https://doi.org/10.53656/ped2026-9.07

Research Insights
Изследователски проникновения

ДИАЛЕКТИКА НА ЗАБРАНАТА И СВОБОДАТА: СОЦИАЛНИТЕ МРЕЖИ И НЕОБХОДИМОСТТА ОТ РЕГУЛАЦИЯ НА УЧЕНИЧЕСКИЯ ВИРТУАЛЕН „АЗ“

Александър Кръстев
Педагогически колеж – Плевен
Великотърновски университет „Св. св. Кирил и Методий“ (България)

Резюме. Съвременните деца живеят едновременно в два свята: физически – аналогов, материален, сетивен, и дигитален – нематериален, виртуален, символен. Това дуалистично съществуване е толкова естествено за модерния човек, колкото е било естествено в древността човек да живее между физическия и духовния свят. Тази съвременна реалност е педагогически, философски и духовен феномен. Статията изследва нагласите сред бъдещите педагогически специалисти по актуалната тема: Необходими ли са ограничения за достъпа на децата до социалните мрежи?

Ключови думи: реален и виртуален Аз; социални мрежи; диалектика; социално-емоционални умения

Въведение

Разглеждането на социалните мрежи единствено като технология не е достатъчно, тъй като те функционират като особена форма на социална реалност с дълбоки етични и ценностни измерения. Тази двойственост между технологично и човешко може да бъде осмислена чрез диалектическия принцип, който традиционно противопоставя битие и небитие, видима и невидима реалност. Законодателството в Австралия, забрани акаунти в социалните медии за деца под 16 години, наред с подобни предложения по целия свят, предизвика дебат дали ограниченията, основани на възрастта, са ефективен начин за защита на психичното здраве на младите хора (Fatt, Fardouly, 2025). Подобна дискусия като националната кръгла маса бе организирана от Министерството на образованието и науката в края на 2025 г. на тема „Необходими ли са ограничения за достъпа на деца до социалните мрежи?“[1].

С развитието на технологиите се създадоха възможности за алтернативна реалност, която се явява като сурогат и заместител, достъпен чрез технически средства. Това може да обясни смисъла и съществуването на виртуален сурогат, продуциран от технологията, като съставна част от дуалистичната природа на света. Преживяванията в интернет и социалните мрежи не само разширяват социалните възможности, но и предлагат нови пътища за избор на идентичността и взаимодействие със света.

За да разберем по-добре дълбочината на диалектичното начало, е добре да се обърнем към мислители, които са изследвали тази базисна двойственост на живота. В своето класическо произведение „Държавата“ Платон предлага мита за пещерата, в която хора виждат само сенки и погрешно ги смятат за реалност. Според философа, за да добиеш познание, трябва да напуснеш сетивното и да навлезеш в света на идеите, които са първообразът на всичко (Platon, 2014). Можем да направим аналогия, че хората в пещерата са потопени в обичайния свят, сетивен и зависим от непосредственото преживяване. Светът на идеите често пъти е надсетивен и виртуален, в наши дни до голяма степен опосредстван от технологията. Платоновото разделение може да се използва като ориентир при разграничението на двете реалности – физическа и идейна или виртуална.

В своята философия Кант също следва диалектичния принцип и разделя света на трансцедентален и практически. Светът на природните необходимости и светът на свободата (Kant, 1992), интернет и социалните мрежи носят силни характеристики на изкуствено конструирани реалности, които са освободени от предопределеността на сетивното ни възприятие. Това обяснява интереса към тях и усещането за „свобода“, което дават. Може да се направи още един убедителен паралел – с идеите на големия швейцарски психолог Карл Юнг. Той въвежда идеята за колективното съзнание, геройския път, за силата на трансформацията (Yung, 2023). Социалните мрежи играят ролята на съд за колективното съзнание, в което можем да се впишем героично или поне контролирано, като направим смес между реалния и нашия идеален Аз, който показваме в социалната среда. Можем да изберем различна идентичност, да се покажем в по-добра светлина и да се отъждествим с аспекти на своя идеален Аз. Ползите от това виртуално самочувствие се пренасят и в реалността. Социалните мрежи размиват усещането за време и пространство, а от там – и нашите представи за реалност, определено негативна последица върху децата. В своя публикация Пенка Марчева подчертава, че „акцент трябва да се постави и на съображението, че общуването в „мрежовото общество“ крие риск от нов тип социално отчуждение“ (Marcheva, 2022, p. 342).

Същевременно светът на социалните мрежи е „по-съвършен“ от материалния, изпълнен с красиви и щастливи моменти. Следователно социалните мрежи изпълняват функцията на „идеално пространство“. В крайна сметка,

социалните мрежи не са просто нова технология, а са надграждане на човешкото желание за живот в паралелни светове, възможност за трансцендентно преживяване в друга реалност. Разглеждането на ролята на социалните мрежи през философските конструкти на Платон, Кант и Юнг показва, че социалните мрежи обслужват потребности, които не са напълно нови, колкото и модерна да изглежда технологията. Социалните мрежи и тяхната „идеална реалност" са съвременна версия на духовните светове, които традициите описват от хилядолетия – но вече достъпни чрез технология, а не само чрез ритуал или духовни практики. Причините да говорим толкова често за влиянието на социалните мрежи, е, че те са пример за „потапяща" алтернативна действителност, която крие рискове в себе си, особено за подрастващите. Интернет и в частност социалните мрежи предизвикват визуално и телесно потапяне. В известен смисъл интернет има характеристики, които античните са приписвали на „света на духа". Той е нематериален, символен, илюзорно съвършен и същевременно изпълнен с полезна информация. Социалните мрежи, като едно колективно съзнание, свързват умове, идеи и култури. Вероятно Карл Юнг би го нарекъл цифрово колективно несъзнавано. Особено завладяваща е силата на мигновената комуникация, подобно на телепатия – може да изпратим на мига всяка своя мисъл и идея без пространствено ограничение. Може да се каже, че интернет преживяването е полумистично, защото е извън аналоговото. Това е преживяване, което не е изцяло сетивно, нито изцяло въображаемо. То е синтез между реалност и виртуалност, но без да е фантазия, защото има осезаемо влияние върху реалността, както и обратното. Възникнали конфликти сред децата могат да се пренесат в социалните мрежи и кибернасилие от интернет може да стане реално. Заради всички изброени причини не може да отхвърлим с лека ръка този нов тип пространство, а да го регулираме и балансираме в един здравословен синтез с реалността. Реално-аналогово до нематериално-виртуално, символно, но ефективно. Може да се каже, че интернет функционира като „светопространство" на съвременния човек, който често пъти държи най-съкровените си тайни в телефона. В известна степен интернет изпълнява функции, които преди са били част от: духовни практики и ритуали, мистични преживявания, колективни обединения.

Уместно е да се коментира и приносът на дистанционното обучение по време на пандемията спрямо уменията за самоконтрол на учениците в електронна среда. Бур и Корнелис (2021) предоставят някои прозрения относно саморегулирането по време на извънредно дистанционно обучение, базирани на опита на ученици и учители. Основното им заключение разкрива, че пандемията от COVID-19 е повлияла на саморегулирането по три начина: 1) нарушила е структурата на учебната програма и темпото на обучение, 2) намалила е обратната връзка от учителите и 3) е намалила взаимодействията между ученици и учители (Boor & Cornelisse, 2021).

Въпреки подобни данни технологията продължава да подсилва вечната мечта човек да стане свръхчовек. Ницше в своя идеал за свръхчовека си го представя като способен да надрасте ограниченията на традиционната моралност, стадното мислене и страха от външни авторитети. В този контекст са и разсъжденията на един от първите български психолози – Атанас Илиев, който акцентира върху значението на авторитета в обществения живот и ролята му за формирането на всеки човек (Mavrodiev, 2022). Нима тези идеи не се откриват у съвременния човек, потребител на технологии, които създават в него усещането за свръхсила. Интернет вече е паралелна среда, която ни дава нови възможности за сила, намираме и използваме чужди мисли с лекота, чужди идеи, изображения и всичко, което симулира собствен мисловен процес. Има и още един важен аспект на социалните мрежи и тяхното влияние – че те могат да се разглеждат като виртуална вселена. Мащабът на мрежите променя светогледа на децата и веднъж разбрали за него, те трудно се задоволяват вече само с физическата реалност. Тази ситуация поражда известно напрежение относно поведението на учениците и подчертава необходимостта от контрол върху онлайн поведението им. За изследователи като Young и Tully в ерата на дигиталните медии желанието на подрастващите за свобода и самостоятелност може да влезе в конфликт с родителските или училищните правила за контрол върху използването на социалните мрежи (Young & Tully, 2022).

За да си отговорим на въпроса необходими ли са ограничения за достъпа на децата до социалните мрежи, можем да използваме Хегеловата диалектична структура (теза, антитеза, синтез). Може да приемем за основна теза, че видимият материален свят е най-добрата и основна реалност за децата. Вписването на подрастващия „Аз“ в реалността му носи стабилност, когнитивно, социално и емоционално развитие и благополучие. Физическия свят носи на децата здравословното усещане, че могат да управляват собственото си тяло, а от там – и когнитивните си процеси.

Това се случва, чрез:

– физическо преживяване – мозъкът опознава света;

– знание за естествените логически последици.

В дигитална среда тези умения са силно затруднени – тя дава образ, но не и директно сетивно познание.

Социално-емоционалните компетентности се развиват в отношения с другите.

Аналоговото преживяване учи детето на:

– разбиране емоциите и поведението на другия;

– умения за групово преживяване в игра или учене;

– стимулира самоконтрола в реални ситуации.

Социалните мрежи най-често използват стереотипни изрази на емоции (емотикони, картинки или реакции), това затруднява емпатията и способността да съпреживяваш.

Материалната реалност е по-предвидима.

Децата се нуждаят от граници и сигурност, за да задоволят потребността си от свързаност. В реалния свят границите са устойчиви:

– времето е константа;

– пространството и време са свързани;

– действията имат последици.

Социалните мрежи стимулират неясни граници, пространството и времето не корелират.

Физическата среда подкрепя:

– активната концентрация;

– устойчивост на вниманието.

Социалните мрежи престимулират с ново съдържание и постоянна смяна на стимулите.

Идентичност – децата от най-ранна възраст се вълнуват кои са и какво мислят другите за тях, социалните мрежи дават различно поле за изява и експериментиране в процеса на търсене на идентичност. Ограниченията на реалността отпадат в дигиталната среда и децата могат да бъдат нещо, което в действителност им е трудно или невъзможно.

Показателно е изследването на ученици в средна училищна възраст. Те предоставят множество примери, сравняващи онлайн и офлайн преживяванията по отношение на личния контрол. Например участник отбелязва, че когато използвате социалните медии, „чувствате, че имате повече власт и можете да правите нещата по-лесно, но не е същото в реалния живот“ (West, Rice, Vela-Brodrick, 2025, p. 459).

В социалните мрежи детето може:

– да получи одобрение;

– да проектира своя идеализиран образ;

– да преживява безпокойство от разминаването между реален и виртуален „Аз“.

Училищната физическа среда все още предлага реални роли – ученик, учител, съученик, които ангажират децата към общата реалност.

Особено важна за психическото здраве се явява физическата активност. Тук е един от съвременните проблеми, свързан с намаленото време и пространство за движение на децата. Нарастващите страхове на родителите, свързани с липсващото пространство за безопасна игра и движение в градовете. Тези дефицити удобно се заместват от игрите без движение, които най-често са виртуални и в интернет. Децата имат нужда от движение, което да стимулира психомоторното им развитие и да потушава интелектуалното напрежение, породено от множеството когнитивни усилия. Социалните мрежи се превърнаха в заместител на липсващото пространство за игра.

Физическият свят носеше характеристиките на единствената и истинска реалност, но това изтече и сега светът е изкушен да разшири сферата

си на влияние, като надгражда физическата аналогова реалност с виртуална.

Антитезата е, че интернет и виртуалното преживяване, което го съпътства, служат като инструмент за преодоляване на множество ограничения от физическия свят. Интернет и неговите производни, в това число и социалните мрежи, са основно поле за развитие на виртуалния „Аз“, който става все позначима част от нашия социален „Аз“. Ситуацията при децата е идентична, даже при по-новите Алфа поколения значимостта на виртуалния „Аз“ се конкурира с физическия „Аз“. Антитезата не бива да се опростява, защото социалните мрежи не са просто технологично явление, а сложен социален феномен. Този социален феномен променя много активно възприятията за света на подрастващите, като им предлага алтернативни ценности, които невинаги са в синхрон с реалността. Виртуалният „Аз“ допълва социалният „Аз“ и му дава поле за изява и се явява компенсация на ограниченията в аналоговия свят. В социалните мрежи можеш да откриеш нови форми на идентичност, които са недостъпни за всички в аналоговата реалност. Антитезата може да бъде защитена и чрез разбирането, че виртуалното пространство не е просто бягство от реалността, а форма на разширяване на човешкия опит. Интернет позволява преодоляване на ограниченията, наложени от телесността, географското положение, социалния статус и дори възрастта. В дигиталната среда детето може да бъде чуто, видяно и разпознато по начин, който често му е отказан в аналоговата реалност. Това превръща социалните мрежи в пространство на символично равенство, в което гласът има по-голяма тежест от физическото присъствие. Особена сила има идеята, че виртуалният „Аз“ създава условия за експериментиране с идентичността в една илюзорно „защитена среда“. Децата опитват различни роли и модели на поведение, които не са достъпни за тях и тяхната възраст в реалния свят.

В проучване става ясно, че както момчетата, така и момичетата използват социалните мрежи, за да се опитат да имат пари и успех. Това понякога се случва чрез качване на коментари или екстремни видеоклипове, насочени към получаване на колкото се може повече харесвания (de Felice et al., 2022).

В този смисъл социалните мрежи силно напомнят на играта, която има ролята на репетиция за реалния социален живот. Знаем, че един от основните етапи на психическото развитие е свързан със задоволяване на потребността от свързаност, нещо, което често пъти е дефицит в семейството и се компенсира чрез социалните мрежи. Антитезата приема, че виртуалността и произтичащата от нея култура формират нов тип компетентности. Днешните поколения са забързани и развиват умения за общуване в символна среда и бърза обработка на информация. Многото информация създава нужда от скоростна обработка и архивиране на айтемите чрез помощта и на социалните мрежи. В този смисъл виртуалният Аз надгражда и допълва физическия. Социалните

мрежи са вид компенсация в един динамично променящ се свят на стимули и непрестанни заявки за учене (съзнавано и преобладаващо несъзнавано). Има проучвания, които доказват, че опасното съдържание в социалните мрежи може да провокира девиантно или делинквентно поведение, особено сред подрастващите (Feshchenko et al., 2020).

Синтез. За да следваме диалектичната логика, трябва да се помисли за обединението на тезата и антитезата в синтез на нещо качествено ново, което е носител на промяна. Синтезът е обединението между физическия и виртуалния свят, между човека и технологията. Тук е уместно да спомена и концепцията за Образование 5.0, която е връзката между човека и технологиите като негова подкрепа, а не като заместител. Споменаването на технологиите и произтичащите от тях социални мрежи звучи до известна степен трансхуманистично, но ако се вгледаме в обичайната двойственост на света, ще си дадем сметка, че появата на социалните мрежи като феномен не е случайна и тази поява запълва празнини, които зейнаха в социалната тъкан. Особено чувствителни към тези социални промени се оказаха децата и подрастващите и те до голяма степен плащат цената на този синтез и преход в процеса на обединение между човека и технологията.

Стремежът на технологиите е да материализират идеята за алтернативни светове, рискът за децата е размиването между реално и виртуално. Предизвикателството е да осъществим синтеза между физическия и виртуалния свят по възможно най-щадящ и адекватен начин. Ограниченията безспорно са част от този начин, но знаем, че човечеството няма да спре своето развитие и стремеж към разширяване на своите сили и способности. Добре е да не заклеймяваме дигиталния свят като радикално отклонение, а просто като надграждане желанието на човека да развива своите възможности. Синтезът не бива да изключва феномена, че чрез социалните мрежи човек съзнателно участва в конструирането на своя идеален образ. В този смисъл синтезът не е въпрос на забрани, а на алтернативи, които създават нови възможности за реалния „Аз“ – такива, които изгубихме в презастроеното и урбанизирано градско пространство, лишено от свобода на движение и изпълнено със страховете на родителите как оцеляват децата им в тази пренаселена улица. И тук е честно да се признае, че много родители насърчават децата си да прекарват време в „безопасния интернет“ и социалните мрежи, далеч от автомобили, непознати и градски рискове.

Важно е да се осъзнае, че от психолого-педагогическа гледна точка синтезът е безопасната връзка между двата свята. Вместо противопоставяне между „реално“ и „виртуално“. Основната реалност на физическия свят трябва да остане водеща, но е наивно да си мислим, че ограничавайки социалните мрежи, те ще спрат да вълнуват подрастващите. Синтезът не означава просто забрана, а съзнателно изграждане на здравословни връзки с посредничест-

вото на училището и обществото и всички значими възрастни. Синтезът, на първо място, е свързан с отговорността. Ако приемем, че социалните мрежи вече са неизменна част от социалното общуване, тогава забраната им е форма на педагогическо отстъпление. В този смисъл училището е ключов фактор за поддържане на равновесие между свобода и регулация, тъй като то е не просто място за усвояване на знания, а социална реалност, в която се формират граници и отговорности. Както отбелязва Кисьова, „Планирането на начина на работа, обучението или лечението е изключително индивидуално и насочено към личността“ (Kisyova, 2022, p. 117).

Постановка на емпиричното изследване

Настоящото проучване има за цел да изследва преобладаващите нагласи сред бъдещи педагогически и психологически специалисти относно употребата на социалните мрежи от ученици, както и отношението им спрямо налагането на регулации в дигиталната среда. Изследването се стреми да допълни философско-педагогическата рамка на анализа с емпирични данни, които да подкрепят диалектичния модел „реален – виртуален „Аз“. Изследването е проведено в онлайн среда чрез платформата Google Forms, а събраните данни са статистически обработени с IBM SPSS Statistics**.**

Извадка

В изследването вземат участие общо 201 студенти, обучаващи се в специалности, сред които: предучилищна и начална педагогика, специална и социална педагогика, специална и училищна психология, учител по… и други педагогически направления. Респондентите се обучават в различни български университети като: ВТУ „Св. св. Кирил и Методий“, СУ „Климент Охридски“, Шуменски университет „Епископ Константин Преславски“, Нов български университет, УНСС, което осигурява относителна хетерогенност на извадката и позволява обобщаване на резултатите в рамките на бъдещата педагогическа и психологическа практика.

Инструмент

За целите на изследването е създаден ad hoc онлайн анкетен въпросник, съдържащ демографски въпроси и серия от твърдения, оценявани по 5-степенна Ликертова скала – от „напълно несъгласен“ до „напълно съгласен“. Изследването е проведено през януари месец 2026 г. Твърденията са насочени към:

– времето, което учениците прекарват в социалните мрежи;

– влиянието на социалните мрежи върху детската идентичност;

– необходимостта от законови и институционални ограничения;

– ролята на училището и родителите като регулатори на дигиталното поведение.

Метод на статистическа обработка

Данните са обработени чрез описателна статистика (честоти, проценти, средни стойности), както и чрез еднофакторен дисперсионен анализ (One-Way ANOVA) с цел установяване на различия в нагласите в зависимост от специалността на обучение. Нивото на статистическа значимост е прието за $p < .05$.

Резултати от изследването

Анализът на данните показва ясно доминиращо съгласие сред студентите с твърдението, че децата прекарват прекомерно много време в социалните мрежи. Над 70% от студентите изразяват позиция „съгласен съм“ или „напълно съм съгласен“, което очертава широко осъзнаване за значимостта на социалните мрежи още от детска възраст. Този резултат подкрепя тезата, че виртуалната реалност все по-често е алтернатива на физическата като основно поле на преживяване, социализация и формиране на идентичност.

Таблица 1. Нагласи на студентите относно употребата на социалните мрежи от деца (N = 201)

Твърдение	Напълно съм съгласен	Съгласен	Не мога да преценя	Не съм съгласен	Напълно не съм съгласен
Децата прекарват прекалено много време в социалните мрежи	38.3%	33.1%	14.4%	9.5%	4.7%
Социалните мрежи оказват силно влияние върху формирането на детската идентичност	35.8%	36.6%	15.0%	8.1%	4.5%
Подкрепям законови ограничения за използването на социалните мрежи от деца	27.4%	34.8%	18.9%	12.4%	6.5%
Ограничаването на мобилните телефони в училище е необходимо	41.2%	32.6%	13.7%	7.9%	4.6%

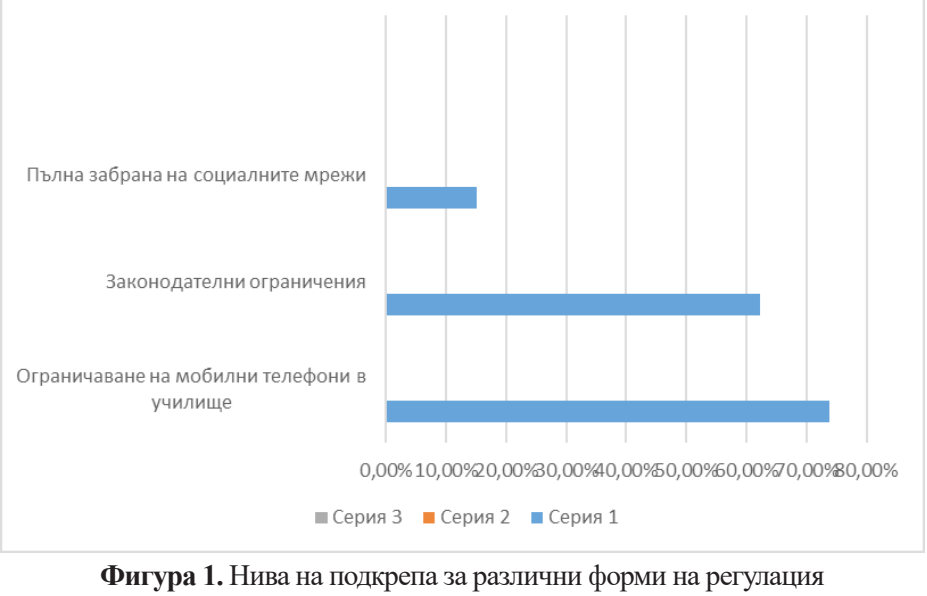
Отношение към регулации и ограничения

По отношение на твърдението „Подкрепям законови ограничения за използването на социалните мрежи от деца“ се наблюдава умерена, но ясно изразена подкрепа. Преобладават позициите „по-скоро съгласен“ и „съгласен“, като крайните позиции за пълна забрана са слабо застъпени. Това показва, че бъдещите педагози и психолози не възприемат социалните мрежи като еднозначно негативен феномен, а по-скоро като среда, която изисква педагогическа регулация, възрастова чувствителност и институционален контрол.

Таблица 2. Степен на подкрепа за различни форми на регулация (%)

Форма на регулация	Подкрепа (Съгласен + Напълно съгласен)	Неутрална позиция	Не подкрепям
Законодателни ограничения	62,2%	18,9%	18,9%
Ограничаване на мобилни телефони в училище	73.8%	13,7%	12,5%
Пълна забрана на социалните мрежи	ниска (под 15%)*	–	–

* Данните се извеждат индиректно от разпределението на крайните отговори.



Фигура 1. Нива на подкрепа за различни форми на регулация на социалните мрежи (%)

Във фигура 1 се визуализират различните нива на подкрепа за формите на ограничения на социалните мрежи сред анкетираните студенти. С най-широка подкрепа се ползва идеята за ограничаване употребата на мобилните телефони в училище (73.8%), следвано от очакванията за законодателни ограничения в тази посока (62.2%). От друга страна, мнозинството от запитаните студенти не са застъпници на пълната забрана на социалните мрежи, твърдите позиции са под 15%, което показва, че респондентите търсят синтез между рискове и ползи от употребата на социалните мрежи.

Ограничения на мобилните устройства в училище

При твърдението „Мобилните телефони трябва да се ограничат или забранят в училище" се наблюдава по-висока степен на съгласие. Най-голям дял заемат отговорите „съгласен съм" и „напълно съм съгласен", което очертава ясното разбиране, че училището е пространство за реалната социализация, концентрация и физическо присъствие**.** Крайните позиции за тотална забрана са по-слабо застъпени, което отново насочва към търсенето на баланс между контрол и свобода**,** а не към рестриктивни мерки.

Анализ на различията (One-Way ANOVA)

С цел да се провери дали нагласите към законовите ограничения се различават в зависимост от специалността на обучение, беше проведен еднофакторен дисперсионен анализ. Резултатите показват, че не се установяват статистически значими различия между студентите от различни специалности *(F(3,197) = 1.27, p = .182)*. Липсата на значим ефект показва хомогенност на нагласите, независимо от професионалната ориентация на респондентите. Това предполага наличие на споделено социално и педагогическо разбиране относно рисковете и предизвикателствата на дигиталната среда.

Дискусия

Емпиричните данни ясно показват, че бъдещите педагогически специалисти осъзнават естествената диалектическа връзка между реалния и виртуалния Аз в детското развитие. Ключово се явява възприемането на социалните мрежи едновременно като пространство на възможности и като среда, изискваща педагогическа регулация. Резултатите са в пряка корелация с философско-педагогическата рамка на изследването, според която виртуалното пространство функционира като „идеална реалност" – компенсаторна, но и потенциално рискова за формирането на стабилна идентичност. Резултатите от изследването кореспондират с диалектическия кръг на Хегел. Ако тезата е необходимостта от физическа активност, а антитезата е неизбежното потапяне във виртуалния Аз, то нагласите на изследваните студенти сочат към един практичен синтез. Липсата на крайни позиции за тотална забрана, съчетана с високата подкрепа за

училищна регулация, показва, че бъдещите специалисти не виждат решението в забраната на социалните мрежи, а в активното посредничество на училището. По този начин ‚виртуалният сурогат' не бива отричан, а интегриран в една нова, качествено различна педагогическа реалност, която балансира между сигурността на аналоговия свят и свободата на дигиталното пространство. Важно е да си даваме сметка, че можем да правим аналогия със социалните мрежи като съвременна Платонова пещера. Виртуалното преживяване има характеристики на реалност, но невинаги има пряка връзка с физическия свят. Така погледнато, регулацията се явява не само като ограничение, а и като усилие да се подкрепят подрастващите във връзката им със света.

Заключение

Проучването потвърждава необходимостта от балансиран синтез между физическата и виртуалната реалност. Подкрепата за ограничения не е израз на отричане на дигиталния свят, а стремеж към отговорно управление на образователната среда. Виртуалната среда вече е неизменна част от социалното общуване. Емпиричните резултати подкрепят разбирането, че задачата на образованието не е да изключва виртуалния Аз, а да го интегрира по начин, който запазва водещата роля на реалния опит и социално-емоционалното взаимодействие. Особено значима е позицията на Дамянов, според когото „приобщаващото образование изисква осъзнаване на културната идентичност на учениците като фактор за пълноценното им участие в училищната среда" (Damyanov, 2024), което подкрепя разбирането, че регулациите в дигиталната среда следва да бъдат педагогически осмислени и съобразени с индивидуалните и социалните характеристики на детето. В този контекст е важно при предлагането на забрани да се отчита каква алтернатива ще канализира освободената енергия. Съществен ракурс представлява ролята на училището като фактор за регулация и за предлагане на алтернативни модели на поведение, които са значими за учениците и изпълват със съдържание престоя им в училищната среда. Училището има потенциала да бъде място за смислено преживяване, а не единствено територия за формално усвояване на знания. В този смисъл регулациите следва да бъдат придружени от цялостен училищен подход за постигане на баланс между дигиталната и аналогова реалност.

БЕЛЕЖКИ

1. https://www.bta.bg/bg/news/lik/1011716-ministerstvoto-na-obrazovanieto-initsiira-diskusiya-za-ogranichavane-na-sotsialn (посетен на 05.01.2026 г.).

ЛИТЕРАТУРА

Дамянов, К. (2024). *Приобщаващо образование и културна идентичност при учениците от ромски произход в училищна среда.* Св. Климент Охридски.

Кант, И. (1992). *Критика на чистия разум.* Издателство на БАН. ISBN 954-430-076-7.

Кисьова, Л. (2022). *Приобщаващо образование и ресурсна подкрепа: ключови принципи за приобщаваща училищна практика.* София: Университетско издателство.

Мавродиев, С. (2022). *Психо-анализата в България до 40-те години на XX век.* Паисий Хилендарски.

Марчева, П. 2022. *За някои аспекти на музикалнообразователния процес в българското училище – традиции и съвременност*. Астарта.

Платон. (2014). *Държавата*. Изток –Запад. ISBN 978-619-152-513-3.

Юнг, К. (2023). *Съвременният човек в търсене на душа.* Леге Артис.

Boor, I & Cornelisse, S. (2021). How to Encourage Online Self-regulation of Students. *Communications of the Association for Information Systems*, (48), 211 – 217.

De Felice, Burai, G., Mari, J., Paloni, E., Lauzi, F., Giannini, G., M. & Quaglieri, A. (2022). How do adolescents use social networks and what are the potential dangers? A qualitative study of gender differences. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, *19*(9), 5691. https://doi.org/10.3390/ijerph19095691.

Fatt, S., Fardouly, J. (2025). Debate: Social media in children and young people – time for a ban? Weighing up the implications and limitations of age-based social media restrictions. *Child Adolesc Ment Health, 30*(4), 414 – 415. doi: 10.1111/camh.70034.

Feshchenko, A & Matsuta, V., Mundrievskaya, J. & Peshkovskaya, A & Goiko, V. (2020). *Psychological safety on social networks: a search for dangerous content and its consumers.* 5228 – 5238.

West, M., Rice, S. & Vella-Brodrick, D. (2025). Social media use in mid-adolescence: Autonomy support and suppression. *Journal of Adolescent Research, 40*(2), 448 – 482. https://doi.org/10.1177/07435584231168402.

Young, R. & Tully, M. (2022). Autonomy vs. control: Associations among parental mediation, perceived parenting styles, and U.S. adolescents' risky online experiences. *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace, 16*(2). https://doi.org/10.5817/CP2022-2-5.

REFERENCES

Boor, I & Cornelisse, S. (2021). How to Encourage Online Self-regulation of Students. *Communications of the Association for Information Systems*, (48), 211 – 217.

Damyanov, K. 2024. *Priobshtavashto obrazovanie i kulturna identichnost pri uchenitsite ot romski proizhod v uchilishtna sreda*. Sv. Kliment Ohridski.

De Felice, Burai, G., Mari, J., Paloni, E., Lauzi, F., Giannini, G., M. & Quaglieri, A. (2022). How do adolescents use social networks and what are the potential dangers? A qualitative study of gender differences. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, *19*(9), 5691. https://doi.org/10.3390/ijerph19095691.

Fatt, S., Fardouly, J. (2025). Debate: Social media in children and young people – time for a ban? Weighing up the implications and limitations of age-based social media restrictions. *Child Adolesc Ment Health, 30*(4), 414 – 415. doi: 10.1111/camh.70034.

Feshchenko, A & Matsuta, V., Mundrievskaya, J. & Peshkovskaya, A & Goiko, V. (2020). psychological safety on social networks: a search for dangerous content and its consumers. 5228 – 5238.

Kant, I. (1992). *Kritika na chistiya razum*. Izdatelstvo na BAN.

Kisyova, L. **(**2022). *Inclusive education and resource support: key principles for inclusive school practice.* Sofia University Press.

Mavrodiev, S. (2022). *Psiho-analizata v Balgariya do 40-te godini na XX vek*. Paisii Hilendarski University Publishing House.

Marcheva, P. (2022). *Za nyakoi aspekti na muzikalnoobrazovatelniya protses v balgarskoto uchilishte – traditsii i savremennost*. Astarta.

Platon. (2014). *Darzhavata*. Iztok–Zapad.

Yung, K. (2023). *Savremenniyat chovek v tarsene na dusha*. Lege Artis.

West, M., Rice, S. & Vella-Brodrick, D. (2025). Social media use in mid-adolescence: Autonomy support and suppression. *Journal of Adolescent Research, 40*(2), 448 – 482. https://doi.org/10.1177/07435584231168402.

Young, R., & Tully, M. (2022). Autonomy vs. control: Associations among parental mediation, perceived parenting styles, and U.S. adolescents' risky online experiences. *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace, 16*(2). https://doi.org/10.5817/CP2022-2-5.

DIALECTIC OF PROHIBITION AND FREEDOM: SOCIAL NETWORKS AND THE NEED FOR REGULATION OF THE STUDENT'S VIRTUAL SELF

Abstract. Modern children live simultaneously in two worlds: physical – analog, material, sensory, and digital – immaterial, virtual, symbolic. This dualistic existence is as natural to modern man as it was to ancient man to live between the physical and spiritual worlds. This modern reality is a pedagogical, philosophical and spiritual phenomenon. The article examines the attitudes among future pedagogical specialists on the current topic: Are restrictions necessary for children's access to social networks?

Keywords: real and virtual self; social networks; dialectics; social-emotional skills

✉ **Dr. Alexander Krastev**
ORCID iD: 0000-0002-6136-011X
WoS Researcher ID: JSK-4664-2023
Pedagogical College – Pleven
St. Cyril and St. Methodius University of Veliko Tarnovo
Pleven, Bulgaria
E-mail: a.crustev@ts.uni-vt.bg