

Психическое здоровье в блогосфере

Научный руководитель – Лядова Анна Васильевна

Заплетнюк Мария Алексеевна

Студент (магистр)

Московский государственный университет имени М.В.Ломоносова, Социологический факультет, Кафедра современной социологии, Москва, Россия

E-mail: maria_az756@mail.ru

В настоящее время молодежь чаще использует Интернет для поиска информации о своем здоровье, чем обсуждение этого со своими сверстниками, взрослыми или компетентными специалистами (в том числе, психологами). Причем найти информацию молодой человек может как в сети, так и блогах экспертов, псевдо-экспертов и обывателей, различение которых для простого пользователя бывает достаточно проблематично. Добавим, что именно блогосфера выступает в качестве наиболее популярной платформы для взаимодействия индивидов и поиска ими новых знаний.

С 2017 года в мире насчитывалось более 1,5 миллиардов зарегистрированных блогов (из них 6,7 персональных) по всему миру и сейчас их число увеличилось экспоненциально. Читают блоги более 77% пользователей Интернет. Блогеры в свободном доступе размещают в сети свое творчество, делятся своими идеями, рассказывают о личном опыте (раскрывая свою конфиденциальную информацию), могут выступать даже в качестве лидеров мнений и зачинателей дискуссий. Форматы позволяют создавать все это благодаря разнообразию форматов: текст, изображение, видео, музыка или подкаст (звуковая дорожка). Однако, интересным кажется влияние активности человека в блогосфере, как уникальном пространстве для коммуникации молодежи, на его психическое здоровье. Важно, что это касается как самого блогера, так и его аудитории.

В предложенном исследовании был проведен теоретический и сравнительный анализ российских молодежных блогов (18-35 лет), в том числе блогов матерей, авторами которых являются лица с диагностированными психическими расстройствами. Так как выбранные контентмейкеры не являются прямыми участниками исследования, это позволит наиболее полно раскрыть их образ жизни с тем или иным заболеванием.

В результате тщательного подбора отобранные блоги имели следующие характеристики: блогерами/контентмейкерами являются индивиды от 18 до 35 лет; блоги активны, регулярно выпускают контент и обновляют канал, среди создателей 7 юношей, 4 мамы с детьми (юношами) и 39 девушки с определенными диагнозами психических расстройств и выпускающих контент на русском языке.

В проведенном исследовании с помощью качественных методов анализа видео и текстов онлайн-блогов молодежи, была предпринята попытка узнать о репрезентации и обсуждении проблематики психического здоровья в блогосфере.

Молодые парни и девушки охарактеризовали как серьезные страдания, так и активные шаги на пути к принятию себя. Их личный жизненный опыт был сведен нами к двум основным категориям:

(1) «Мне тяжело и страшно, блог мой способ принятия болезни» (2) «Я принял(а) свою болезнь и хочу помочь другим принять ее, хочу бороться со стигматизацией».

Несмотря на различие в формулировках, способах съемки и взглядах на свою жизнь, для обеих категорий ведение блога приносило терапевтический эффект. Он помогал им выражать свои скрытые эмоции, отслеживать течение своей болезни и иногда даже контролировать ее. Кроме того, блог становился одним из центральных каналов коммуникации и интеграции в сообщество, вместе с присутствующими первое время чувствами

страха и тревоги от неприятия другими и их завышенных ожиданий. И, наконец, блог помогал своему автору в самореализации, частичном принятии себя и своей болезни.

Таким образом, настоящее исследование подтверждает ценность изучения блогосферы как уникального пространства взаимоотношения индивидов, в частности молодежи, имеющей психические заболевания и нуждающейся в создании безопасной и доверительной среды информирования, обучения и взаимной поддержки.

Исследование выполнено за счет гранта Российского научного фонда № 23-28-01081. <http://rscf.ru/project/23-28-01081/>

Источники и литература

- 1) Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. 2021. Т. 27, № 2. С. 47–56.
- 2) The Benefits of Blogging: 20+ Stats Business Owners Need to Know [Электронный ресурс.] Режим доступа (URL): <https://www.socialmediatoday.com/news/the-benefits-of-blogging-20-stats-business-owners-need-to-know-infograph/511816/> (Дата обращения: 14.01.2024)
- 3) Wuyts P, Broome M, McGuire P. Assessing the mental state through a blog: psychiatry in the 21st century? *The Psychiatrist*. 2011;35(10):361-363.