

УДК 159.9

Мартиняк О. – ст. гр. БП-21

Тернопільський національний технічний університет імені Івана Пулюя

ПСИХОЛОГІЧНІ МЕХАНІЗМИ ПОПУЛЯРНОСТІ СЕЛФІ

Науковий керівник: к.і.н., доцент Щигельська Г. О.

Martuniak O.

Ternopil Ivan Puluj National Technical University

PSYCHOLOGICAL MECHANISMS OF SELFIE POPULARITY

Supervisor: Ph. D, Associate Professor Shchylhelska H. O.

Ключові слова: селфі, залежність.

Keywords: selfie, addiction.

На даний час у світі все більшої популярності набуває селфі. Це автопортрет людини, який вона робить за допомогою камери певного гаджета. Найчастіше селфі роблять для того, щоб пізніше викласти в соціальні мережі. Таким способом людина старається самовиразитись, підвищити свою самооцінку.

Перше використання слова селфі було відзначено у 2002 р. в Австралії на інтернет-форумі ABC Online. З розвитком техніки, а зокрема з появою кращої версії мобільних телефонів, які вже мали не лише основну камеру, а вже й фронтальну, та появи такої мережі, як Instagram, призвела до швидкого відродження селфі на початку 2010 р. У 2012 році, у відомому журналі «Тайм» була опублікована стаття, у якій зазначалося, що слово селфі входить в «топ-10 модних слів». Відтоді цей термін – хіт нового покоління. В соціальній мережі Instagram, кількість фото, на яких є хештег #selfie перевищує 70 мільйонів.

Такий вид фотографування безперечно можна назвати найбільшою залежністю ХХІ століття. У сучасних людей бажання частіше робити фотографії самому собі невпинно зростає. Вивченням розвитку цієї залежності зайнялись психологи та психіатри. Ретельно дослідивши всі ознаки «селфізму», вони підтвердили що висновки невтішні. З точки зору медицини, у людей, які активно фотографують себе та виставляють фотографії в соціальні мережі, присутній невроз нав'язливих станів (обсесивно-компульсивний розлад). Такий стан має велику схожість з маніакальним розладом. Тобто в людини, яка робить такі фото є одна мета: отримати похвалу у вигляді коментарів чи «лайків», для того щоб підтвердити свою значимість.

Зазначається, що селфізм викликаний дисморфічним розладом, симптомом якого є нав'язливе бажання перевірити як ти виглядаєш. Цей розлад має три рівні: перший – епізодичний, коли людина фотографує себе не менше трьох разів на день, але не викладає фотографії в соціальні мережі. Другий – гострий, відрізняється від першого тим, що людина вже розміщує фотографії у соціальні мережі. А третій – хронічний, характеризується тим, що кількість фотографій за день перевищує число 6, тобто людина робить їх при найменшій можливості. Знімки обов'язково розміщуються в мережі Інтернет [1, с. 172]. Прикладом сильної залежності від селфі став студент Британії, якому на той час виповнилось 19 років, Денні. Хлопець за один день міг зробити понад 200 фото [2].

Визначаючи психологічні механізми популярності селфі, дослідники висувають такі теорії: *Теорія 1. Нескінченна еволюція нарциса* трактує селфі як новий рівень

розвитку людського нарцисизму. *Теорія 2. Людина як медіа* стверджує, що людина зі смартфоном стала одним з елементів світового інформаційного ринку, тобто збереження пам'яті змінилося виробництвом новин про себе. *Теорія 3. Прагнення до саморедагування* розглядає селфі як засіб внутрішнього дослідження, яке можна вважати завершеним тільки після того, як воно опубліковане: селфі допомагає нам «фальсифікувати себе», редагувати власний образ так, щоб відповідати власному сприйняттю. *Теорія 4. Як «продати» себе суспільству* розглядає селфі як віртуальний аналог матеріальних тотемів (наприклад, сувенірів із поїздок, постерів, улюблених іграшок, листівок й ін.), мета яких – з'єднати наш внутрішній світ із зовнішнім. Це одна з форм особистого, заява про самоідентичність, можливість «упакувати» себе і власний світ у правильну обгортку, навіть якщо в реальності вона зовсім інша. *Теорія 5. Гуманізація технологій* пояснює феномен селфі прагненням гуманізувати онлайн-світ. Різноманітні технології стали невід'ємною частиною людського життя, смартфони і гаджети є штучним продовженням людського тіла. *Теорія 6. Візуальні комунікації* тлумачить селфі як повідомлення, залучення до діалогу, до схвалення або обговорення власних дій [1, с. 170-172].

На сьогоднішній час за допомогою селфі, люди хочуть самоідентифікуватись. Отримати відповіді на запитання: «Який я насправді?» та «Який я в очах інших?». Завдяки цьому людина може порівнювати плюси та мінуси, корегувати Я-образ. Це позитивна сторона селфі-фото.

У наукових дослідженнях основними причинами селфізму є бажання підтримувати тренди, слідувати моді й іншим мейнстрімним рухам. Основними перевагами селфі є можливість вияву власних емоцій та отримання нових, передання суспільству власних субособистостей, образів або альтер-его, свого внутрішнього світу творчого потенціалу. Через лайки та коментарі особистість може підвищувати самооцінку, поглиблювати власне самопізнання, розвивати та коригувати власний образ чи обговорювати образи іншого, комунікувати, знаходити нові знайомства. Однак селфі може стати причиною невпевненості, можливістю бути відкинутим і неприйнятним, що може призвести до певної травматизації «Я» [1, с. 175-176].

Селфіманія може становити загрозу не тільки для психічного, а й для фізичного здоров'я. Для того, щоб показати світові своє ідеальне-Я, люди стараються, щоб їхнє нове фото було найефектнішим. Заради таких фото багато хто ризикує власним життям. Найчастіше це фото з висотки, мосту, з даху потягу, залізничної колії чи навіть лінії електропередач. Загалом, лише за останні два роки селфі забрало життя у 127 людей.

Таким чином, «селфі» має дві сторони як позитивну так і негативну. Позитивна характеризується тим, що завдяки селфі ми можемо не лише зберегти частинку найкращих моментів нашого життя, але й продемонструвати власний образ, знайти прихильників та формувати нові комунікації. Однак, коли наше захоплення переростає в залежність, то проявляється негативна сторона, в результаті якої через необдумані вчинки людина може, навіть, піти з життя.

Список використаної літератури:

1. Калька Н. М., Цибрівський Я. І. Проблема формування селфізму в сучасному світі: теорії, причини і фактори впливу // Збірник наукових праць Львівського державного університету внутрішніх справ. – Серія психологічна. – 2017. – Вип. 1. – С.169-177. – Режим доступу: http://www2.lvduvs.edu.ua/documents_pdf/visnyky/nvsp/01_2017/21.pdf.
2. Селфі — маніакальна залежність. [Електронний ресурс]. Режим доступу: <https://www.epochtimes.com.ua/zdorovy-i-sposib-zhyttya/selfi-maniakalna-zalezhnist-121220>.