

Социальная и виртуальная идентичность «цифровых кочевников»: ценностно-смысловая регуляция и адаптация в условиях мобильности

А.С. Спиридонова, Е.Д. Короткина, Е.С. Ребрилова

ФГБОУ ВО «Тверской государственный университет», г. Тверь

В статье представлены результаты теоретико-эмпирического исследования социальной идентичности, ценностно-смысловой сферы и социально-психологической адаптации цифровых кочевников – новой социальной группы, чей образ жизни интегрирует удаленную занятость и перманентную географическую мобильность. Теоретическая часть работы базируется на концепциях «текучей современности» З. Баумана, теории социальной идентичности Г. Тэджфела и Дж. Тернера, а также на структурно-динамическом подходе к ценностно-смысловой регуляции личности. Эмпирическая дифференциация 136 респондентов посредством кластерного анализа (метод k-средних) позволила выделить три группы цифровых кочевников «Ситуативно-адаптивные номады», «Благополучные интеграторы» и «Деадаптированные номады», различающиеся по уровню социально-психологической адаптации, осмысленности жизни, субъективному благополучию, выраженности социальной идентичности и виртуальной идентичности. В статье обсуждаются противоречия между декларируемой свободой и экзистенциальной уязвимостью, а также роль виртуальной идентичности как компенсаторного или дефицитарного механизма.

***Ключевые слова:** цифровые кочевники, номадизм, социальная идентичность, виртуальная идентичность, ценностно-смысловая сфера, текучая современность.*

Исследователи современности чаще обращаются к феномену цифрового кочевничества, рассматривая его как одну из наиболее показательных моделей поведения, отражающих антропологические трансформации в условиях «текучей современности» по З. Бауману. Субъекты, которые добровольно выбрали стратегию существования, предполагающую удалённую трудовую деятельность и систематическое перемещение между странами и городами, оказываются перед лицом принципиально новых вызовов мира. Отсутствие жёсткой привязки к территории или конкретной организации затрудняет формирование стабильного самоощущения, заставляя человека искать внутренние ценностно-смысловые опоры для регуляции собственного поведения. Кроме того, постоянное пребывание в изменяющейся культурной и коммуникативной среде порождает высокий уровень неопределённости,

требующий особых адаптационных механизмов. Это определяет научную и прикладную ценность рассматриваемой социокультурной проблематики и определяет цель исследования – выявление и содержательное описание типов цифровых кочевников в зависимости от особенностей их социальной и виртуальной идентичности, социально-психологической адаптации, смысложизненных ориентаций и субъективного благополучия.

В классических теориях идентичность определяется как внутренняя непрерывность и тождественность личности (Э. Эриксон) [14], Дж. Мид подчеркивал социальную природу самости, формирующейся через интернализацию «обобщенного другого» [12]. Согласно теории социальной идентичности Г. Тэджфела и Дж. Тернера, социальная идентичность определяется как те аспекты «образа Я» человека, которые возникают из социальных категорий, к которым он ощущает свою принадлежность, вместе с ценностными и эмоциональными проявлениями этой принадлежности [3]. Ключевыми процессами здесь выступают социальная категоризация, социальное сравнение и ингрупповой фаворитизм, а самовосприятие человека может изменяться вдоль континуума «личностная – социальная идентичность» [7]. Эти подходы исходили из представления о стабильности, континуальности и интеграции «Я» во времени и пространстве.

Однако в условиях «текущей современности» по З. Бауману, классические формы идентичности претерпевают радикальную трансформацию. Как отмечает З. Бауман, главная проблема человека сегодня – не «как обрести избранную идентичность», а «какую идентичность выбрать и как суметь вовремя сделать другой выбор» [2, С. 185]. Социальные связи и обязательства отступают перед конструированием социально значимого образа, а идентичность индивида тесно связывается с потребляемыми товарами и услугами [2].

В русле этих идей Э. Гидденс описывает «Я» индивида как рефлексивно организованный проект: «в посттрадиционном порядке индивиды вынуждены постоянно делать выбор из множества вариантов, и нет иного выбора, кроме как выбирать» [15, с. 82]. Это порождает состояние нарциссической озабоченности собой и фрагментацию самоидентичности.

Важно также обратиться к понятию виртуальной идентичности, которая рассматривается как особый вид социальной идентичности, формирующийся в цифровой среде. Виртуальная идентичность характеризуется альтернативностью, множественностью, проективностью, тесной связью с реальной идентичностью и опосредованностью технологическими платформами [5]. Пользователи социальных сетей нередко конструируют более одной сетевой идентичности, которые могут в разной степени соответствовать реальной идентичности [5]. При этом исследователи выделяют две основные

группы причин создания виртуальных идентичностей: компенсаторные (удовлетворение нереализованных желаний) и поисковые (стремление испытать новый опыт). А.Е. Войскунский с соавторами показали, что пользователи социальных сетей нередко конструируют альтернативные идентичности, причины чего могут быть как компенсаторными, так и поисковыми [5]. Е.П. Белинская и Т.Д. Марцинковская подчеркивают, что влияние виртуальной среды на идентичность опосредовано стилем идентичности: информационный стиль способствует интеграции онлайн- и оффлайн-опыта, тогда как нормативный и диффузный – усиливают дезадаптацию [3].

Анализ идентичности цифровых кочевников позволяет заглянуть в суть антропологических сдвигов, характерных для эпохи «текущей современности» [2]. Исследователи сходятся во мнении, что идентичность цифрового кочевника принципиально отличается от классических моделей, утрачивая черты устойчивости, целостности и континуальности, приобретая взамен характеристики подвижности, множественности, ситуативности и контекстуальности [6].

Однако идентичность цифрового кочевника формируется в поле напряжения между несколькими фундаментальными противоречиями, которые становятся источником, как новых возможностей, так и глубоких личностных кризисов [8]. Одним из ключевых противоречий для цифровых номадов является рассогласование между провозглашаемой независимостью и реальной уязвимостью. Свобода от офисных рамок и фиксированного расписания в реальности часто оборачивается неустойчивостью занятости, отсутствием социальных гарантий и необходимостью полностью полагаться на свои ресурсы [6]. Следующее противоречие заключается в конфликте между высокой мобильностью и потребностью в психологической укоренённости. Оно проявляется в том, что частая смена местожительства и ситуативные, неглубокие контакты препятствуют созданию устойчивых доверительных отношений. Это, в свою очередь, порождает чувство одиночества и социальную оторванность [8]. Третье противоречие касается совмещения режима работы и отдыха: декларируемое стремление к их сбалансированности в реальности часто приводит к противоположному эффекту – полному смешению этих сфер, что стимулирует самоэксплуатацию и ведёт к эмоциональному истощению [6].

Отдельное место в жизни кочевника занимает виртуальное пространство. В современной реальности виртуальная среда (социальные сети, блоги, мессенджеры) перестала быть лишь вспомогательным инструментом, превратившись в полноценное пространство жизни, где разворачиваются процессы самопознания, самовыражения и личностного самоопределения [11]. Характерной чертой интернет-пространства является его ризоматическая организация, не

предполагающая единого центра, иерархии или жёстких границ [8]. Это создает предпосылки для экспериментирования с идентичностью, ее множественного конструирования и деконструкции [5].

Психологическая типология М.Р. Арпентьевой различает несколько типов социальной идентичности цифровых кочевников: интегрированный тип («человек вселенной» с целостной идентичностью), амбивалентный тип (маргинальная идентичность, бегство от обязательств) и «лоскутный» тип (фрагментарная негативная идентичность, «человек без корней») [1]. Для цифровых кочевников виртуальная идентичность приобретает особое значение, поскольку именно в цифровом пространстве разворачивается значительная часть их жизни. Они работают на множестве цифровых платформ и не идентифицируют себя с конкретными организациями, находя общие профессиональные темы для обсуждения [6].

Для понимания внутренней регуляции личности в условиях мобильности необходимо рассмотреть ценностно-смысловую сферу. Согласно А.Н. Леонтьеву, личностный смысл порождается отношением мотива деятельности к цели действия [9]. Б.С. Братусь выделяет уровни смысловой сферы – от эгоцентрического до просоциального (нравственного), где другой человек выступает как самооценность [4]. Д.А. Леонтьев предлагает трехуровневую модель смысловых структур (непосредственно включенные в деятельность, смыслообразующие и высшие – личностные ценности) [10].

В условиях неопределенности и высокой мобильности ценностно-смысловая сфера становится «внутренним якорем». Как отмечает Д.А. Леонтьев, смысл всегда трансцендентен и укоренен в более широком контексте, что позволяет человеку сохранять целостность даже при разрушении привычных связей [10]. Ценностно-смысловая сфера личности выступает как высший уровень регуляции жизнедеятельности, определяя направленность, интенсивность и избирательность всего поведения человека. Согласно деятельностному подходу, личностный смысл есть «значение для меня», порождаемое связью объективных значений с реальными мотивами деятельности. Личностные ценности представляют собой «осознанные и принятые человеком общие смыслы его жизни», являющиеся результатом рефлексии и определяющие главные и относительно постоянные отношения человека к миру, другим людям и самому себе [13].

В условиях нарастающей неопределенности и социальной транзитивности именно ценностно-смысловая сфера выступает тем внутренним стержнем, который позволяет человеку сохранять устойчивость, целостность и направленность развития, несмотря на внешнюю турбулентность [13]. Она выполняет три критически важные функции. Во-первых, служит внутренней опорой, позволяющей сохранять идентичность и целостность «Я» в быстро меняющемся мире

[10]. Во-вторых, выступает главным инструментом совладания с кризисными ситуациями, запуская механизмы смыслостроительства и посттравматического роста [13]. В-третьих, опосредует взаимодействие личности с новой цифровой реальностью, определяя характер виртуальной активности и способствуя формированию новых, адекватных эпохе смыслов и ценностей [11].

Способом компенсации дефицита устойчивых смысловых ориентиров выступает формирование «стабильной нестабильности» как внутренней зоны комфорта – способности сохранять устойчивость за счет развитых психологических качеств: гибкости, адаптивности, самодисциплины, открытости новому и способности к самоорганизации [8].

Ценностно-смысловая сфера цифровых кочевников выполняет ключевую регуляторную функцию, позволяя личности либо успешно интегрировать разнородный опыт в целостную картину мира и обрести «внутренний дом», либо утратить смысловые ориентиры, погрузившись в симуляцию полноценной жизни через мифодизайн в социальных сетях [11]. Именно ценностно-смысловая сфера становится тем внутренним планом, который позволяет личности сохранять устойчивость и целостность в изменяющемся мире, выходить за пределы ситуативной необходимости и совершать поступки на основе высших ценностных ориентиров [13].

Таким образом, анализ научной литературы позволяет выдвинуть следующую *гипотезу* для эмпирической проверки: *цифровые кочевники имеют неоднородную структуру сообщества, связанную с различным уровнем социальной идентичности и адаптации, а также смысложизненными ориентациями личности.*

В исследовании приняли участие 136 респондентов, идентифицирующих себя как цифровые кочевники (19 мужчин, 117 женщин; возраст от 20 до 59 лет). Критерии включения респондентов в выборку: удаленная работа, смена места жительства и путешествия (трижды в год), использование цифровых технологий как основного средства профессиональной коммуникации.

Диагностический инструментарий

1. «Методика исследования социальной идентичности (МИСИ)» Л.Б. Шнейдер, 2007 – позволяет исследовать интегральный показатель социальной идентичности.

2. Тест «Виртуальная идентичность пользователей социальных сетей» (ВИПСС) Д.Н. Погорелов, 2022 – результаты теста показывают, какие компоненты виртуальной идентичности наиболее выражены у человека.

3. Тест смысложизненных ориентаций (СЖО) Д.А. Леонтьева, 2006 – позволяет исследовать общий уровень осмысленности жизни и его

конкретные составляющие общую осмысленность жизни и субшкалы (цели, процесс, результат, локус контроля).

4. Опросник социально-психологической адаптации (СПА) К. Роджерса, Р. Даймонд (адаптация А.К. Осницкого), 1996 – направленный на выявление адаптированности/дезаптированности личности в различных сферах.

5. Методика диагностики субъективного благополучия личности (СБ) Р.М. Шамионов, Т.В. Бескова, 2018 – исследует эмоциональный комфорт, удовлетворенность жизнью.

Статистическая обработка включала корреляционный анализ (коэффициент Спирмена), кластерный анализ (метод k-средних) и непараметрический критерий Краскела–Уоллиса.

Результаты исследования

1. Посредством корреляционного анализа установлено более 130 взаимосвязей между показателями социальной, виртуальной идентичности, смысложизненных ориентаций, социально-психологической адаптации и субъективного благополучия личности (39 переменных). С повышением социальной и снижением виртуальной идентичности у респондентов повышается осмысленность жизни. Это проявляется через ощущение наполненности, наличие долгосрочных и краткосрочных целей и возможность их реализации, понимание своего предназначения, восприятие жизни как интересной, эмоционально насыщенной и продуктивной. Присутствие у респондентов убежденности, что человек сам управляет своей жизнью, включен в многообразие социальных связей, что способствует повышению субъективного благополучия личности.

2. Кластерный анализ (метод k-средних), проведенный на переменных «социально-психологическая адаптация», «осмысленность жизни», «субъективное благополучие, «социальность» – выраженность социальной идентичности (по МИСИ), «виртуальная идентичность», позволил выделить три кластера по 37 (27,2% от выборки), 69 (50,8 % от выборки) и 30(22 % от выборки) респондентов.

3. Сравнительный анализ по критерию Краскела–Уоллиса установил достоверные различия по всем использованным в кластеризации переменным ($p < 0,01$) у респондентов, попавших в разные кластеры, что позволяет содержательно описать каждый. Обобщенные результаты представлены в табл. 1.

Таблица 1

Интегральные показатели кластеров группы «цифровые кочевники»

Методики	Кластер		
	1 (27,2%)	2 (50,8%)	3 (22%)
Опросник социально-психологической адаптации*	Средние	Высокие	Низкие
Тест смысложизненных ориентаций**	Средние	Высокие	Низкие

Методика диагностики субъективного благополучия**	Средние	Высокие	Низкие
Методика исследования социальной идентичности**	Средние	Высокие	Низкие
Виртуальная идентичность пользователей социальных сетей***	Высокие	Низкие	Средние

* были использованы 13 шкал из 16; ** были использованы все шкалы опросника;

*** были использованы 3 шкалы из 4.

Кластер 1 («Ситуативно-адаптивные номады») – составили 37 человек (27,2%). При средних показателях адаптации, осмысленности и субъективного благополучия у них резко повышена виртуальная идентичность. Это может означать, что данная группа использует цифровую среду для достраивания, экспериментирования или компенсации дефицита признания, возникающего из-за постоянной смены физических сообществ. Высокие показатели методики «Виртуальная идентичность пользователей социальных сетей» демонстрируют, что виртуальная идентичность выступает как адаптивный механизм: создание множественных образов «Я» в соцсетях и профессиональных сообществах позволяет поддерживать чувство принадлежности и контроля [5]. Вероятно, в данной ситуации именно виртуальная идентичность и проявления личности в сети будут играть большую роль, чем внутренние смысловые механизмы регуляции. Люди данного типа сделали упор на формирование виртуальной идентичности, которая для них стала более значима. Следовательно, общение онлайн становится базовой опорой для формирования представлений о себе.

Кластер 2 («Благополучные интеграторы») – наиболее адаптивный тип. Этот кластер составили 69 человек (50,8%), это самый многочисленный кластер. Высокие показатели по всем шкалам, кроме виртуальной идентичности (низкие). Это цифровые кочевники, которые, по-видимому, успешно интегрировали мобильный образ жизни с устойчивой социальной идентичностью, высокой осмысленностью и субъективным благополучием. Низкие значения по методике «Виртуальная идентичность пользователей социальных сетей» свидетельствуют о том, что они не нуждаются в компенсаторном конструировании альтернативных «Я» в сети; их виртуальная идентичность конгруэнтна реальной. Данный тип соответствует «интегрированному» типу по М.Р. Арпентьевой [1] и, вероятно, опирается на развитую ценностно-смысловую регуляцию, как внутреннюю точку опоры [10].

Кластер 3 («Дезадаптированные номады») – наименьшая по представленности группа. Она составляет 30 человек (22%). Низкие показатели по адаптации, осмысленности, субъективному благополучию и социальной идентичности сочетаются со средними (не максимальными) значениями виртуальной идентичности. Это, вероятно,

те цифровые кочевники, у которых номадический образ жизни стал формой бегства от решения проблем, что привело к фрагментации идентичности, экзистенциальному вакууму и социальной изоляции. По типологии М.Р. Арпентьевой, они близки к «амбивалентному» или «лоскутному» типу [1]. Средние показатели по методике «Виртуальная идентичность пользователей социальных сетей» могут отражать неспособность даже в сети выстроить устойчивый альтернативный образ – «потерянность» и в реальности, и в виртуальности.

Таким образом, можно констатировать факт того, что проверяемая гипотеза подтвердилась. Выделенные три кластера показывают, что успешность адаптации в условиях высокой мобильности определяется не столько самим фактом кочевания, сколько способностью личности интегрировать множественный опыт в целостную идентичность и использовать виртуальную реальность как инструмент (а не как замену) реальных социальных связей. «Благополучные интеграторы» демонстрируют, что низкая виртуальная идентичность и высокая социальная идентичность являются ресурсом; «ситуативно-адаптивные» – что высокая виртуальная идентичность может быть временным компенсатором; «дезадаптированные» – что кризис идентичности и дефицит смыслов указывают, что кочевничество выступает как предиктор усиления деструктивных тенденций в социальной идентичности.

Заключение

1. Социальная идентичность цифровых кочевников формируется в поле напряжения между глобальной мобильностью и потребностью в укорененности, что согласуется с концепцией «текущей современности» З. Баумана. Успешная адаптация связана с переходом от внешней (поведенческой) свободы к внутренней автономии, подкрепленной ценностно-смысловой регуляцией.

2. Виртуальная идентичность может выступать ресурсом (экспериментирование, поддержание связей) и компенсаторным механизмом, для поддержания социальной идентичности.

3. Эмпирически выделены три типа цифровых кочевников, различающихся по социальной адаптации, психологическому благополучию, смысло-жизненным ориентациям. Наиболее адаптивный тип характеризуется низкой виртуальной идентичностью, высокой социальной идентичностью и осмысленностью жизни.

Практические рекомендации для психологического сопровождения цифровых кочевников должны включать развитие навыков рефлексии и смысло-строительства, формирование «стабильной нестабильности» как внутренней зоны комфорта, а также обучение осознанному использованию цифровых платформ без замещения реальной коммуникации.

Список литературы

1. Арпентьева М.Р. Проблема и типология цифрового кочевничества: Теоретический анализ // Симбирский научный вестник. 2017. № 4(30). С. 14–19.
2. Бауман З. Текущая современность/ пер. с англ. С. А. Комарова под ред. Ю. В. Асочакова. Санкт-Петербург [и др.]: Питер, 2008. 238 с.
3. Белинская Е.П., Марцинковская Т.Д. Идентичность в транзитивном обществе: виртуальность и реальность // Цифровое общество как культурно-исторический контекст развития человека: сборник научных статей и материалов международной конференции, Коломна, 14–17 февраля 2018 года / под общей редакцией Р.В. Ершовой. Коломна: Государственное образовательное учреждение высшего образования Московской области «Государственный социально-гуманитарный университет», 2018. С. 43–48. EDN XWNAWL.
4. Братусь Б.С. Аномалии личности. Психологический подход. М.: Никея, 2019. 907 с.
5. Войскунский А.Е., Евдокименко А.С., Федунина Н.Ю. Альтернативная идентичность в социальных сетях // Вестник Московского университета. Серия 14. Психология. 2013. № 1. С. 66–83.
6. Добринская Д.Е. О феномене цифрового кочевничества // ЭКО. 2020. № 2. С. 37–59. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/o-fenomene-tsifrovogo-kochevnichestva> (дата обращения: 20.02.2026).
7. Иванова Н.Л. Проблема психологического анализа социальной идентичности // Психология. Журнал Высшей школы экономики. 2006. Т. 3, № 4. С. 14–38.
8. Кужелева-Саган И.П. Сучкова Н.А. Онтология сетевого общества и культура цифровых кочевников: методологические подходы // Вестник Томского государственного университета. 2019. № 440. С. 58–63. DOI 10.17223/15617793/440/8
9. Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность. 2-е издание, стереотипное. М.: Смысл: Академия, 2005. 352 с.
10. Леонтьев, Д.А. Психология смысла: природа, строение и динамика смысловой реальности. М.: Смысл, 2019. 584 с.
11. Марцинковская Т.Д. Цифровая повседневность в хрупком и изменчивом мире. // Новые психологические исследования. 2023. Т. 3, № 4. С. 10–28. DOI 10.51217/npsyresearch_2023_03_04_01 URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=58728569> (дата обращения: 20.02.2026).
12. Микляева А.В., Румянцева П.В. Социальная идентичность личности: содержание, структура, механизмы формирования. СПб.: Изд-во РГПУ им. А.И. Герцена, 2008. 118 с.
13. Салихова Н.Р. Ценностно-смысловая регуляция жизнедеятельности субъекта: специальность 19.00.01 Общая психология, психология личности, история психологии: дис. ... доктора психол. Наук. Казань, 2011. 441 с.
14. Эриксон Э. Идентичность и цикл жизни. СПб: Питер, 2023. 207 с.
15. Giddens, A. Modernity and Self-Identity: Self and Society in the Late Modern Age. Cambridge: Polity Press, 1991. 256 p.

Об авторах:

СПИРИДОНОВА Александра Сергеевна – аспирант, ФГБОУ ВО «Тверской государственной университет» (170100, г. Тверь, ул. Желябова, 33), e-mail: asia.alexandrova@yandex.ru

КОРОТКИНА Елена Дмитриевна – кандидат психологических наук, доцент, заведующий кафедрой «Психология» ФГБОУ ВО «Тверской государственной университет» (170100, г. Тверь, ул. Желябова, 33), e-mail: Korotkina.ED@tversu.ru

РЕБРИЛОВА Елена Сергеевна – кандидат психологических наук, доцент, доцент кафедры «Психология» ФГБОУ ВО «Тверской государственной университет» (170100, г. Тверь, ул. Желябова, 33), e-mail: Rebrilova.ES@tversu.ru

Social and virtual identity of «digital nomads»: value-meaning regulation and adaptation in conditions of mobility

A.S. Spiridonova, E.D. Korotkina, E.S. Rebrilova

Tver State University, Tver

The article presents the results of a theoretical and empirical study of social identity, the value-meaning sphere, and socio-psychological adaptation of «digital nomads» – people whose lifestyle integrates remote employment and permanent geographical mobility. The theoretical part of the work is based on the concepts of «liquid modernity» by Z. Bauman, the theory of social identity by H. Tajfel and J. Turner, as well as on the structural-dynamic approach to the value-meaning regulation of personality. Empirically, using cluster analysis on a sample of 136 respondents, three profiles of digital nomads were identified, differing in the level of socio-psychological adaptation, meaningfulness of life, subjective well-being, expression of social identity and virtual identity. Substantive names for the clusters are proposed: «Situationally adaptive nomads», «Well-being integrators» and «Maladaptive nomads». The contradictions between declared freedom and existential vulnerability, as well as the role of virtual identity as a compensatory or deficit mechanism, are discussed.

Keywords: *digital nomads, nomadism, social identity, virtual identity, value-meaning sphere, liquid modernity.*

Принято в редакцию: 09.01.2026 г.

Подписано в печать: 23.04.2026 г.