

Роль технологий селф-трекинга в конструировании идентичности личности.

Научный руководитель – Добринская Дарья Егоровна

Исакова Полина Юрьевна

Студент (бакалавр)

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

E-mail: Polina.Isakova2013@yandex.ru

Практики самонаблюдения существуют уже очень давно. Первые упоминания о ведении дневников зафиксированы в истории Японии VIII века. В дальнейшем, указывается их использование, одной из деноминаций протестантизма, методистами. Большую популярность дневники получают в XVIII веке в связи распространением грамотности, популяризацией идей Просвещения. В начале XXI века благодаря новым технологическим разработкам и быстрому распространению мобильного интернета появилась возможность максимально оптимизировать само-мониторинг и выйти за границы обычного чувственного восприятия человека.

Цифровизация, как глобальный феномен, быстро распространяется среди различных регионов и социальных групп по всему миру. Согласно данным Росстата ещё в 2018 году в РФ 40% активных пользователей интернета были в основном люди от 15 до 34 лет, а население в возрасте от 55 ограничивалось проведением простейших операций [6]. Динамика быстро меняется. По последним данным исследования ФОМ, проведенного в январе 2020 г., более 70% респондентов, опрошенных в 2019 и 2020 гг., пользуются интернетом ежедневно [5]. Директором РОЦИТ, выступавшем на последней конференции РАЭК в декабре 2019 г., прогнозируется, что к концу 2020 году проникновение интернета среди жителей России достигнет 90%. При этом к сети активно подключаются люди старшего поколения — от 65 лет и выше [2]. В 2019 году россияне активно используют не только смартфоны и планшеты, но и другие переносные гаджеты: «умные» часы, биометрические наушники, кардиомониторы и др.

Селф-трекинг, по определению австралийского социолога Деборы Лаптон, описывает биометрические практики, направленные на регулярный мониторинг, запись и измерение особенностей человеческого поведения или телесных функций. Социолог, в зависимости от целей ведения практик и степени добровольности в их использовании, выделяет несколько режимов селф-трекинга: инициативный, стимулируемый извне, коммунальный, принудительный и эксплуатируемый [8].

По причине того, что технологии само-мониторинга включают в себя не только биометрические датчики, но и благодаря интернету, общение и обмен результатами с другими пользователями, селф-трекинг является не только индивидуальной, но и социальной практикой. В 2007 году журналистами Г. Вулфом и К. Келли было основано сообщество Quantified Self, в которое вступают исследователи, учёные и сами пользователи, желающие узнавать о всех новинках и обсуждать тенденции в сфере разработок технологий селф-трекинга [9]. На сайте участники выкладывают различную статистику, посвящённую фазам сна, работе внутренних органов, процессу реабилитации, периодам активности физической и интеллектуальной. Среди жителей Европы движение QS становится всё более популярным и модным. В России оно только появляется, и активность пользования фитнес браслетами и «умными» часами тоже набирает темпы. В 2018 году было продано порядка 2,5 млн носимых технологий примерно на 17,2 млрд руб. Это на 200% больше, чем в 2017 г. в штуках, и на 130% - в деньгах [2].

Производители мобильных устройств (Samsung, Apple, Google, Sony и другие) активно реагируют на потребности своей аудитории. Сейчас на рынке электронных устройств появляется всё больше технических ноу-хау, позволяющих точно регистрировать обширный диапазон характеристик, ранее не доступных для чувственного непосредственного восприятия индивидуального и социального. Среди факторов роста продаж трекеров аналитики «Связного» назвали: расширение функционал, увеличение числа приложений для них, высокий интерес к здоровому образу жизни и растущую автономность [4]. Важность таких факторов, как удобство, простота, функциональность и универсальность в использовании подтверждают результаты опроса ФОМ. Эти пункты были отмечены 30% пользователей. Однако, главной характеристикой мобильных технологий была отмечена «социальность» - 42% процента респондентов ценит в гаджетах общение, возможность постоянного контакта с родными и близкими [7]. Наибольший интерес для изучения специфики практик селф-трекинга в РФ «умные» часы, биометрические наушники, трекеры привычек и планеры. Поскольку они наиболее распространены среди населения.

В рамках современной социологии предпринимаются попытки объяснить причины распространения практик селф-трекинга в различных исследовательских перспективах. Одной из таких перспектив является конструктивизм. В этой перспективе значимым фактором формирования идентичности является восприятие собственной телесности, а также два взаимосвязанных процесса: приобщение к сообществу, на основе общих характеристик, и одновременная дифференциация от него, на основе особенностей.

Интересен подход описания практик селф-трекинга в структуралистской перспективе. Она объясняет, как социальная структура может регулировать и выстраивать в своих интересах поведение собственных элементов. Система стимулирует собственное воспроизводство через формирование различных практик на разных социальных уровнях: в школах, тюрьмах, больницах и других организациях. Одним из механизмов их формирования могут стать практики само-мониторинга. Уже сейчас такие методы биополитики активно используются коммерческими и государственными организациями.

Другой аспект, рассматриваемый в рамках структуралистской перспективы, связан с развитием системы цифрового здравоохранения. Технологии селф-трекинга упрощают процесс сдачи анализов и коммуникацию с лечащим врачом, а также позволяют больному непосредственно находится в комфортной социальной обстановке родных и близких. Заинтересованно в развитии медицины и правительство России. На последней XVIII Ассамблее «Здоровая Москва» активно обсуждалась тема цифровизации в сфере медицины заместителем мэра Москвы по вопросам социального развития Анастасией Раковой [1].

Таким образом, хотя практики селф-трекинга не являются абсолютно новым явлением, техническое развитие сделало их ещё более популярными. Вдобавок они имеют множество позитивных сторон, которые встраиваются в социальную действительность, помогая индивидам одновременно поддерживать комфортное социальное общение и вести здоровый образ жизни.

Источники и литература

- 1) Анастасия Ракова о цифровизации в сфере здравоохранения: <https://youtu.be/BBDJbm9bw5s>
- 2) Ведомости: <https://www.vedomosti.ru/technology/articles/2019/02/13/794085-i>
- 3) РАЭК Live: <https://raec.ru/live/raec-news/11400/>
- 4) РБК: <https://www.rbc.ru/rbcfreenews/58a3151e9a7947120b9548f1>
- 5) ФОМ: <https://fom.ru/Budushchee/14315>
- 6) ФОМ: <https://fom.ru/Obraz-zhizni/14126>

- 7) ФОМ: <https://fom.ru/SMI-i-internet/14340>
- 8) Lupton D., The Quantified Self: A Sociology of Self-tracking. M, Polity. 2016. P. 240.
- 9) Quantified Self: <https://quantifiedself.com/show-and-tell/>