

УДК 159

DOI: 10.34670/AR.2026.34.46.007

Социальное сравнение в цифровой среде как фактор переживания кризиса смысла: экзистенциально-психологический анализ

Косенко Виктория Владимировна

Независимый исследователь,
119019, Российская Федерация, Москва, ул. Воздвиженка, 3/5;
e-mail: kosenkoviktoria17@gmail.com

Аннотация

В статье рассматривается проблема социального сравнения в цифровой среде как потенциального фактора переживания кризиса смысла личности. Актуальность исследования обусловлена расширением цифрового пространства социального взаимодействия и высокой интенсивностью сопоставления человеком собственной жизни с социально привлекательными образцами, представленными в социальных сетях. Цель исследования заключается в теоретическом анализе психологических механизмов взаимосвязи цифрового социального сравнения и кризиса смысла в экзистенциально-психологической перспективе. Методологическую основу составили теоретический анализ и синтез научной литературы, сравнительный анализ концептуальных подходов, систематизация и обобщение научных представлений по проблеме. Научная новизна заключается в интеграции проблематики цифрового социального сравнения и психологии смысла и разработке концептуальной модели их взаимосвязи. Обоснована последовательность «цифровая экспозиция — социальное сравнение — переживание несоответствия — смысловая переоценка — кризис смысловой определенности». Показано, что цифровое социальное сравнение может актуализировать кризис смысла опосредованно, через изменение отношения личности к собственной жизненной перспективе и значимым ценностям.

Для цитирования в научных исследованиях

Косенко В.В. Социальное сравнение в цифровой среде как фактор переживания кризиса смысла: экзистенциально-психологический анализ // Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования. 2026. Т. 15. № 5А. С. 46-56. DOI: 10.34670/AR.2026.34.46.007

Ключевые слова

Социальное сравнение; цифровая среда; социальные сети; кризис смысла; смысловая сфера личности; экзистенциальная психология; переживание несоответствия.

Введение

Цифровая среда становится одним из значимых пространств, в которых современный человек воспринимает себя, других и собственную жизнь. Социальные сети и цифровые платформы не только расширяют возможности коммуникации, но и создают условия для постоянного сопоставления себя с другими людьми. Пользователь сталкивается с большим количеством образов чужой жизни, включающих профессиональные достижения, материальное благополучие, внешнюю привлекательность, отношения и различные формы самореализации. При этом цифровая самопрезентация, как правило, отражает лишь отдельные, преимущественно позитивно воспринимаемые стороны жизни человека, что создает особый контекст для социального сравнения [Солдатова, 2018].

Социальное сравнение является фундаментальным механизмом самооценки и самопознания личности. В теоретическом ракурсе, в соответствии с концептуальной формулировкой Л. Фестингера, осуществляется процесс сравнительной оценки собственной личности при наличии дефицита объективных критериев оценки [Festinger, 1954]. Эмпирические исследования фиксируют детерминацию последствий социального сравнения направленностью сравнения, содержательной составляющей сопоставления, эмоциональным отношением и индивидуально-психологическими особенностями, при этом в цифровой среде наблюдается интенсификация указанного процесса, обусловленная доступностью множественности образцов и возможностью сопоставления собственной жизненной практики с идеализированными образами [Meier, Johnson, 2022; Verduyn et al., 2020].

В контексте субъективного благополучия значимость рассматриваемой проблематики возрастает и представляет собой требование учета влияния социального сравнения на структуру субъективного благосостояния, при этом социальное сравнение рассматривается как механизм, выполняющий адаптивную функцию посредством определения ориентиров и предоставления возможностей оценки, и одновременно фиксируется его способность выступать источником переживаний ощущаемой недостаточности и субъективной неудовлетворенности [Солдатова, Рассказова, Нестик, 2017; Терещенко, Москаленко, Игнатова, Новицкий, 2026], при сохранении исходной логики особая проблематичность придается восходящему сравнению, понимаемому как сопоставление с более успешными.

Актуальность рассмотрения влияния цифрового социального сравнения обусловлена необходимостью обращения внимания не только на его эффекты в регуляции самооценки, но и на последствия для смысловой сферы личности, поскольку в отечественной психологической традиции смысл представляется важнейшим регулятором жизнедеятельности и интегративным элементом, связывающим цели, ценности и обстоятельства в целостную систему [Леонтьев, 2007], а нарушение смысловых связей интерпретируется как фактор, способный породить состояние неопределенности и инициировать процесс переосмысления жизненного пути [Василюк, 1984; Гришина, 2001].

Основное содержание

Кризис смысла представляет собой состояние, при котором прежние основания осмысления жизни утрачивают способность обеспечения ощущения целостности и значимости, что в наиболее общем виде интерпретируется как дефицит когерентности жизненной перспективы, при этом цифровая среда рассматривается как значимый контекст, поскольку в ее рамках

осуществляется регулярное сопоставление индивидуального жизненного опыта с доминирующими эталонами успешности и осуществляется соотнесение собственной биографии с указанными ориентирами, и возникающее в результате расхождение между желаемым образом жизни и эмпирической реальностью фиксируется как фактор усиления переживания несоответствия, затрагивающий ценностную структуру и направленность жизнедеятельности.

Несмотря на наличие многочисленных исследований, посвященных феноменам социального сравнения, цифровой среды и субъективного благополучия, проблематика взаимосвязи указанных явлений с кризисом смысла остается недостаточно проработанной в актуальном научном дискурсе, причем в существующих работах социальное сравнение преимущественно рассматривается в контексте самооценки и эмоционального состояния [Тишуков, 2026], тогда как смысловая проблематика трактуется в рамках личностного развития и кризисов [Чудновский, 1995], что фиксирует необходимость интеграции данных направлений в едином теоретическом анализе с целью обеспечения концептуальной целостности исследования.

Экзистенциально-психологическая перспектива дает возможность рассмотреть цифровое социальное сравнение как потенциальный фактор актуализации вопросов о ценности, направлении и подлинности собственной жизни. В таком подходе кризис смысла понимается не только как состояние психологического неблагополучия, но и как нарушение привычной системы смыслов, побуждающее человека к переосмыслению собственного существования [Леонтьев, 2011]. Социальное сравнение в цифровой среде при этом может выступать одним из механизмов, посредством которых переживание несоответствия между собственной жизнью и социально значимыми образцами приобретает экзистенциальное содержание.

Цель исследования — осуществить теоретический анализ социального сравнения в цифровой среде как потенциального фактора переживания кризиса смысла с позиций экзистенциальной психологии.

Для достижения поставленной цели определены следующие задачи исследования:

- проанализировать основные теоретические подходы к изучению социального сравнения и особенности его проявления в цифровой среде;
- рассмотреть содержание понятий «смысл жизни», «смысловая сфера личности» и «кризис смысла» в отечественной психологической традиции;
- выявить возможные психологические механизмы взаимосвязи цифрового социального сравнения и переживания кризиса смысла;
- обосновать экзистенциально-психологическую модель потенциальной связи социального сравнения в цифровой среде с кризисом смысла.

Выполнение исследования представлено в формате теоретического анализа, лишенного эмпирической компоненты, при этом методологическая основа определяется междисциплинарной парадигмой, объединяющей психологию социального сравнения и экзистенциальную психологию, что обеспечивает возможность трактовки социального сравнения в цифровой среде как компонента сложного процесса формирования отношения личности к жизни.

В работе осуществлено применение методов теоретического анализа и синтеза научной литературы, сравнительного анализа подходов, систематизации и обобщения представлений, при этом аналитический охват включал изучение социального сравнения и его психологических функций, исследование особенностей социального сравнения в цифровой среде, анализ

смысловой сферы личности и кризиса смысла, а также рассмотрение экзистенциально-психологических механизмов переживания кризисных состояний.

Аналитическая процедура представлена переходом от анализа отдельных психологических феноменов к выявлению системных взаимосвязей, при этом на первом этапе осуществлялось исследование теоретических представлений о социальном сравнении и его трансформации в цифровой среде, на втором этапе проводилось рассмотрение подходов к пониманию смысла жизни и кризисных состояний личности, а на третьем этапе осуществлялась интеграция теоретических положений с последующим определением психологических механизмов, связывающих цифровое социальное сравнение с переживанием кризиса.

В результате применения указанных методических приемов было осуществлено формирование концептуальной модели, представляющей собой теоретически обоснованную конструкцию категориального описания переходных процессов, детерминирующих трансформацию цифрового социального сравнения в категорию переживания несоответствия между актуальным и желаемым образом жизни, что получает выражение в феноменах смысловой неудовлетворенности и кризисного состояния, при этом модель носит теоретический характер и рассматривается как базис для последующего эмпирического исследования.

В теоретическом анализе социальное сравнение в цифровой среде предстает как многоуровневая система психологических процессов, оказывающая воздействие на показатели самооценки, параметры субъективного благополучия и структуру смысловой сферы личности. Опосредование связи между цифровым социальным сравнением и кризисом смысла осуществляется через совокупность взаимосвязанных механизмов, включающую оценку позиционирования субъекта, фиксацию переживания несоответствия, процедуру переоценки жизненных целей и, при наличии определенных условий, процесс утраты осмысленности жизни.

В качестве исходного положения исследования принимается концептуализация социального сравнения как механизма ориентации в социальной реальности. В соответствии с теоретическими положениями Л. Фестингера прибегание к акту сравнения детерминируется отсутствием объективных критериев для оценки собственных способностей и мнений [Festinger, 1954]. Функционирование социального сравнения рассматривается как средство определения позиции личности относительно окружающих и как источник ориентиров для оценки индивидуальных возможностей.

Последствия осуществления социального сравнения детерминируются направленностью сравнения, содержательной характеристикой оцениваемого объекта, субъективной значимостью объекта и процедурой интерпретации полученных результатов. Российские эмпирические исследования фиксируют двуполюсность функциональных исходов социального сравнения, при которой в одной плоскости осуществляется содействие процессам самооценки и формированию ориентиров развития, а в иной плоскости наблюдается генерация эмоционального напряжения и снижение показателей субъективного благополучия [Самойленко, 2010]. Восходящее сравнение, при котором сопоставление осуществляется с более успешными субъектами, характеризуется особой значимостью, при этом при восприятии выявляемого разрыва как преодолимого реализуется мотивационный эффект, тогда как при фиксации непреодолимости несоответствия наблюдается усиление переживания недостаточности [Савченко, Самойленко, 2022].

Трансформация условий социального сравнения в цифровой среде представляется как

результат реорганизации доступности объектов сравнения и способов наблюдения за социальной действительностью, при которой социальные сети обеспечивают постоянный доступ к множеству объектов сравнения и предоставляют возможность наблюдения за жизнедеятельностью индивидов при отсутствии непосредственного контакта [Артемцева, [www...](#)]. Селективная презентация фрагментов чужой жизни в цифровой форме, соотнесенная с восприятием собственной жизни в ее полноте и сложности, характеризуется как информационная асимметрия, обуславливающая формирование впечатления о большей успешности и благополучии окружающих [Солдатова, 2018].

Цифровое социальное сравнение фиксируется как регулярно воспроизводимый феномен, поскольку постоянное взаимодействие с привлекательными образцами социального поведения и образами жизни рассматривается как фактор, обеспечивающий устойчивость данного способа оценки собственной жизненной ситуации [Терещенко, Москаленко, Игнатова, Новицкий, 2026; Verduyn et al., 2020]. Вместе с тем интерпретация влияния цифровой среды на психологическое благополучие не носит однозначного характера, поскольку возникающие последствия детерминируются индивидуально-психологическими особенностями субъектов, направленностью и значимостью конкретной смысловой сферы для личности [Meier, Johnson, 2022].

В рамках теоретического анализа переживание несоответствия выделяется как структурное звено, выступающее посредником между практикой цифрового социального сравнения и феноменом кризиса смысла, при котором субъективное соотнесение собственного положения с социальным эталоном, в условиях существенного расхождения между состоянием «как есть» и нормативной предписанностью «как должно быть», интерпретируется как формирование переживания несоответствия.

Усиление данного переживания в цифровой среде обусловлено постоянной доступностью образцов желаемой жизни, при этом в наиболее общем виде существенным представляется не объективное наличие различий, а характер субъективной интерпретации этих различий, причем один и тот же образ успеха в аналитическом осмыслении интерпретируется и фиксируется либо в качестве мотивационного фактора, либо в качестве фактора, обеспечивающего подтверждение ощущаемой личностной несостоятельности.

Переход от оценки отдельных характеристик к оценке жизни в целом представляет собой особого рода трансформацию оценочных процедур, которая в указанном аспекте посредством обобщения сравнительной практики приобретает системный характер, и в случаях, когда сопоставление затрагивает профессиональную реализацию, межличностные отношения или материальное благополучие, переживание несоответствия выходит за пределы локальной дефицитарной оценки и охватывает перспективу жизни в целом, при этом формируется и фиксируется постановка вопроса не только о наличии нехватки, но и о соответствии собственной жизни нормативным представлениям о значимом существовании.

Концепция смысловой сферы личности рассматривается в качестве ключевого аналитического компонента для интерпретации указанного перехода, и в психологической науке смысл интерпретируется как первостепенный регулятор жизнедеятельности, функция которого заключается в интеграции целей, ценностей и обстоятельств в единую целостную систему [Леонтьев, 2007], вследствие чего указанная интегративная функция обеспечивает возможность восприятия событий как элементов жизненной перспективы и способствует сохранению ощущения направленности даже в условиях затруднений.

Устойчивое переживание расхождения между желаемым и действительным подлежит

интерпретации как детерминанта, обуславливающая процесс переоценки жизненных целей и ценностных ориентиров, при этом осуществление коррекции ценностных установок производится в условиях продолжительной перцептивно-оценочной напряженности, цифровое социальное сравнение при этом выступает как механизм интенсификации указанного процесса посредством предоставления репрезентативных образцов успешности для сопоставительной оценки собственной биографии, вследствие чего критериальность оценочной рефлексии трансформируется от вопроса «что имеет смысл для меня?» к нормативно-корреляционному запросу «насколько моя жизнь соответствует другим?».

Процесс указанной трансформации подлежит осмыслению как фактор актуализации феномена, обозначаемого термином «кризис смысла», при этом кризис смысла рассматривается как состояние, при котором прежние основания смыслообразования утрачивают способность обеспечивать ощущение целостности и значимости, что получает выражение в сомнениях относительно жизненных целей и в утрате ясно артикулируемого представления о будущем [Абульханова, 2001].

С позиции экзистенциально-психологического подхода кризисность понимается не только как состояние субъективного неблагополучия, но и как нарушение привычной системы смысловых связей, которое выступает как побудительный фактор к переосмыслению существования [Василюк, 1984], при этом цифровое социальное сравнение подлежит рассмотрению как контекст актуализации предварительно существующей смысловой неопределенности, значение которого возрастает в условиях несоответствия между фундаментальными ценностными основаниями и ожидаемыми жизненными перспективами.

В результате обобщающего теоретического анализа выработана модель взаимосвязи процесса социального сравнения в цифровой среде и феномена кризиса смысловой определенности, опора которой представлена последовательностью фаз, детерминирующих трансформацию субъективного смысла.

Представленная последовательность этапов включает цифровую экспозицию, социальное сравнение, переживание несоответствия, смысловую переоценку и кризис смысловой определенности.

На первоначальном этапе фиксируется контакт с социально значимыми образцами, представленными в цифровой среде, на последующем этапе осуществляется сопоставление собственного положения с указанными образцами, в результате чего фиксируется переживание несоответствия между актуализированным и желаемым образом жизнедеятельности, которое при затрагивании ключевых ценностных ориентиров детерминирует процесс смысловой переоценки, в ходе которого оценки отдельных характеристик замещаются оценкой жизненного курса и его направленности, и при неблагоприятном развитии указанного процесса наблюдается возможность перехода к кризису смысловой определенности, получающему выражение в сомнениях относительно ценности жизни.

Отсутствие в модели предпосылок о жесткой причинно-следственной связи выступает в качестве исходной позиции, при которой характер и интенсивность исследуемого процесса детерминируются совокупностью личностных и когнитивно-эмоциональных факторов, включающей ориентацию личности на социальное сравнение, эмоциональное отношение к рассматриваемой сфере, субъективную значимость данной сферы, способность к критическому восприятию цифровой самопрезентации, уровень автономии и степень сформированности системы ценностных установок [Белинская, [www...;](#) Братусь, 1988].

Кризис смысловой структуры способен усиливать потребность в внешних ориентирах и

активировать обращение к цифровой среде, что приводит к формированию циклической последовательности, представленной как кризис смысла → поиск ориентиров → усиление социального сравнения → переживание несоответствия → углубление смысловой неопределенности.

По результатам исследования фиксируется, что актуализация кризиса смысла осуществляется посредством процессов социального сравнения в цифровой среде, обеспечивающих воздействие на личность через переживание несоответствия между фактической жизнью и значимыми образцами, при этом цифровое сравнение не рассматривается как непосредственная причина кризиса, а его влияние детерминируется взаимодействием характеристик среды с индивидуальными особенностями субъекта и состоянием смысловой сферы, и в целом предлагаемый подход интерпретирует цифровое пространство как социально-психологический контекст, в котором находят отражение экзистенциальные противоречия.

Результаты исследования позволяют рассматривать социальное сравнение в цифровой среде как феномен, выходящий за пределы традиционной проблематики самооценки и субъективного благополучия, поскольку в эмпирически установленных проявлениях фиксируется расширение функциональной значимости процессов сопоставления собственного положения с положением иных, что находится в согласовании с отечественными исследованиями, фиксирующими неоднозначность последствий данного явления, при которых социальное сравнение может выступать в роли социальной ориентации и основания для самооценочной регуляции, а в определенных контекстах сопровождается снижением уровня благополучия и возникновением негативных эмоциональных реакций [Савченко, Самойленко, Корбут, 2019], и зарубежные исследования указывают, что платформа социальных сетей обеспечивает специфические условия для сопоставления с другими, проявляющиеся особенно при восприятии селективно представленных образов [Meier, Johnson, 2022; Verduyn et al., 2020].

Результаты теоретического анализа способствуют расширению понимания проблемного поля, поскольку доминирующая в большинстве исследований акцентуация на самооценке и субъективном благополучии [Терещенко, Москаленко, Игнатова, Новицкий, 2026] ограничивает возможность учета смысловой плоскости, тогда как в предлагаемой модели социальное сравнение рассматривается как значимый фактор, затрагивающий смысловую сферу личности, при этом ключевым аналитическим узлом выступает переживание несоответствия между фактической жизнью и желаемым образом существования, что детерминирует перераспределение смысловых конструкторов и корреляцию с психоэмоциональным состоянием.

Научный вклад исследования представляется в объединении проблематики социального сравнения и психологии смысла через экзистенциальную перспективу, при этом исходные представления о смысловой организации личности интерпретируются как система связей между жизненными обстоятельствами, целями и ценностями, формирующая целостную структурированную организацию смысла [Леонтьев, 2011], и в рамках данной системы оценка собственной жизни через социальные эталоны рассматривается как процесс, затрагивающий не только самооценочную компоненту, но и ощущение значимости, что получает выражение в смещении акцентов при анализе последствий социальных сравнительных практик.

Цифровое социальное сравнение не трактуется как первопричина кризиса смысла, а интерпретируется как фактор актуализации данного кризисного феномена, что, в наиболее общем виде, согласуется с экзистенциальной трактовкой кризисных состояний, при которой

подвергается сомнению основание отношения личности к жизни и возникает необходимость его переосмысления [Абульханова, 2001]. Цифровая среда рассматривается как контекст, в котором постоянство сопоставлений с социально значимыми образцами обеспечивает провокацию процессов переосмысления и тем самым выступает как среда, способствующая актуализации кризисных смысловых состояний.

Научная значимость предложенного подхода заключается в отказе от технологического детерминизма и в смещении аналитического фокуса на совокупность индивидуально-персональных детерминант, среди которых выделяются предрасположенность к социальному сравнению, значимость соответствующих жизненных сфер, интерпретация информационных посылов и степень сформированности ценностных установок, что фиксируется в рамках теоретико-эмпирического осмысления [Оганян, 2026]. В результате указанного смещения позиция о роли цифрового контента предстает как зависящая от индивидуально-ценностных модусов, вследствие чего один и тот же цифровой материал может получать выражение в мотивационной функции у одних субъектов и выступать как фактор переживаемого несоответствия у иных.

Результаты исследования позволяют рассматривать кризис смысла как итог сложного процессуального формирования, начало которому положено цифровым социальным сравнением, далее проходящему через переживание несоответствия и завершающемуся смысловой переоценкой, что обосновывает включение соответствующей модели в систему представлений о психологических последствиях цифрового сравнения. Теоретическая модель рассматривается как обеспечивающая методологическую основу для последующего эмпирического изучения взаимосвязи, при этом основное положение исследования формулируется как утверждение о том, что негативное воздействие цифрового социального сравнения определяется не фактом сравнения как таковым, а степенью затрагивания ценностного поля личности и трансформацией отношения к жизненной перспективе.

Заключение

В результате теоретического анализа фиксируется положение о том, что социальное сравнение в цифровой среде представляет собой фактор, способствующий усилению кризиса смысловой определенности, при этом характер детерминации данного влияния рассматривается как опосредованный и интерпретируется через призму переживания несоответствия между фактической практикой личной жизни и нормативно представленными образцами желаемого существования.

В модели цифрового социального сравнения прослеживается трансформация процесса от процедуры оценивания личностных характеристик к процедуре переосмысления жизненной ситуации, причем в пределах данной смысловой связи допускается квалификация о том, что фиксируемое несоответствие, при затрагивании ключевых ценностных ориентаций и представлений о будущем, получает выражение в способности инициировать экзистенциальный кризис.

Ключевой результат исследования представляет собой теоретическое обоснование последовательности «цифровая экспозиция – социальное сравнение – переживание несоответствия – смысловая переоценка – кризис смысловой определенности», данная последовательность рассматривается как модель причинно-следственной трансляции воздействий цифровой среды на смысловую структуру субъекта и как методологическая основа

для интерпретации возникающих феноменов, при этом кризис смысловой определенности подлежит осмыслению не как неизбежный итог использования цифровых технологий, а как возможный результат взаимодействия цифровой среды с индивидуальными характеристиками.

Представленная модель рассматривается как инструмент расширения понимания психологических последствий цифрового социального сравнения и интерпретируется в рамках экзистенциально-психологической перспективы, при этом проблематика цифрового сравнения подлежит осмыслению через призму онтологических и субъективных аспектов, что обеспечивает систематизацию соответствующего содержательного поля. Теоретическая природа проведенного исследования обуславливает необходимость дальнейшей эмпирической верификации выявленных взаимосвязей и прояснения детерминирующих механизмов, осуществление которой представляется как приоритетное направление для последующих исследований.

Библиография

1. Абульханова К. А. Время личности и время жизни. — СПб.: Алетейя, 2001. — 304 с.
2. Артемцева Н. Г. Субъектно-ориентированное сравнение у разных категорий пользователей социальных сетей // Психологический журнал. — URL: <https://journals.rcsi.science/0205-9592/article/view/256441> (дата обращения: 26.07.2026).
3. Белинская Е. П. Человек в цифровом мире: проблема социально-психологической адаптации // Социальная психология и общество. — [Электронный ресурс]. — URL: <https://psyjournals.ru/journals/sps> (дата обращения: 28.07.2026).
4. Братусь Б. С. Аномалии личности. — М.: Мысль, 1988. — 301 с.
5. Василюк Ф. Е. Психология переживания: анализ преодоления критических ситуаций. — М.: Издательство Московского университета, 1984. — 200 с.
6. Гришина Н. В. Психология жизненных кризисов. — СПб.: Питер, 2001. — 352 с.
7. Леонтьев Д. А. Личностный потенциал: структура и диагностика. — М.: Смысл, 2011. — 680 с.
8. Леонтьев Д. А. Психология смысла: природа, строение и динамика смысловой реальности. — 3-е изд., доп. — М.: Смысл, 2007. — 511 с.
9. Оганян А. А. Социальное сравнение в ряду фундаментальных понятий социальных наук: аналитический обзор исследовательского поля // Вестник Института социологии. — 2026. — Т. 17, № 1. — С. 232–255. — URL: <https://www.vestnik-isras.ru/article/1144> (дата обращения: 26.07.2026).
10. Савченко Т. Н., Самойленко Е. С. Социальное сравнение как фактор субъективного благополучия // Социологические исследования. — 2022. — № 11. — С. 74–85. — URL: <https://www.socis.isras.ru/article/9366> (дата обращения: 28.07.2026).
11. Савченко Т. Н., Самойленко Е. С., Корбут А. В. Сопоставление психометрических показателей инструментов измерения ориентированности на социальное сравнение // Экспериментальная психология. — 2019. — Т. 12, № 2. — С. 5–21. — URL: https://psyjournals.ru/journals/exppsy/archive/2019_n2/Savchenko_et_al (дата обращения: 28.07.2026).
12. Самойленко Е. С. Эмоциональное отношение к социальному сравнению // Экспериментальная психология. — 2010. — Т. 3, № 4. — С. 87–103. — URL: https://psyjournals.ru/journals/exppsy/archive/2010_n4/36240 (дата обращения: 28.07.2026).
13. Солдатова Г. У. Цифровая социализация в культурно-исторической парадигме: изменяющийся ребенок в изменяющемся мире // Социальная психология и общество. — 2018. — Т. 9, № 3. — С. 71–80. — URL: https://psyjournals.ru/journals/sps/archive/2018_n3/Soldatova (дата обращения: 28.07.2026).
14. Солдатова Г. У., Рассказова Е. И., Нестик Т. А. Цифровое поколение России: компетентность и безопасность. — М.: Смысл, 2017. — 375 с.
15. Терещенко С. Ю., Москаленко О. Л., Игнатова И. А., Новицкий И. А. Социальное сравнение и его роль в формировании проблемного использования интернета у подростков (обзор литературы) // Психологическая наука и образование. — 2026. — Т. 31, № 3. — С. 78–93. — URL: https://psyjournals.ru/journals/pse/archive/2026_n3/Tereshchenko_Moskalenko_et_al (дата обращения: 28.07.2026).
16. Тишуков М. Ю. Изучение негативного влияния использования социальных сетей на личную самооценку населения Российской Федерации // Международный научно-исследовательский журнал. — 2026. — № 2 (164). — URL: <https://research-journal.org/archive/2-164-2026-february/10.60797/IRJ.2026.164.14> (дата обращения: 28.07.2026).

17. Чудновский В. Э. Смысл жизни: проблема относительной автономности // Психологический журнал. — 1995. — Т. 16, № 2. — С. 94–101.
18. Festinger L. A Theory of Social Comparison Processes // Human Relations. — 1954. — Vol. 7, № 2. — P. 117–140. — URL: <https://doi.org/10.1177/001872675400700202> (дата обращения: 28.07.2026).
19. Meier A., Johnson B. K. Social comparison and envy on social media: A critical review // Current Opinion in Psychology. — 2022. — Vol. 45. — Article 101302. — URL: <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2022.101302> (дата обращения: 28.07.2026).
20. Verduyn P., Gugushvili N., Massar K., Täht K., Kross E. Social comparison on social networking sites // Current Opinion in Psychology. — 2020. — Vol. 36. — P. 32–37. — URL: <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2020.04.002> (дата обращения: 28.07.2026).

Social Comparison in the Digital Environment as a Factor of Experiencing a Crisis of Meaning: An Existential-Psychological Analysis

Viktoriya V. Kosenko

Independent Researcher,
119019, 3/5, Vozdvizhenka str., Moscow, Russian Federation;
e-mail: kosenkoviktoria17@gmail.com

Abstract

The article examines the problem of social comparison in the digital environment as a potential factor in experiencing a crisis of personal meaning. The relevance of the research is conditioned by the expansion of the digital space of social interaction and the high intensity of an individual's comparison of their own life with socially attractive models presented in social networks. The objective of the research is a theoretical analysis of the psychological mechanisms of the interrelation between digital social comparison and a crisis of meaning from an existential-psychological perspective. The methodological basis was composed of theoretical analysis and synthesis of scientific literature, comparative analysis of conceptual approaches, systematization and generalization of scientific views on the problem. The scientific novelty lies in the integration of the issues of digital social comparison and the psychology of meaning and the development of a conceptual model of their interrelation. The sequence "digital exposure — social comparison — experience of discrepancy — meaning reappraisal — crisis of meaning certainty" has been substantiated. It is shown that digital social comparison can actualize a crisis of meaning indirectly, through a change in the individual's attitude towards their own life perspective and significant values.

For citation

Kosenko V.V. (2026) Sotsial'noe sravnenie v tsifrovoy srede kak faktor perezhivaniya krizisa smysla: ekzistentsial'no-psikhologicheskii analiz [Social Comparison in the Digital Environment as a Factor of Experiencing a Crisis of Meaning: An Existential-Psychological Analysis]. *Psikhologiya. Istoriko-kriticheskie obzory i sovremennye issledovaniya* [Psychology. Historical-critical Reviews and Current Researches], 15 (5A), pp. 46–56. DOI: 10.34670/AR.2026.34.46.007

Keywords

Social comparison; digital environment; social networks; crisis of meaning; meaning sphere of the personality; existential psychology; experience of discrepancy.

References

1. Abulkhanova K. A. Time of Personality and Time of Life. — St. Petersburg: Aleteya, 2001. — 304 p.
2. Artemtseva N. G. Subject-Oriented Comparison in Different Categories of Social Media Users // Psychological Journal. — URL: <https://journals.rcsi.science/0205-9592/article/view/256441> (accessed: 28.07.2026).
3. Belinskaya E. P. Man in the digital world: the problem of socio-psychological adaptation // Social psychology and society. — [Electronic resource]. — URL: <https://psyjournals.ru/journals/sps> (accessed: 28.07.2026).
4. Bratus B. S. Personality Abnormalities. — Moscow: Mysl, 1988. — 301 p.
5. Vasilyuk F. E. Psychology of Experience: Analysis of Overcoming Critical Situations. — Moscow: Moscow University Press, 1984. — 200 p.
6. Grishina N. V. Psychology of Life Crises. — St. Petersburg: Peter, 2001. — 352 p.
7. Leontiev D. A. Personal Potential: Structure and Diagnostics. — Moscow: Smysl, 2011. — 680 p.
8. Leontiev, D. A. Psychology of Meaning: Nature, Structure, and Dynamics of Meaningful Reality. 3rd ed., expanded. Moscow: Smysl, 2007. 511 p.
9. Oganian, A. A. Social Comparison in the Series of Fundamental Concepts of Social Sciences: Analytical Review of the Research Field // Bulletin of the Institute of Sociology. — 2026. — Vol. 17, No. 1. — Pp. 232–255. — URL: <https://www.vestnik-isras.ru/article/1144> (accessed: 26.07.2026).
10. Savchenko T. N., Samoilenko E. S. Social Comparison as a Factor of Subjective Well-Being // Sociological Research. — 2022. — No. 11. — Pp. 74–85. — URL: <https://www.socis.isras.ru/article/9366> (accessed: 28.07.2026).
11. Savchenko T. N., Samoilenko E. S., Korbut A. V. Comparison of Psychometric Indicators of Social Comparison Orientation Measurement Tools // Experimental Psychology. — 2019. — Vol. 12, No. 2. — Pp. 5–21. — URL: https://psyjournals.ru/journals/exppsy/archive/2019_n2/Savchenko_et_al (accessed: 28.07.2026).
12. Samoilenko, E. S. Emotional Attitude Towards Social Comparison // Experimental Psychology. — 2010. — Vol. 3, No. 4. — Pp. 87–103. — URL: https://psyjournals.ru/journals/exppsy/archive/2010_n4/36240 (accessed: 28.07.2026).
13. Soldatova, G. U. Digital Socialization in the Cultural-Historical Paradigm: A Changing Child in a Changing World // Social Psychology and Society. — 2018. — Vol. 9, No. 3. — Pp. 71–80. — URL: https://psyjournals.ru/journals/sps/archive/2018_n3/Soldatova (accessed: 28.07.2026).
14. Soldatova G. U., Rasskazova E. I., Nestik T. A. The Digital Generation of Russia: Competence and Security. Moscow: Smysl, 2017. 375 p.
15. Tereshchenko S. Yu., Moskalenko O. L., Ignatova I. A., and Novitsky I. A. Social Comparison and Its Role in the Formation of Problematic Internet Use in Adolescents (Literature Review) // Psychological Science and Education. — 2026. — Vol. 31, No. 3. — pp. 78–93. — URL: https://psyjournals.ru/journals/pse/archive/2026_n3/Tereshchenko_Moskalenko_et_al (date of reference: 07/28/2026).
16. Tishukov M. Y. Study of the negative impact of the use of social networks on the personal self-esteem of the population of the Russian Federation // International Research Journal, 2026, No. 2 (164). — URL: <https://research-journal.org/archive/2-164-2026-february/10.60797/IRJ.2026.164.14> (accessed: 28.07.2026).
17. Chudnovsky V. E. The meaning of life: the problem of relative autonomy // Psychological Journal. — 1995. — Vol. 16, No. 2. — pp. 94–101.
18. Festinger L. A Theory of Social Comparison Processes // Human Relations. — 1954. — Vol. 7, No. 2. — P. 117–140. — URL: <https://doi.org/10.1177/001872675400700202> (accessed: 28.07.2026).
19. Meier A., Johnson B. K. Social comparison and envy on social media: A critical review // Current Opinion in Psychology. — 2022. — Vol. 45. — Article 101302. — URL: <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2022.101302> (accessed: 28.07.2026).
20. Verduyn P., Gugushvili N., Massar K., Täht K., Kross E. Social comparison on social networking sites // Current Opinion in Psychology. — 2020. — Vol. 36. — P. 32–37. — URL: <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2020.04.002> (accessed: 28.07.2026).