміром цифрової взаємодії до програм підтримки осіб у скрутних матеріальних обставинах, зокрема розвитку критичної медіаграмотності як психопрофілактичного ресурсу, а також наративно-орієнтованих технік, що сприяють реконструкції особистого наративу в умовах матеріальних труднощів. У дослідницькій площині перспективним є вивчення зв'язку між конкретними афективними патернами цифрової взаємодії та показниками психологічного благополуччя і наративної ідентичності в осіб із різним рівнем матеріальної депривації. Розроблення спеціалізованого діагностичного інструментарію для вимірювання афективних контурів цифрової взаємодії є самостійним науково-методичним завданням, що відкриває широке поле для емпіричних досліджень у межах окресленої проблематики.

Список використаних джерел

- Gross, J. J. (2015). Emotion regulation: Current status and future prospects. *Psychological Inquiry*, 26(1), 1–26.
<https://doi.org/10.1080/1047840X.2014.940781>
- Habermas, T., & Köber, C. (2015). Autobiographical reasoning is constitutive for narrative identity: The role of the life story for personal continuity. In K. C. McLean & M. Syed (Eds.), *The Oxford handbook of identity development* (pp. 149–165). Oxford University Press.
- Helsper, E. J. (2012). A corresponding fields model for the links between social and digital exclusion. *Communication Theory*, 22(4), 403–426.
<https://doi.org/10.1111/j.1468-2885.2012.01416.x>
- McAdams, D. P., & McLean, K. C. (2013). Narrative identity. *Current Directions in Psychological Science*, 22(3), 233–238.
<https://doi.org/10.1177/0963721413475622>

Thoits, P. A. (2011). Mechanisms linking social ties and support to physical and mental health. *Journal of Health and Social Behavior*, 52(2), 145–161. <https://doi.org/10.1177/0022146510395592>

ДЕКЛАРАЦІЯ
про використання систем штучного інтелекту

Під час підготовки матеріалів конференції використовувався Claude (Anthropic, версія Opus 5) з метою покращення мовної якості й читабельності та перевірки коректності бібліографічних посилань та їх форматування відповідно до стилю APA.

Автор перевірів та відредагував увесь згенерований контент і підтверджує його достовірність