1 ЛИНИЯ
В ПЕЧАТЬ!
УЧЕБНАЯ ГАЗЕТА ВЫСШЕЙ ШКОЛЫ ЖУРНАЛИСТИКИ И МАССОВЫХ КОММУНИКАЦИЙ СПбГУ
64-Й ГОД ИЗДАНИЯ
JF.SPBU.RU/UCHGAZETA/
№3 (454)
ОТ 28 МАРТА 2024

Социальные сети

Карина АВДЕЕВА

Александра ДРУЗИНА

Социальные сети уже давно незаменимы. Если проверить «экранное время» на телефоне среднестатистического человека, с большой вероятностью наиболее используемыми приложениями окажутся Telegram, TikTok, YouTube, Instagram*, ВК и т.д. Социальные сети — это приложения или веб-сайты, которые дают возможность создавать личный профиль, коммуницировать с другими пользователями и даже что-то продавать. Их можно спутать с мессенджерами, потому что и те, и другие направлены на виртуальное общение, но главное отличие состоит в том, что мессенджеры это — места для общения один на один или в группе, пример такого — Whatsapp. Также есть и уникальные случаи, когда приложения для общения модернизируются в социальную сеть, и это — Telegram. На данный момент в Telegram можно не только переписываться, но и создавать личные блоги.

Социальные сети постепенно стали частью нашей жизни, сначала использовались для развлечений и отдыха, а сейчас, особенно после 2020 года и жизни «на удаленке», для работы и доступного образования. Любой человек может, сидя дома, сдать проект или прочитать лекцию. А при желании учиться, к примеру, найти курсы от ведущих ВУЗов мира и изучить интересную для себя тему. Что уж говорить про форматы обучения: разработчики постоянно работают над приложениями, чтобы студентам было комфортнее и интереснее запоминать новую информацию и использовать ее в будущем.

Но, к сожалению, во все времена существуют люди, которые хотят «заработать», не прикладывая никаких усилий, соответственно, и в век технологий появляются новые кибер-преступники, инфоцыгане и другие мошенники. Многие «псевдоспециалисты» уже успели получить свою популярность из-за курсов, которые ничему не научат, но будут стоить больших денег. У социальных сетей также есть еще одна проблема, которая появилась совсем недавно, — это формирование клипового мышления. Из-за развития формата быстрых 30-секундных видео в Интернете люди перестали уделять внимание длинным роликам и текстам, что начало вести за собой массу проблем с концентрацией. Вследствие этой проблемы некоторые приложения (как TikTok) стали продвигать длинные видео, чтобы снижать уровень такой проблемы.

*Meta признана экстремистской организацией и запрещена на территории России

Свежий взгляд на искусство и стиль

Алиса БАГИНА

Милана БУРМИСТРОВА

Всё чаще на просторах социальных сетей можно встретить визуальный контент. Причём зачастую он самостоятельный, то есть несёт смысл без текстового объяснения. Примерами такого контента можно считать как Shorts на YouTube, так и разнообразные мудборды с одеждой на Pinterest. «Первая линия» расскажет о том, как визуальный контент сказывается на таких понятиях, как стиль и искусство.

Искусство

За последние два года в социальных сетях стало очень много «искусства». И нет, речь не о профилях художников, а о блогерах, которые называют свой контент «искусством», а себя — деятелями, создателями искусства, совершенно не задумываясь об истинном значении этого слова. Плохо ли это? Отнюдь. Но и не хорошо.

Исторически сложилась разница между искусством и творчеством. Если последнее является процессом создания качественно нового объекта, то первое — это творческое отражение действительности, признанное экспертами в соответствующей сфере. Тут акцент делается на признанности знатоками, потому что, в общем, эти понятия взаимосвязаны и неотделимы. Из творчества, при должном к нему отношении, произрастает искусство: отточенное, выверенное мастерство, порождающее идеальное в своем роде создание.

С появлением соцсетей человечеству открылись широкие возможности для самовыражения: теперь, чтобы показывать свое творчество и рассказывать о нем, совершенно не обязательно заканчивать профильные заведения и с трудом добиваться признания.

Аудитория, как правило, ограничивается возрастом и сферой интересов. Поэтому 10-15 секундные видео, снятые красиво, инновационные дизайнерские решения в подаче материала, фотографии со скрытым смыслом и неожиданными ракурсами привлекают внимание. Каждый из нас находит тот контент, который «цепляет». Возможно, поэтому его и зовут искусством.

В современном мире это понятие стало менее сложным для восприятия. Подсознание работает за нас:

> **«Если красивое видео, в котором показывается жизнь блогера, это искусство, то и мои соцсети, всё, что я создаю, тоже может считаться искусством?**

И глаз всё чаще подмечает это слово на сайтах, на рекламных вывесках, в постах.

Логическая цепочка создается — однажды человек приходит в музей. Там он соприкасается с «прекрасным». Быть может, это его внутренне развивает, вовлекает в арт-сферу?

Искусство, безусловно, все еще остается лишь экспертно оцененным. Однако признанное обычными людьми творчество, находящее отклик в сердцах многих, стремительно обретает свое право на существование. В эпоху индивидуализма не это ли главное? Быть может, это новый виток в развитии искусства? Время покажет.

Стиль

Социальные сети стали неотъемлемой частью жизни, поэтому их влияние нельзя недооценивать. Помимо искусства воздействие виртуальных сообществ распространилось и на внешний вид людей. Рассмотрим, как онлайн-платформы влияют на стиль современного общества...

В 2014 году в России достигла пика популярности американская социальная сеть Tumblr. Это сервис микроблогов, содержащий множество картинок, статей, видео и gif-изображений на разные темы. Платформа положила начало Tumblr girls — стихийному тренду среди девочек 10–17 лет с чокерами, блестками под глазами и парой пучков на голове, который уже вполне можно расценивать как субкультурное веяние.

Перенесёмся в период пандемии в России весной 2020 года. На это время пришлась популяризация TikTok в стране и стиля American Girl. У него было несколько течений, которые основывались на имидже американских тиктокеров. Стиль Чарли Дамелио привёл к возникновению Soft Girl, которому свойственны пастельные тона, плавные линии и «летние» принты. Образ Авани Грег был близок другому ответвлению, а именно E-girl, в котором акцент делается на тёмных тонах, массивных аксессуарах и oversize вещах. А течению VSCO-Girl придерживалась Эдисон Рае. Еще одно течение — VSCO-Girl. Такая девушка редактирует все фото с помощью приложения vsco с фильтром C1, носит бутылочку Hydro flask, чокер, рюкзак Fjällräven и Полароид. Его придерживалась Эддисон Рае.

Свою популярность в 2022 году начали набирать различные core, что в переводе означает ядро. Такую приставку стали добавлять к видео разных эстетик в TikTok и в Instagram*. То есть образ человека или его профиля стал заметным ядром, вокруг которого разворачиваются целые концепции. Рассмотрим пример происхождения одного такого стиля.

Barbiecore — эстетика, посвящённая кукле Барби: стиль, наполненный ярко-розовой и гламурной одеждой. Этот новый тренд, связанный с выходом фильма «Барби» 21 июля 2023 года, захватил мир задолго до его появления: кинотеатры, ковровые дорожки, полки магазинов, а главное, ленты социальных сетей стали частью одной из самых масштабных пиар-кампаний. Например, профиль в Instagram* Марго Робби за несколько месяцев до выхода премьеры начал пестрить розовыми публикациями, а глянец делал разборы её винтажных нарядов цвета «фуксия». Завершили эту яркую эпопею фанаты фильма, которые внедрили все оттенки розового в свою рутину. Так Barbiecore стал стилем многих подростков, которые наполнили свои шкафы бесчисленным множеством розовой одежды.

Роль социальных сетей огромна: они позволяют посмотреть на жизнь под другим углом, увидеть ранее не виданное и «примерить» на себя новые образы или модели поведения. С каждым годом все большее количество пользователей получает такую возможность, и жизнь тогда становится интереснее. Мы рассмотрели 2 аспекта влияния соцсетей на реальность, но оно намного шире. Поэтому мы находим социальные сети отличным инструментом для познания себя, продвижения и самовыражения.

*Организация, деятельность которой запрещена на территории России

Как короткие видео разрушают жизни

Короткие видео — пожалуй, самый популярный вид медиаконтента сегодня. Какие последствия несёт увлечение ТикТоком и рилсами? Публикуем истории наших авторов, чьи жизни «разрушили» короткие видео.

Ярослав АВЕРИН

Елизавета ДАНИЛОВА

История Ярослава

Снова просыпаюсь со звоном в ушах. Нет, это не похмелье. Это гудит унитаз с человеческой головой. Учёбу я уже пропустил, но с кровати смогу подняться ближе к ужину. Следующие часы я посвящу просмотру 15-секундных сюжетов о котах, нарисованных нейросетью.

> **«Утекающие в пустоту часы. Ухудшающиеся оценки. Осознание зависимости. Попытки удалить приложение. Снова скачиваю. Это повторяется. Неоднократно.**

У меня это начиналось, как у многих: давящая ковидная скука, необходимость чем-то «забивать» свои глаза и уши во время дистанционных занятий. В 2020 году TikTok ещё считался чем-то постыдным. Я листал его, то и дело приговаривая «кринж», но листал дальше. Смешные и интересные видео в огромных количествах, приятное удовлетворение каждые 15 секунд — я привык к этому настолько, что TikTok оставался на моём телефоне следующие полтора года. Их я и вспоминаю, как ленту ТикТока: яркие, обрывистые эпизоды постоянного движения вниз. Утекающие в пустоту часы. Ухудшающиеся оценки. Осознание зависимости. Попытки удалить приложение. Снова скачиваю. Это повторяется. Неоднократно.

Когда в марте 2022 года TikTok в России прекратил работать, я представлял, что моя жизнь сможет стать полноценной. И всё же человек, привыкший к непрерывным 15-секундным развлечениям, в реальном мире оказывается растерян. Я не мог привыкнуть к скуке, даже к самому кратковременному отсутствию событий. Научно то состояние, которое я испытал, называется дофаминовая яма. Это я узнал уже потом, из шортсов. Едва ли неделю спустя я вновь нашёл суррогат. Я научился жить с этим, дозировать просмотр. За последние полгода я стал слегка продуктивнее. Утешительно. Но нужно посмотреть правде в глаза: я уже никогда не смогу окончательно выкарабкаться из этой ямы.

История Лизы

Привет, я Лиза. За свои 19 лет я успела объездить 54 страны, заработать первый миллион, познакомиться с самыми крутыми людьми на планете и даже получила премию «Оскар». Так, по крайней мере, думает мой мозг. Нет, мне всё это не приснилось и я даже не патологическая лгунья. Дело в том, что я люблю смотреть короткие ролики в соцсетях. Как это связано?

Исследователи из Стэнфордского университета выяснили, что мозг не видит никакой разницы между картинкой на экране и реальностью. Это связано с тем, что современные аудиовизуальные развлечения появились совсем недавно.

Когда я смотрю видео о человеке, который достиг успеха в работе и заработал первый миллион, мозгу кажется, что это его успех. Я начинаю ставить себя на место героя ролика: представлять, как радовалась бы достижению, как принимала бы поздравления от близких, как тратила бы эти деньги. А растерянный мозг не может отличить видеоролик и моё воображение от реальности.

> **«Мозг радуется, когда в виртуальном мире у меня всё потрясающе, но в реальном — расстраивается из-за количества проблем.**

Мозг радуется, что я заработала воображаемый миллион, но потом расстраивается, потому что я не могу потратить миллион на вещи в реальной жизни. Мозг радуется, что получил воображаемый «Оскар», но потом расстраивается, потому что никто не пришел меня поздравить в реальности. Мозг радуется, когда в виртуальном мире у меня всё потрясающе, но в реальном — расстраивается из-за количества проблем. Вот такие нездоровые «качели» привели меня к тревожности и неудовлетворенности своей жизнью.

Смерть в эпоху соцсетей

София ВАЩЕНКО

Елизавета АНТОНОВА

Трудно представить себе человека, о котором нет никакой информации в социальных сетях, каждый так или иначе сам сохраняет в Интернете данные о себе, заполняя многочисленные анкеты и опросники при регистрации на сайтах, размещая фото, видео, делая репосты понравившихся публикаций и лайкая снимки друзей. В отличие от человеческой жизни новостная лента бесконечна. И даже если человек умирает, его существование может продолжаться виртуально.

Сейчас интернет-активов у нас уже не меньше, чем физических. Можно увидеть тенденцию к цифровизации всего, что имеет ценность для человека: книг, картин, аудио и видео. В связи с этим стал насущным вопрос о тех персональных данных, которые хранятся в сети, и об их безопасности, актуальности и необходимости правового регулирования этого вопроса. Ежегодно умирает около 61 миллиона человек и в социальных сетях увеличивается число «мёртвых» аккаунтов. Так как соцсети и сервисы поступают со страницами покойных?

Каждая социальная сеть принимает самостоятельные решения по регулированию этого вопроса. В общемировой практике аккаунты в Интернете не считаются имуществом и не наследуются. Поэтому компании, владельцы серверов вправе не предоставлять родственникам доступ к учетным записям умершего. Доступ к его переписке также не предоставляется. В России она защищена Конституцией и Гражданским кодексом.

Цифровое наследство подразумевает передачу данных умершего его близким подобно физическому имуществу. Однако это практически не регулируется законодательством и нет официального списка данных, которые могут быть переданы.

Цифровизация и социальные сети, безусловно, дают нам много новых возможностей. Одна из таких — сохранение памяти о себе в виде цифрового следа. Наши потомки смогут узнать о нас непосредственно от первого лица: через наши фотографии и творчество.

Уже сейчас мы можем наблюдать это на примере аккаунтов деятелей искусства, которые ушли из жизни. Например, профиль Lilpeep в Instagram* является арт-объектом. Команда музыканта после его смерти продолжает публиковать контент, напоминать подписчикам о годовщине его кончины, треках и в целом рассказывать о его жизни.

Помимо этого, появился новый вид кладбищ — виртуальные. Это относительно новое явление в мире технологий, которое позволяет людям создавать памятники и мемориалы для своих ушедших близких в Интернете. На таких онлайн-платформах пользователи могут формировать цифровые мемориалы, размещать фотографии, видео, записи, стихи и другие материалы, посвященные памяти человека.

Одним из примеров виртуального кладбища является сайт InMemori. На этой платформе пользователи могут создавать цифровые памятники, приглашать друзей и родственников присоединиться к ним, делиться воспоминаниями и поддерживать друг друга в трудные моменты. Это говорит о том, что социальные медиа и сайты — это не только способ делиться новостями с друзьями, рассказывать будущим поколениям о себе, но и возможность чтить память умерших на расстоянии.

Однако любой процесс, как и любая жизнь, подходит к завершению. Благодаря новым технологиям и Интернету наше поколение может оставить за собой не только красивые фотографии, но и что-то более значимое. Сейчас одна из главных задач пользователя социальных сетей — публикация достойного и нужного контента, за который в будущем будет не стыдно.

*Meta признана экстремистской организацией и запрещена на территории России

Криминал в интернете

В эпоху Интернета и социальных сетей сфера онлайн-криминала стала одной из наиболее значимых угроз современного общества. Появилось много злоумышленников, которые всячески пытаются нажиться на простом народе. Так называемые «криминальные личности» настолько обуздали интернет, что нашли множество способов играть на эмоциях людей, дабы вымогать деньги и втягивать их во многие криминальные и мошеннические схемы.

Александра ГАРБУЗОВА

Екатерина ДЕМИЧЕВА

Маргарита БЫКОВА

Одной из наиболее распространенных мошеннических схем является обман на сайтах по поиску работы. Злоумышленники, выдавая себя за работодателей, привлекают желающих найти своё дело и обманывают их, выманивая деньги или предлагая весьма странные вакансии, из-за которых обычные люди могут запросто попасть за решетку или вообще оказаться в рабстве, где «работодатели» будут использовать их, как бесплатную рабочую силу.

Другим распространенным методом являются сайты знакомств. Мошенники, нацеливаясь на одиноких и уязвимых людей, устанавливают контакты и развивают отношения, в которых используют обманные приёмы с целью подтолкнуть собеседников на незаконные действия и заполучить конфиденциальную информацию. Этот тип манипуляции особенно опасен, поскольку аферисты играют на эмоциях и вводят жертву в заблуждение, создавая иллюзию взаимной любви и доверия.

Ещё одним из способов криминальных действий являются дипфейки и замена голоса в звонках. Дипфейки — это технология, позволяющая создавать реалистичные видео и аудиозаписи, в которых лица и звучание речи людей могут быть заменены на чьи-то другие. Чаще всего злоумышленники используют их с целью получения финансовой выгоды. Например, мошенники могут сделать видео или аудиозапись, в которых голос искажается так, что создаётся впечатление, что они ваши близкие, и попросить вас отправить деньги на помощь в сложной ситуации. Подобные случаи становятся все более распространенными и могут привести к серьезным финансовым потерям.

Кроме того, дипфейки — новейшее оружие, использующееся для вербовки. Скрываясь за маской родственника или лучшего друга, недоброжелатели могут навязать жертве определенные религиозные, политические, социальные убеждения. Осведомлённость о проблеме может предотвратить множество финансовых и эмоциональных трудностей.

Чтобы защитить себя от мошенников, использующих подобного рода средства, следует быть осторожными при общении в социальных сетях и не делиться личной информацией или финансовыми данными с незнакомыми людьми. Также стоит проверять подозрительные сообщения и звонки, особенно если в них просят о какой-либо помощи.

Травля может иметь различные причины, такие, как зависть, неприязнь, расизм, сексизм и другие формы дискриминации. Основной проблемой буллинга в Интернете является то, что он может иметь серьёзные психологические последствия для жертвы. У пострадавшего появляется синдром «туннельного сознания»: вся жизнь сужается до размеров одного негативного поста, одной компрометирующей фотографии.

Постоянное унижение в онлайн-пространстве может привести к депрессии, тревожности, низкой самооценке и даже к суицидальным мыслям. К сожалению, многие люди, сталкивающиеся с травлей, не обращаются за помощью из-за страха или стыда.

Для борьбы с буллингом в Интернете платформы социальных сетей должны активно бороться с негативным контентом и блокировать пользователей, нарушающих правила. Также необходимо выстроить психологическую защиту самой жертве: не бояться и не стыдиться обращаться к близким людям, опираться на реальные отношения, показывать оскорбительные комментарии родителям, другу, авторитетному человеку. Спросить: «Я правда такой?», чтобы услышать мнение того, кто хорошо знает этого человека.

Важно помнить, что каждый имеет право на уважение и безопасность в онлайн-пространстве. Мы все должны быть внимательными к своим словам и действиям в социальных сетях, стремиться создать позитивное окружение для всех пользователей.

Травля в социальных сетях — это не игра и не шутка. Это серьезная проблема, которая требует общественного внимания и значимых действий от каждого из нас.

Самозванцы в сетях

Дядя Маша или тётя Петя? Самозванец — это тот, кто выдаёт себя за другого человека ради своих корыстных целей. Что делать, если вы столкнулись с таким?

Татьяна БУБЛИК

Анастасия ЖИЛЬНИКОВА

На сегодняшний день почти у каждого есть свой аккаунт в социальных сетях. Помимо этого, существует большое количество анонимных или же фейковых страничек, где имена, написанные в профиле пользователя, не соответствуют настоящим. Для чего вообще такие аккаунты создаются?

Настоящая личность человека, как ни крути, имеет много недостатков, которые порой довольно сложно скрыть. Но в Интернете всё обстоит иначе. Личную информацию легко изменить: все совершенные когда-то ошибки можно удалить из истории Интернета. Даже если с этим иногда могут возникнуть проблемы, всегда существует возможность завести новый аккаунт и начать «новую жизнь» с нуля. Казалось бы, что здесь плохого? Ведь с помощью сети человек создает тот самый идеал личности, который не смог воплотить в реальной жизни.

Но посмотрим на ситуацию с другой стороны. Если теперь каждый способен удалять и создавать страницы в социальных сетях, то это значит, что и вести себя можно как угодно.Нет никакой нужды беспокоиться за репутацию, потому что действия в интернете редко переносятся на реальную жизнь. У людей появляется ощущение свободы: никто за ними не наблюдает. Так вседозволенность порождает кибербуллинг и другие проблемы, наносящие, порой, непоправимый ущерб жертвам.

За профилем обычной девочки может скрываться кто-то совершенно другой. Главная проблема заключается в создании фейковых аккаунтов в социальных сетях. Сейчас любому человеку с отклоняющимися от нормы принципами достаточно выдать в интернете себя за другого, чтобы люди не распознали в нем того, кем он является на самом деле. Зачастую это приводит к онлайн-домогательствам.

Харассмент в сети

Практически никто не защищен от общения с людьми, выдающими себя за других. Каждый из нас ежедневно подвержен опасности переписки не с виртуальным собеседником, а с кем-то другим.

Особенно сильному ментальному давлению со стороны «самозванцев» подвергаются юные девушки, которые не осознают всей опасности Интернета. Многие девочки считают, что переписываются с интернет-другом, который оказывается, к примеру, сорокалетним мужчиной с отклонениями сексуального характера.

В 13 лет я была уверена, что переписываюсь с обычной девочкой Машей. Мы списывались каждый день, я делилась с ней переживаниями. Всё быстро закончилось, когда «Маша» прислала мне фотографию мужских гениталий. «Её» я, конечно, заблокировала, но как жаль, что заблокировать воспоминания об этом нельзя.

Зачастую такие онлайн-преследования людьми, выдающими себя за других, называются сталкингом. Это — любой вид продолжительного нежелательного общения. Киберсталкинг — это постоянное преследование и/или сексуальное домогательство человека в социальных сетях.

Справиться с последствиями онлайн-преследований или общения с «самозванцами» не так уж легко. Если некоторые более хладнокровны и устойчивы к неприятному контенту, то многим тяжело «пережить» принудительный секстинг, не получив психологической травмы.

Рисунок Татьяны Бублик

«В 13 лет я была уверена, что переписываюсь с обычной девочкой Машей. Мы списывались каждый день, я делилась с ней переживаниями. Всё быстро закончилось, когда «Маша» прислала мне фотографию мужских гениталий.

Что делать, чтобы избежать малоприятного общения и сберечь психику? Необходимо быть более внимательными и хладнокровными. Как только появились подозрения о чём-то неладном в сообщениях, лучше сразу заблокировать человека. Если получения непристойной информации избежать не удалось, то можно пожаловаться модераторам или же сообщить о харассменте внутри самой социальной сети, выбрав вид неприемлемого контента.

К сожалению, не каждый вид онлайн-домогательств считается нарушением закона, и на некоторых платформах его даже нельзя заблокировать. Однако это не значит, что надо страдать от этого и что ничего нельзя предпринять.

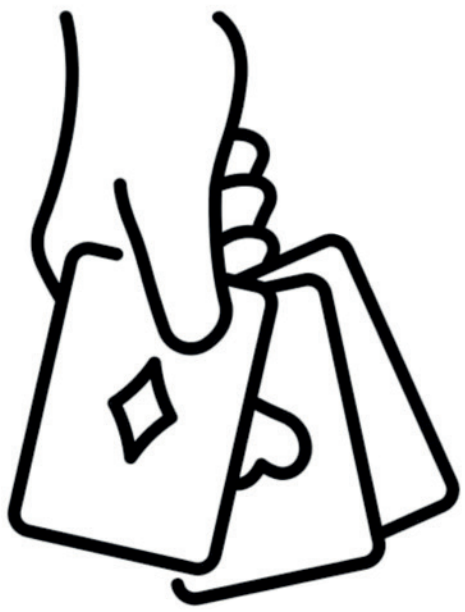
Один из лучших способов предотвратить нежелательное общение — это скрыть всю свою персональную информацию от посторонних.

К примеру, можно не указывать свои личные данные в соцсетях. Допустим, не афишировать свою фамилию. Для имени пользователя можно придумать псевдоним.

С созданием социальных сетей перед людьми открылось много новых возможностей, которые не всегда используются во благо. Безнаказанность и вседозволенность сделали Интернет опасным: никто не может быть застрахован от обмана, манипулирования и других действий, способных нанести непоправимый ущерб. Пользователи, которые намеренно выдают себя за других, очень распространены в социальных сетях.

Лучшее, что можно сделать, это быть осторожным в социальных сетях, всегда помнить об анонимности и проблемах, из неё вытекающих. Будьте внимательны и берегите себя!

Нулевой эффект



за сумму со множеством нулей

В последнее время появилась мода на «духовную красоту». В это понятие входит увлечение экологией, психологией, вегетарианством, йогой и... осознанностью. Мода — это идея, которая вспыхивает как вирус и распространяется в обществе. Чаще всего следование тренду на духовную красоту не подкрепляется желанием что-то действительно в себе изменить. Настоящий процесс развития сопровождает человека всю жизнь, а не возникает случайно.

Валентина ГРИНЬ

Маргарита АНДРИЕНКО

София ГЛЕБЕЗДИНА

На первый взгляд стремление к осознанности кажется хорошей тенденцией. Очень часто бывает сложно понять, что не так в нашей жизни, пусть даже ответ лежит на поверхности. После прослушивания какого-нибудь онлайн-курса человеку становится проще определить для себя цель, выявить проблему и решить, в каком направлении ему стоит двигаться. Люди хотят стать более осознанными и не просто плыть по течению жизни, а самостоятельно выбирать свой путь. Но проблема в том, что «саморазвитие» и «осознанность» стали разменной монетой, модным трендом.

Сейчас можно часто столкнуться с рекламой программ по личностному росту, которые обещают сделать из клиента успешного предпринимателя, писателя или крутого дизайнера за короткий срок и без особых усилий. Продавцы обещают золотые горы, но в реальности предлагают ничего не стоящий контент. Часто после покупки подобных курсов потребитель понимает, что купил банальные советы, которые можно и бесплатно найти в Интернете. Александра Митрошина, Оксана Самойлова и Аяз Шабутдинов — лишь некоторые представители экспертов, которые обещают клиентам тренинги и вебинары, гарантирующие быстрый и легкий путь к успеху. «Инсталогия 6.0», «Стратегия на миллион», «Тайные знания успешных людей» — вот многообещающие названия их курсов. Псевдоспециалисты убеждают, что покупатели смогут изменить свою жизнь всего за несколько месяцев и несколько сотен тысяч рублей. Впрочем, эти деньги и время улучшают лишь жизнь продавцов «счастья». Самое обидное в этой ситуации — не только потраченные деньги, но и потерянное время. Поэтому перед приобретением каких-либо курсов или тренингов стоит хорошо изучить информацию об их авторе, проверить его рейтинг и отзывы других пользователей. Это не обезопасит на сто процентов от покупки «пустышки», но даст возможность лишний раз подумать об этой необходимости.

Неплохим решением может стать самостоятельное изучение материала и поиск нужной информации в Интернете. В конечном счете только высококачественные курсы с практическими инструментами и поддержкой специалистов смогут принести результат и помочь в развитии, так что тратить деньги на «пустышки» не имеет смысла.

Конечно, смириться с потраченными деньгами и временем можно. А вот проблемы психологического характера — серьезные и не очень — могут и не забыться. Часто после прохождения сомнительных курсов личностного роста люди сталкиваются с непринятием себя и всей своей жизни. Безусловно, бесконечное недовольство жизнью превращает ее в ад.

> **«Но мне ведь хочется сделать свою жизнь лучше!**

— Можете сказать вы, и это стремление прекрасно. Правильно питаться, делать с утра пробежку и планировать цели — это отличное начало для каждого, если нет никаких глубинных проблем, мешающих добиться успеха.

Гораздо страшнее, когда человека пытаются изменить изнутри, против его внутреннего желания. Продавцы курсов рассказывают о позитивном мышлении, об аффирмациях, но это не решит проблемы, а спрячет их глубоко внутрь. Работа с психикой человека — это сложный и тонкий процесс, поэтому им должен заниматься квалифицированный специалист. Разумеется, «лечиться» у психолога — больно и долго, а мы жалеем себя и хотим быстро и безболезненно решить все проблемы. Отсидеть выделенные два часа вебинара, прочитать «умный» пост блогера и мы — «осознанны».

Важно быть честным с собой и с окружающими, а не делать только то, что диктует нам мода. Ведь, не пытаясь разобраться, что тебя волнует, невозможно добиться каких-то успехов.

История жертв всем известной аферистки

Одна из участниц марафона Елены Блиновской рассказала о том, что зря потратила деньги и не получила обещанного эффекта. Елена Блиновская — российская модель, блогер и предпринимательница, которая ведет тренинги личностного роста и обучает своих клиентов приемам, которые якобы помогут им разбогатеть или удачно выйти замуж.

Девушка, которая попала на марафон Блиновской, рассказала о том, что потеряла свои деньги и разочаровалась в тренингах. По словам девушки, она «отделалась» легко: отдала небольшую сумму за пакет с куратором. Слушала, делала домашнее задание и верила в перемены. А ее подруга и вовсе взяла кредит, чтобы оплатить так называемое «обучение».

В итоге обе девушки не ощутили изменений, не вышли замуж, а кредит в 300 тысяч рублей нужно как-то выплачивать. Девушка рассказывает, что ее подруга буквально верила в блогера Блиновскую, как в бога, но осталась ни с чем.

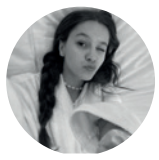
Ранее клиенты Елены уже неоднократно жаловались на то, что не получили желаемого результата, а «Марафон желаний» — так Блиновская называет свои тренинг — оказался обманом.

О времена, о нравы нездоровой идеальности

Каждый день все больше людей заводят аккаунты в социальных сетях. Кто-то для общения с семьей и просмотра публикаций, кто-то для того, чтобы знать об актуальных трендах. Но современная тенденция такова: подавляющее большинство пользователей, регистрирующихся на различных медиаресурсах, делают это для того, чтобы продвигать себя и свой блог. Зачастую люди не задумываются о пагубных влияниях социальных сетей на психику, стиль жизни и самовосприятие.

Алина БОЗИЕВА

Дарья БОЖКО



Наталья ГУБАНОВА

«Культ идеальности». Что же это такое и с чем его едят? Задумывались ли вы при виде идеальной картинки, которую выставляют блогеры, о том, что хотели бы так же? Ответ будет очевиден — да, да и еще раз да. Ширма, воздвигнутая владельцами аккаунтов, полностью скрывает их настоящие личности, оставляя только положительные качества и исключая возможность существования недостатков. Это заставляет подписчиков думать о своих несовершенствах, сдвигая фокус с себя на достижения других людей.

То же самое и с блогерами, выкладывающими в сети свои истории похудения. Большинство людей начинают применять в жизни все те тренировки и диеты, которые использовал инфлюенсер, не задумываясь о вреде, который они могут нанести себе этими шаблонными, а порой даже неправильными способами. Красивое тело с фотографии побуждает обычных пользователей отважиться на рискованный шаг, последствия которого неизвестны на 100%.

Не только блогеры, но и сами соцсети способствуют распространению неестественного совершенствования в обществе. Наличие бесчисленного количества модельного контента, безупречных влогов, где люди показывают свой день, начинающийся с зеленого смузи и заканчивающийся посещением косметолога, также приводит к популяризации культа идеальности.

Пользователи сетей стремятся воспроизвести в жизни увиденное у инфлюенсера поведение, одежду, идеальную, по их мнению, фигуру или внешность. Фоторедакторы, меняющие лицо до неузнаваемости, и использование фильтров — самое малое, что может помочь в достижении этой «идеальности». Так нередко люди доходят до хирургических вмешательств или нездоровых попыток изменить что-то в себе.

> **«Все мы индивидуальны. На сегодняшний день эту индивидуальность пытаются просто исказить и тем самым подогнать под какой-то шаблон**

Один из наиболее подходящих примеров — съемка для рекламной кампании бренда Skims: идеальные тела, покрытые маслом, модели с «правильным» макияжем, облегающая одежда. Не это ли влияние «культа», о котором многие даже не задумываются? Несмотря на наличие моделей с разными типами фигур, вы не увидите ни одного следа растяжек или других несовершенств реального женского тела. Все они были стёрты при редактуре или закрашены в тон кожи, чтобы не появиться на страничке в социальных сетях.

В эпоху бесконечных новомодных стилей, которых придерживаются люди, пришел и бодипозитив. Вероятно, после тренда на сильную худобу потребители контента, а в частности зумеры, стали продвигать понятие толерантности.

Главная идея бодипозитива заключается в том, что тело любого человека прекрасно и не нужно доводить себя до анорексии, равняясь на модель Алену Шишкову, которая 8 лет страдала от этой болезни.

Одним из первых брендов, который поддержал это движение, стал Victoria›s Secret. Они отменили свои шоу с «моделями-ангелами», а после создали женские манекены совершенно разных фигур для своих новых коллекций, но надо отметить, что таким образом бренд отодвинул девушек с размером xxs на задний план, сделав поиск нижнего белья на такой размер непростым. Случилось это из-за того, что Victoria's Secret сделали упор на инклюзивных моделей, считая, что таких девушек намного больше, нежели худых. Соответственно, продажи должны подняться, так как теперь каждая женщина с размером плюс будет понимать, что и на ней это белье будет смотреться красиво.

Однако не все пользователи поняли идею так, как она была задумана. Многие стали оправдывать свой лишний вес бодипозитивом, равняясь на новое поколение моделей, не думая о том, что такие девушки часами пропадают в спортзалах, а также контролируют своё питание, соблюдая диеты.

Любые изменения своего тела отражаются на здоровье. Современная молодежь пользуется всевозможными способами достижения своего идеала. Темы бодипозитива и культа «без изъянов», активно распространяющиеся в массах, не могут остаться незамеченными и квалифицированными специалистами. Своим мнением на эту тему поделилась врач-невролог, заведующая центром здоровья 122-й МСЧ Ерёменко Марина Сергеевна.

По её мнению, лица, не имеющие медицинского образования, но продвигающие себя в соцсети как экспертов в сфере похудения, не задумываются о том, какой вред они могут нанести другим людям.

Марина Сергеевна считает, что подобное не должно поддерживаться в сети, поскольку под влияние таких псевдоспециалистов попадают люди, зачастую молодые, не отличающие настоящих врачей от самозванцев. Они видят что-то в Интернете и моментально начинают этим пользоваться, не задумываясь о том, что все должно быть индивидуально. Неправильный подход может повлиять как на физическое состояние человека, так и на психическое.

Поскольку такой блогер не является врачом, он не может с профессиональной точки зрения оценить необходимость похудения для подписчика, установить наличие ограничений или сопутствующих заболеваний.

Также специалист отметила, что каждый человек неповторим. На сегодняшний день эту индивидуальность пытаются просто исказить и, тем самым, подогнать человека под какой-то шаблон. Есть много случаев, когда подобные изменения под чужую модельную внешность заканчивались печально. Но при этом здоровый образ жизни никто никогда не отменял. Активно продвигаются правильное питание и комплексы упражнений, но это всё должно быть в сопровождении врача или нутрициолога.

Под оптимистичной картинкой блогера, пропагандирующего бодипозитив, скрывается огромное количество физических ограничений и болезней. Любить своё тело нужно, не доходя до грани, за которой начинается вред здоровью с риском для жизни.

Помните, любое изменение тела должно сопровождаться квалифицированными специалистами. Любите себя и цените свое здоровье!

Фото с сайта издания Vogue Business

Мемы — больше, чем интернет-приколы

Владимир ЕЛФИМОВ

Максим БЕКУРОВ

С таким понятием как мем представители креативной молодёжи, к которой относим себя и мы, познакомились по-разному. Для кого-то это была простая картинка юмористического характера по хоррор-играм вроде Slenderman, кто-то пересылал по чатам в «Одноклассниках» жизненные шутки про школу или вовсе выступал в роли их создателя. В нашем же случае это был канал на видеохостинге YouTube — «This is хорошо» со Стасом Давыдовым. Первым мемом, появившимся на просторах Интернета, считается довольно-таки обычное по современным оценкам 3D видео с танцующим младенцем. С тех пор мемы эволюционировали и стали чем-то большим. Из видеороликов про танцующих детей они стали своего рода прекрасным средством коммуникации или же удобным способом передачи информации.

> «С тех пор мемы эволюционировали и стали чем-то большим.

Разнообразие мемов продолжает удивлять: литературные, исторические, аниме-приколы и даже смешные картинки про фрукты. Именно из-за этого нескончаемого количества самых разных интернет-приколов нам бы хотелось упомянуть лишь те форматы, которые завоевали себе персональное место в зале славы Интернета и в нашем сердце.

Фотожабы

Фотожаб, по праву, можно назвать хитом мемов 2005-ого года, но их популярность практически не снизилась за последние 18 лет. Основной идеей этого формата было придание изображению юмористического характера путём использования фотошопа.

Демотиваторы

Этот формат возник как пародия на настенные плакаты-мотиваторы. Если мотиваторы поднимали рабочий настрой, то демотиваторы создавали шуточное настроение. Их отличительная характеристика — фото на чёрном фоне с белыми рамками.

Wojak

Wojak-мемы вошли в Интернет незаметно и до сих не позволяют списать себя со счетов. Их основной идеей является ирония на обычную коммуникацию между людьми. Так, одним из самых распространённых примеров является изображение, на котором один собеседник изображён в виде плачущего персонажа, а другой — более приятным человеческому глазу мужчиной с солидной бородой. Со временем этот мем развивался и дополнялся новыми персонажами, такими как Doomer и Doomer girl.

Лягушонок Пепе

Будущая звезда Интернета впервые появился в комиксе Boy's Club. Своё существование как полноценный мем наш земноводный приятель начал с 2008 года на многих онлайн-платформах, самой известной из которых является 4chan. Однако Пепе не остановился на этом, а продолжил появляться везде и радовать пользователей различными образами. Для Пепе были и непростые времена. В 2015-2016 годах Дональд Трамп в ходе своей предвыборной кампании неоднократно использовал лицо Пепе с целью привлечь внимание избирателей. Как считают некоторые люди, именно этот фактор и помог ему одержать победу в президентской гонке. К сожалению, то, что было счастьем для Трампа, обернулось трагедией для Лягушонка, так как последний поневоле присвоил себе образ белого национализма. Но время шло, а вместе с ним, словно цветы, расцветали новые мемы с Пепе, которые помогли забыть про то нелёгкое для персонажа время.

Мемы сегодня

Сегодня мемы не заканчивают свою эволюцию. Они становятся частью культурного наследия. А, как известно, культура имеет своё влияние. Появляется целая наука — «меметика», которая связана со многими гуманитарными науками, и помогает изучать человека и его общество. Кроме того, юмористические картинки стали использоваться в коммерческих целях. На маркетплейсах появляется всё больше различной одежды с принтами в виде известных мемов. Вспомним, например, чёрного кота с руками и подпись «ъуъ». Вещь с таким изображением, наверное, была у каждого подростка.

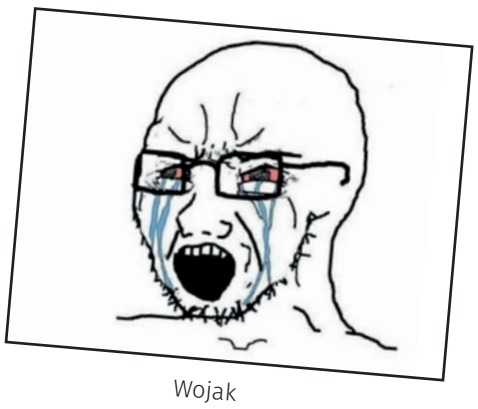
Мемы как феномен культуры повлияли и на общение людей. В 2023 году это стало особенно заметно. Так, в лексиконе стали реже встречаться слова «круто», «красиво», «приятно» и все синонимы этих слов, они были заменены словом, которое следовало произносить протяжно: «м-ё-ё-ё-д». Но откуда это пошло? Появился этот мем благодаря Ларисе из социальной сети TikTok, которая привлекла зрителей своей манерой речи, когда пробовала свежий урожай инжира.

В настоящее время юмористические картинки стали использовать для привлечения аудитории. Изначально мемы получили популярность из-за быстрого распространения в «своих» кругах. Позже эту фишку заметили менеджеры по продажам. Они стали брать за основу популярные юмористические картинки, обыгрывать в них простые и всем известные ситуации из жизни клиентов и таргетировать уже непосредственно на свою аудиторию. Задача была сделать так, чтобы пользователь не прошел мимо. Так, например, компания по производству стирального порошка Tide для продвижения своего товара использовала знаменитый «феномен синего и белого платья», когда одни люди видят белое платье, а другие — синее. По мнению производителей, этой проблемы не было бы, если бы люди использовали их продукт.

Танцующий младенец

Фотожабы

Демотиваторы


Wojak

А что дальше?

Какое же будущее ждёт юмористические картинки? Точно ответить на этот вопрос не получится. Скорее всего, мемы продолжат активно внедряться в культуру, их будут создавать уже не только люди, но и искусственный интеллект. Появятся новые форматы и типы, но неизменным останется их самая важная составляющая — способность вызывать эмоции и передавать их, заставлять задуматься, а может и погрустить.

№3 (454)
от 28 марта 2024 года
Позиция редакции может не совпадать с мнением авторов опубликованных материалов.

Главный редактор — Алиса Багина. **Выпускающий редактор** — Владимир Елфимов. **Бильд-редактор** — Александра Гарбузова. Номер подготовлен студентами СПбГУ.

Шеф-редактор — Наталья Подшивалова. **Арт-редактор** — Алена Малиновская. **Корректоры** — Милана Бурмистрова, Александра Друзина.

Верстка — Володина Виктория, Диана Стародубцева, Маргарита Логинова, Алена Редькина, Ангелина Иванова, Веста Видяева.

© Логотип — **В. Бертельс**