

УДК 159.922.6:316.472.4

Яцюк Марія Валеріївна

кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри психології
КЗВО «Вінницька академія безперервної освіти», Україна

Mariia Yatsiuk

Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor,
Associate Professor of the Department of Psychology,
Public higher educational establishment «Vinnytsia Academy of Continuing
Education», Ukraine

ORCID: 0000-0002-2393-9964

[https://doi.org/10.60022/4\(1\)-3-GF](https://doi.org/10.60022/4(1)-3-GF)

КОНЦЕПЦІЯ ДЗЕРКАЛА ЖАКА ЛАКАНА В ОСМИСЛЕННІ ЦИФРОВОГО ІМІДЖУ ПІДЛІТКІВ ПОКОЛІННЯ Z

THE APPLICATION OF LACAN'S MIRROR STAGE TO THE DIGITAL SELF-IMAGE OF GENERATION Z ADOLESCENTS

Анотація. У статті здійснено теоретичний аналіз цифрового іміджу як чинника становлення ідентичності підлітків в умовах глобальної цифровізації. Віртуальний простір виступає домінантним середовищем комунікації, що актуалізує переосмислення класичних моделей ідентичності: центральним елементом самовизначення стає сконструйований цифровий імідж, який репрезентує не актуальне «Я», а



© Автор(и). Ця стаття знаходиться у відкритому доступі та розповсюджується відповідно до умов ліцензії Creative Commons Attribution 4.0 (<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>)

бажаний образ-для-Іншого. Мета роботи – інтерпретація цього феномену в концептуальних межах психоаналітичної теорії Ж. Лакана.

Інтеграція концепції «цифрового дзеркала» з лаканівською моделлю суб'єкта дає змогу переосмислити онтологічний статус підліткової ідентичності. Класична стадія дзеркала набуває нових форм: фізичне дзеркало заміщується екраном, статичний образ – динамічним профілем. Підліток опиняється в ситуації перманентної стадії дзеркала під тиском зворотного зв'язку від віртуалізованого Іншого, що загострює напругу між фрагментованим тілесним досвідом та ідеальною цілісністю образу.

Вирішальну роль відіграє трансформація лаканівського «погляду Іншого» в алгоритмічні структури цифрових платформ. Самооцінка підлітка опиняється в залежності від реакцій безособового Великого Іншого, який розподіляє соціальну цінність через лайки. Це призводить до інтерналізації зовнішнього погляду та самооб'єктивзації, де соціальне порівняння стає онтологічною умовою існування. Феномен «репост-ідентичності» поглиблює ризик втрати унікальності, створюючи екзистенційну незахищеність, де коливання зворотного зв'язку загрожує стабільності «Я».

Основними напрямками психологічної підтримки визначено: формування критичної цифрової грамотності, розвиток емоційної резилієнтності та створення просторів автентичності. Процес конструювання цифрового іміджу є суперечливим: він відкриває можливості для творчості, але несе ризики залежності та втрати автентичності.

Ключові слова: *цифровий імідж, ідентичність підлітка, концепція Жака Лакана, стадія дзеркала, погляд Іншого, віртуальна ідентичність.*

Abstract. *The article provides a theoretical analysis of the digital image's role in shaping adolescent identity amid large-scale digitalization. The virtual space has become a dominant environment for communication and self-expression, fundamentally altering the conditions for psychological development. Identity formation now centers on a constructed digital image, which answers not «Who am I?» but «Who do I want to appear to be?». The aim is to substantiate this shift using Jacques Lacan's psychoanalytic framework.*

*Integrating the «digital mirror» concept with Lacan's theory allows for a reinterpretation of adolescent identity. The classical mirror stage – where the infant recognizes itself in a holistic image – takes on new forms in the digital age. The physical mirror is replaced by the screen, and the static image by an editable profile. The adolescent experiences a permanent mirror stage, where image construction is continuous under feedback from the virtualized Other. This intensifies the tension between fragmented bodily experience (*corps morcelé*) and the ideal wholeness of the image. Multiple accounts create a dispersed subject, with the digital image functioning as a prosthetic identity.*

*A crucial role is played by the transformation of Lacan's «gaze of the Other» (*le regard de l'Autre*) into the algorithmic structures of digital platforms. Self-esteem becomes dependent on reactions from this impersonal Big Other, which distributes visibility and social value through likes and recommendations. This leads to internalization of the external gaze and self-objectification, where social comparison becomes an ontological condition. The phenomenon of «repost identity» and influencer culture deepen the risk of losing uniqueness, shaping identity from ready-made templates. This creates existential insecurity, where fluctuations in feedback threaten the stability of the «I», generating internal conflicts and dependence on external evaluation.*

Awareness of this dynamic has direct implications for psychological support. The task is not to demonize the digital environment but to develop the

capacity to symbolize experience. Key support strategies include: 1) fostering critical digital literacy as a reflexive attitude towards the desire for recognition; 2) developing emotional resilience independent of virtual evaluations; 3) creating spaces for authenticity with real Others; 4) guiding parents toward dialogue and understanding the digital image's role in self-determination.

The conclusions emphasize the contradictory nature of digital image construction: it enables creativity but creates risks of addiction and loss of authenticity. Further research should empirically study the relationship between digital image types and adolescent development using Lacanian discourse analysis, as well as develop validated programs for fostering healthy digital identity.

Keywords: *digital image, adolescent identity, Jacques Lacan's concept, mirror stage, gaze of the Other, virtual identity.*

Постановка проблеми. Сучасні підлітки – покоління Z (зумери), народжені приблизно між 1997 та 2010 роками (за В. Страусом та Н. Гоуву [1]) – є першою генерацією, чия соціалізація від самого початку розгортається в просторі масштабної цифровізації. Вони виростають у світі, де смартфони, соціальні платформи та безперервний потік зображень становлять не стільки додаток до реальності, скільки саму її тканину – домінуючий простір комунікації, самовираження та соціального визнання. Як слушно зауважує Л.Л. Моска, тлом для процесу індивідуалізації сьогодні є не стільки конкретне соціальне середовище, скільки «нематеріальне, невідчутне середовище», де тілесна присутність виявляється радикально редукованою, що породжує принципово нові умови розвитку психіки [2].

У цьому контексті класичне розуміння ідентичності, розроблене Е. Еріксоном та його послідовниками, потребує суттєвого переосмислення. Центральним елементом, що опосередковує процес самовизначення, стає

цифровий імідж – сконструйований образ, який підліток презентує в онлайн-середовищі. Якщо ідентичність відповідає на питання «Хто я є насправді?», то імідж у соціальних мережах є відповіддю на питання «Ким я хочу здаватися?» або, що ще глибше, «Яким мене хочуть бачити?». Соціальні мережі перетворюються на гігантську лабораторію конструювання та випробування іміджів, де експерименти з власним «Я» відбуваються публічно, фіксуються назавжди і, що найважливіше, відбуваються під невсипущим поглядом Іншого.

Аналіз останніх досліджень та публікацій. Теоретичним підґрунтям дослідження слугують роботи з цифрової соціалізації та віртуальної ідентичності, які дедалі частіше звертаються до концепту «цифрового дзеркала» (digital mirror). У дослідженнях впливу візуальних медіа на самосприйняття молоді онлайн-платформи постають як простір, де формується уявлення про власне «Я» на основі зворотного зв'язку від аудиторії [3]. Ідентичність при цьому розуміється як складне поєднання психологічних, культурних та емоційних характеристик із самообразом, який конструюється в соціальному контексті.

У сучасному цифровому просторі дедалі більшої ваги набуває феномен ідентичності, що формується шляхом запозичення готових смислів і образів, запропонованих віртуальним середовищем. Такий спосіб самовизначення створює ризики нівелювання індивідуальності та послаблення здатності до творчого осмислення дійсності, адже особистість щоразу звертається до чужих наративів. Як зауважує Ч. Лі, сучасні соціальні медіа функціонують за логікою «пан-опт-ікон» – своєрідного симбіозу соціального контролю та візуальних образів, що не лише структурує увагу користувачів, а й пропонує їм готові форми для самопрезентації [4]. Водночас емпіричні дослідження Н. Бабу та Н. Гафар свідчать про складніші стратегії автентифікації: такі фактори, як образ тіла та

самосприйняття, мають значущий позитивний вплив на розвиток ідентичності, тоді як соціальне порівняння не завжди відіграє визначальну роль, що відкриває простір для глибшого теоретичного осмислення [5].

Саме тут психоаналітична теорія Жака Лакана пропонує концептуальний апарат, здатний проникнути крізь поверхню соціально-психологічних механізмів до структур, що конституують саме буття суб'єкта в полі зору Іншого.

Мета статті – здійснити теоретичне обґрунтування ролі цифрового іміджу як фактора становлення ідентичності підлітків покоління Z, застосовуючи концептуальний апарат психоаналітичної теорії Жака Лакана для виявлення глибинних механізмів цього процесу та окреслення на цій основі сучасних підходів до психологічної підтримки.

Виклад основного матеріалу. Інтеграція концепції «цифрового дзеркала» з психоаналітичною теорією Жака Лакана відкриває можливість переосмислити онтологічний статус ідентичності підлітка в сучасну епоху. Лаканівська стадія дзеркала, на якій немовля віком від шести до вісімнадцяти місяців уперше впізнає себе в цілісному відображенні та через це впізнання зазнає фундаментального відчуження, закладає парадигму суб'єкта, чиє «Я» завжди локалізоване поза ним самим – в образі, що одночасно є і не є ним. Цей образ, цілісний та ідеальний, назавжди залишається для суб'єкта місцем, де він може уявити себе завершеним, подолавши болісний досвід «розчленованого тіла» (*corps morcelé*) – тіла, що переживається як фрагментоване, некоординоване, позбавлене єдності [[6].

У цифровому контексті це фундаментальне відчуження набуває радикально нових форм. Фізичне дзеркало замінюється екраном, а статичний образ – динамічним, редагованим і, що найважливіше, множинним профілем. Підліток опиняється в ситуації перманентної стадії дзеркала, де конструювання іміджу відбувається не одноразово, як у

класичній лаканівській схемі, а безперервно, під тиском постійного зворотного зв'язку від віртуалізованого Іншого. Якщо для немовляти досвід дзеркала був моментом кристалізації ідентичності, то для сучасного підлітка він стає процесом без завершення: кожен новий пост, кожна нова фотографія, кожен відредагований профіль є актом повторного впізнання себе в образі, який уже ніколи не може бути остаточним.

Цей процес загострює лаканівську напругу між фрагментованим тілесним досвідом та ідеальною цілісністю образу. Якщо для немовляти «розчленоване тіло» було досимволічною даністю, яка долалася через впізнання себе в дзеркалі, то для сучасного підлітка фрагментація стає структурною характеристикою самого існування. Множинні акаунти – публічний профіль, відполірований до блиску, і приватний профіль у соцмережі, що претендує на автентичність – різні платформи, суперечливі рольові моделі створюють ефект розпорошеного суб'єкта, чия цілісність є не досяжною, а лише фантазматичною метою. Цифровий імідж, таким чином, функціонує не як просте відображення, а як протез ідентичності, що дозволяє тимчасово подолати відчуття внутрішньої розірваності, але ціною ще глибшого вкорінення в логіку зовнішнього визнання.

Дослідження стратегій самопрезентації покоління Z демонструють, що акаунти стають інструментальними платформами для більш автентичної самопрезентації. Учасники використовують ці простори для вираження маргіналізованих думок, емоцій та аспектів способу життя, які зазвичай придушуються в основних соціальних мережах. Однак ця стратегія управління враженнями не скасовує лаканівської логіки, а радше ускладнює її, створюючи ієрархію дзеркал: публічний профіль функціонує як «ідеальне Я» в лаканівському сенсі, тоді як приватний претендує на те, щоб наблизитися до «реального Я», хоча й залишається не менш сконструйованим та залежним від визнання з боку обраної спільноти.

Вирішальну роль у цій динаміці відіграє трансформація лаканівського «погляду Іншого» (le regard de l'Autre) в алгоритмічні структури цифрових платформ [7]. Якщо в класичній теорії суб'єкт конституювався через символічне визнання з боку конкретного Іншого – матері, батька, значущих постатей, то в сучасному медіапросторі цю функцію перебирають на себе безособові системи, що розподіляють видимість, релевантність і соціальну цінність через механізми лайків, рекомендацій та алгоритмічного ранжування. Підліток опиняється в ситуації, де його самооцінка та відчуття власної реальності залежать від реакції цього віртуального Великого Іншого, чії критерії залишаються непрозорими, а влада – абсолютною.

Ця фундаментальна залежність матеріалізується в конкретних механізмах конструювання цифрового іміджу, серед яких особливе місце посідають соціальне порівняння та феномен «цифрового дзеркала» як технології самооб'єктивації. Постійне споживання ідеалізованих зображень, відредагованих відповідно до нереалістичних стандартів, створює ефект дзеркальної зали, де підліток бачить не стільки себе, скільки безкінечні варіації того, ким він мав би бути, аби отримати визнання. Цей процес інтерналізації зовнішнього погляду поглиблює лаканівське відчуження: образ тіла та самосприйняття формуються вже не через безпосередній досвід, а через опосередковану платформами оптику, яка повертає суб'єкту його власне зображення як товар на ринку уваги. Соціальне порівняння, таким чином, постає не просто як психологічний механізм, а як онтологічна умова існування в просторі, де буття суб'єкта тотожне його видимості для Іншого.

Алгоритми соціальних платформ додатково формують цифровий імідж підлітків, контролюючи потік візуального контенту: дописи, які є високополірованими, трендовими або такими, що привертають увагу, частіше просуваються, задаючи тон тому, що вважається бажаним.

Інфлюенсери та творці контенту стають потужними рольовими моделями, і молодь несвідомо підлаштовує свою самопрезентацію під ці тренди. Це створює ризик формування ідентичності, що складається з готових, формальних змістів, повністю позбавлених унікальності. Така ситуація створює специфічну форму екзистенційної незахищеності, за якої будь-яке коливання зворотного зв'язку загрожує стабільності ідентичності.

Особливого значення в цьому контексті набуває феномен двоїстості цифрових іміджів, де основні акаунти як «основна сцена» (front stage) для демонстрації ідеалізованої, соціально схвальної версії себе, тоді як додаткові акаунти стають простором «за лаштунками» (backstage) – для більш автентичного, спонтанного та емоційного самовираження, прихованого від широкої аудиторії [8].

Розрив між реальним та віртуальним «Я» стає потужним джерелом внутрішнього конфлікту, що може призводити до відчуття неавтентичності, фрустрації та навіть деперсоналізації, коли підліток перестає розуміти, хто він «насправді». Залежність від зовнішньої оцінки прив'язує самооцінку до кількості лайків, переглядів та підписників, роблячи її вкрай нестабільною та вразливою. Художній проєкт Дж. Тан художньої фотографії, створеної за допомоги символічних елементів, показує, що молодь, постійно порівнюючи себе з ідеалізованими, відредагованими образами в соціальних мережах, поступово втрачає зв'язок зі своїм справжнім «Я» [9]. Таким чином, інтерналізація нереалістичних стандартів зовнішності та успіху негативно впливає на образ тіла та самосприйняття, створюючи ризик формування спотвореного уявлення про себе та світ.

Усвідомлення цієї лаканівської динаміки має безпосереднє значення для розробки стратегій психологічної підтримки підлітків. Завдання полягає не в демонізації цифрового середовища чи закликах до відмови від нього – така позиція була б не лише наївною, але й контрпродуктивною, оскільки

ігнорує онтологічну вкоріненість сучасного суб'єкта в цифровому просторі. Йдеться радше про розвиток здатності до символізації цього досвіду – тобто про допомогу підлітку означити ту фундаментальну порожнечу, яку його цифрові іміджі намагаються заповнити.

Критична цифрова грамотність у цьому контексті постає не просто як набір технічних навичок розпізнавання маніпуляцій чи розуміння природи «фільтрів», а як практика рефлексивного ставлення до власного бажання бути визнаним. Рефлексивні практики, що допомагають усвідомити мотиви конструювання іміджу – «Чому я викладаю саме це фото? Що я хочу показати? А що я приховую?» – сприяють формуванню «цифрової самосвідомості», яка дозволяє підлітку зайняти критичну дистанцію щодо власних образів.

Формування емоційної резиліентності має бути спрямоване на зміцнення «внутрішньої опори», яка не залежить від зовнішніх оцінок у мережі. Це робота з прийняттям власної недосконалості, розвиток навичок саморегуляції та стресостійкості, що дозволяють підлітку усвідомити: його цінність не визначається кількістю лайків. Йдеться про повернення до тілесного Реального, до досвіду автентичної присутності, який не може бути повністю колонізований образами.

Створення просторів автентичності – як офлайн, так і онлайн – стає відповіддю на тотальну об'єктивацію публічних платформ. Закриті спільноти за інтересами, психологічні групи, творчі студії, де цінується унікальність, а не відповідність шаблону, дозволяють підліткам відновити символічний обмін із реальними Іншими поза алгоритмічною логікою платформ. Важливо підтримувати практику використання додаткових акаунтів як легітимного простору для автентичного самовираження, водночас допомагаючи усвідомити, що й цей простір не є вільним від логіки визнання.

Нарешті, супровід батьків та педагогів передбачає зміну настанов дорослих: від контролю та заборон до діалогу та інтересу до онлайн-життя дитини. Важливо допомогти дорослим зрозуміти, що цифровий імідж – це не «пустощі», а важлива частина самовизначення їхньої дитини, яка потребує делікатного ставлення та підтримки в пошуку балансу між віртуальним та реальним «Я». Лише через таку роботу суб'єкт може сподіватися віднайти ту внутрішню опору, яка дозволить йому використовувати цифровий імідж як інструмент, а не бути використаним ним як об'єкт.

Висновки та перспективи подальших досліджень. Цифровий імідж виступає ключовим фактором становлення ідентичності підлітків покоління Z, виконуючи функції інструмента самопізнання, механізму соціальної адаптації та простору для експериментів із власним «Я». Крізь призму лаканівської теорії цей процес постає як радикалізація фундаментального відчуження, властивого самій структурі суб'єкта: цифрове дзеркало не просто відображає, а конститує «Я» в полі зору алгоритмічного Іншого, чия влада полягає в розподілі видимості та визнання. Множинні акаунти стають сучасною формою «розчленованого тіла», а «вдавана ідентичність цифрового іміджу» – свідченням втрати сингулярності під тиском трендів та алгоритмічних рекомендацій.

Процес конструювання цифрового іміджу є глибоко суперечливим: з одного боку, він відкриває можливості для творчості, самовираження та пошуку спільнот, з іншого – створює ризики залежності від зовнішньої оцінки, втрати автентичності та формування спотвореного самосприйняття. Розуміння цієї лаканівської динаміки дозволяє розробляти стратегії психологічної підтримки, спрямовані не на відмову від цифрового простору, а на розвиток здатності до символізації досвіду та відновлення зв'язку з тілесним Реальним.

Перспективи подальших досліджень вбачаємо в емпіричному вивченні зв'язку між різними типами цифрового іміджу та особливостями особистісного розвитку підлітків із застосуванням методології лаканівського дискурс-аналізу, що дозволить простежити, як у мовленні підлітків проявляються структури несвідомого та як вони позиціонують себе стосовно «Великого Іншого» соціальних платформ. Важливим напрямом є також розробка та валідація програм психолого-педагогічної підтримки, спрямованих на формування здорової цифрової ідентичності в умовах перманентної стадії дзеркала.

Список використаних джерел

1. Strauss W., Howe N. Generations: The history of America's future, 1584 to 2069. New York : Morrow, 1991. 538 p.
2. Mosca L. L. Between pixels and skin: The construction of adolescent identity at the intertwining of the real and digital worlds. *Phenomena Journal – International Journal of Psychopathology, Neuroscience and Psychotherapy*. 2025. Vol. 7, No. 3. P. 131–132. DOI: <https://doi.org/10.32069/PJ.2021.2.266>
3. Gupta G. S., Sahu A., Kumar D., Pathak M. Digital mirrors and cultural identity: Understanding India's youth engagement with Google Gemini. *ET Edge Insights*. 2025.
4. Lee C. Pan-Opt-Icon: The gaze and the icon in social media. *International Journal of Zizek Studies*. 2016. Vol. 10, No. 3. P. 1–15.
5. Babu N. N., Abdul Ghafar N. N. Exploring identity development through social media: The impact on self-perception, body image and social comparison in Generation Z. *International Journal of Education, Psychology and Counselling*. 2025. Vol. 10, No. 58. P. 401–415. DOI: <https://doi.org/10.35631/IJEPC.1058028>

6. Lacan J. *Écrits: The First Complete Edition in English*. New York : W. W. Norton & Company, 2006. 878 p.
7. Lacan J. *The Seminar. Book X: Anxiety*. Cambridge: Polity Press, 2015. 368 p.
8. Akhmad M. A., At M. R., Muhammad S. Reconstructing Generation Z's digital identity: Self-presentation and impression management strategies in second account Instagram. *Thammasat Review*. 2024. Vol. 27, No. 2. P. 335–350.
9. Tan J. *Faceless in the midst of the feed : art project*. Edmonton : University of Alberta, 2025.

References

- [1]. Strauss, W., & Howe, N. (1991). *Generations: The history of America's future, 1584 to 2069*. Morrow.
- [2]. Mosca, L. L. (2025). Between pixels and skin: The construction of adolescent identity at the intertwining of the real and digital worlds. *Phenomena Journal – International Journal of Psychopathology, Neuroscience and Psychotherapy*, 7(3), 131–132.
- [3]. Gupta, G. S., Sahu, A., Kumar, D., & Pathak, M. (2025). Digital mirrors and cultural identity: Understanding India's youth engagement with Google Gemini. *ET Edge Insights*.
- [4]. Lee, C. (2016). Pan-Opt-Icon: The gaze and the icon in social media. *International Journal of Zizek Studies*, 10(3), 1–15.
- [5]. Babu, N. N., & Abdul Ghafar, N. N. (2025). Exploring identity development through social media: The impact on self-perception, body image and social comparison in Generation Z. *International Journal of Education, Psychology and Counselling*, 10(58), 401–415. <https://doi.org/10.35631/IJEPC.1058028>
- [6]. Lacan, J. (2006). *Écrits: The First Complete Edition in English*. W. W. Norton & Company.
- [7]. Lacan, J. (2015). *The Seminar. Book X: Anxiety*. Polity Press.

[8]. Akhmad, M. A., At, M. R., & Muhammad, S. (2024). Reconstructing Generation Z's digital identity: Self-presentation and impression management strategies in second account Instagram. *Thammasat Review*, 27(2), 335–350.

[9]. Tan, J. (2025). *Faceless in the midst of the feed* [Project description]. University of Alberta. <https://www.ualberta.ca/arts/projects/tan>

Отримано: 17.03.2026

Прийнято до публікації: 20.05.2026

Опубліковано: 24.05.2026