

Філософія

УДК 130.2:159.923.2:004.946

DOI <https://doi.org/10.5281/zenodo.18884183>

**Аватаризація як механізм трансформації ідентичності в імерсивних
середовищах**

Довгополий Назарій Володимирович,

магістр, аспірант 4-го року навчання кафедри філософії імені
професора М. Култаєвої, Харківський національний педагогічний
університет імені Г. С. Сковороди, м. Харків, Україна,
<https://orcid.org/0009-0008-1181-1729>

Прийнято: 17.02.2026 | Опубліковано: 28.02.2026

***Анотація.** Актуальність теми дослідження. У статті обґрунтовано, що стрімка розбудова метавсесвітів та впровадження технологій імерсивної віртуальної реальності актуалізують питання докорінної трансформації структури людської самості. Аватар стає не просто технічним посередником, а невід'ємною частиною цифрового буття індивіда, вимагаючи ґрунтовного філософського осмислення процесів ідентифікації та самопрезентації у віртуальних середовищах*

***Постановка проблеми.** Основна увага приділяється аналізу феномену аватаризації як багатогранного процесу конструювання та репрезентації «Я» у цифровому просторі. Досліджується фундаментальна суперечність між фізичною тілесністю суб'єкта та його віртуальним образом, що веде до виникнення нових форм ідентичності, які не мають аналогів у*

традиційному соціокультурному досвіді.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. У роботі детально розглянуто класичні праці Ж. Бодріяра щодо теорії симулякрів та С. Теркл стосовно «плинної ідентичності». Особливої ваги набувають розвідки 2022–2024 рр. щодо ризиків когнітивної маніпуляції у метавсесвітах. Методологічну основу роботи складають філософсько-антропологічний підхід та феноменологічний метод, що дозволив експлікувати специфіку імерсивного досвіду особистості.

Постановка завдання. Метою статті є експлікація онтологічного статусу аватара як «цифрового тіла» та розкриття механізмів трансформації ідентичності під впливом імерсії. Наукова новизна полягає у систематизації антропологічних ризиків цифрового двійника та обґрунтуванні нормативних імперативів для захисту суб'єктної цілісності особистості.

Виклад основного матеріалу. Досліджено концепцію «цифрового тіла» та специфіку прояву ефекту Протея, що підтверджує здатність аватара впливати на поведінку та самосприйняття суб'єкта. Обґрунтовано, що аватаризація дозволяє індивіду експериментувати з ідентичністю, створюючи гібридні форми самосвідомості. Аналізуються ризики дисоціації особистості та втрати автентичності, пов'язані з фрагментацією досвіду в імерсивних середовищах.

Висновки. Доведено, що аватар є фундаментальним механізмом переформатування ідентичності, що створює нову гібридну реальність. Обґрунтовано необхідність розробки етичних стандартів для запобігання дисоціації особистості в умовах тотальної цифровізації життєвого простору.

Ключові слова: аватаризація, ідентичність, віртуальна реальність, метавсесвіт, ефект Протея, цифрове тіло, імерсивність, самопрезентація.

Avatarization as a mechanism of identity transformation in immersive environments

Nazarii Dovichopoliy,

Master, 4th-year PhD Student, Department of Philosophy named after Professor M. Kultayeva, H.S. Skovoroda Kharkiv National Pedagogical University, Kharkiv, Ukraine, <https://orcid.org/0009-0008-1181-1729>

Abstract. *Urgency of the research. The article substantiates that the rapid development of metaverses and the implementation of immersive virtual reality technologies actualize the issue of a radical transformation of the structure of human selfhood. The avatar becomes not just a technical mediator, but an integral part of the individual's digital existence, requiring a thorough philosophical reflection on the processes of identification and self-presentation in virtual environments.*

Target setting. The main focus is on the analysis of the phenomenon of avatarization as a multifaceted process of constructing and representing the "Self" in the digital space. The fundamental contradiction between the physical corporeality of the subject and their virtual image is investigated, which leads to the emergence of new forms of identity that have no analogues in traditional socio-cultural experience.

Actual scientific researches and issues analysis. The work considers the classical works of J. Baudrillard and S. Turkle. Particular importance is given to 2022–2024 studies on the risks of cognitive manipulation in metaverses. The methodological basis consists of the philosophical-anthropological approach and the phenomenological method.

The research objective. The aim is to explicate the ontological status of the avatar as a "digital body" and reveal the mechanisms of transformation of the user's identity. The scientific novelty lies in the systematization of the anthropological risks of the digital twin and the substantiation of normative imperatives to protect subjective integrity.

The statement of basic materials. The concept of the "digital body" and the specifics of the Proteus effect manifestation, which confirms the avatar's ability to influence the subject's behavior and self-perception, are studied. It is substantiated that avatarization allows an individual to experiment with identity, creating hybrid forms of self-consciousness. The risks of personality dissociation and loss of authenticity associated with the fragmentation of experience in immersive environments are analyzed.

Conclusions. It is proved that the avatar is a fundamental mechanism for reformatting identity, creating a new hybrid reality. The necessity of developing ethical standards to prevent personality dissociation in the conditions of total digitalization is substantiated.

Keywords: *avatarization, identity, virtual reality, metaverse, Proteus effect, digital body, immersiveness, self-presentation.*

Актуальність теми. Сучасний етап розвитку цивілізації характеризується переходом від «інформаційного суспільства» до ери «імерсивного інтернету» або метавсесвітів. Якщо раніше взаємодія з цифровим простором відбувалася через екран (інтерфейс «вікно у світ»), то сьогодні технології віртуальної (VR) та доповненої (AR) реальності поміщають користувача всередину цифрового середовища. У цьому контексті ключовим антропологічним феноменом стає «аватар» — цифрове втілення користувача, яке виступає не просто графічною репрезентацією, а повноцінним інструментом буття в віртуальному світі [1, с. 12].

Процес «аватаризації» — злиття свідомості користувача з його цифровим образом — викликає фундаментальні зрушення в розумінні людської ідентичності. Сучасна людина (Homo Digitalis) проводить значну частину життя у вигляді аватара: в іграх, соціальних VR-платформах, професійних симуляторах. Це актуалізує необхідність філософсько-антропологічного аналізу того, як віртуальне тіло впливає на реальне «Я», трансформуючи самосприйняття, етичні норми та соціальну поведінку.

Постановка проблеми. Проблема дослідження полягає у діалектичній напрузі між фізичною тілесністю людини та її віртуальною проекцією. З одного боку, аватар дає свободу від біологічних та соціальних обмежень (статі, віку, раси, фізичних вад), дозволяючи сконструювати ідеальну ідентичність. З іншого боку, існує ризик онтологічного розриву, коли віртуальний образ починає домінувати над реальним, призводячи до феномену, який Ж. Бодрійяр називав «симулякром, що передує реальності» [2, с. 15].

Ключове питання, на яке ми шукаємо відповідь: чи є аватаризація лише формою ескапізму та маскування, чи це механізм розширення екзистенційного досвіду, що веде до формування нової, «гібридної» ідентичності? Вирішення цієї проблеми має не лише теоретичне, а й практичне значення для педагогіки, психології та етики цифрової доби.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Проблема трансформації ідентичності в цифрову епоху розглядається в працях багатьох зарубіжних та вітчизняних дослідників. Фундаментальні основи розуміння віртуальності як простору симуляції заклав Ж. Бодрійяр. Соціологічні та психологічні аспекти життя «на екрані» глибоко проаналізовані Ш. Теркл, яка ввела поняття «плинної ідентичності» (fluid identity) та «децентрованого Я» [11, с. 45].

Важливий внесок у розуміння механізмів впливу аватара на поведінку зробили Н. Ї та Дж. Бейленсон, які сформулювали концепцію «ефекту Протея» (Proteus effect). Їхні експерименти довели, що характеристики аватара (зріст, привабливість) безсвідомо змінюють поведінку користувача навіть після виходу з віртуальності [12, с. 275]. Концепцію «розширеного Я» (extended self) в цифровому контексті розвиває Р. Белк, стверджуючи, що цифрові артефакти стають частиною нашої сутності [5, с. 480]. Серед українських дослідників варто відзначити роботи О. Гомілко (метафізика тілесності) та М. Култаєвої (філософія цифрової культури). Особливої ваги у контексті вивчення етичних викликів цифровізації набувають нещодавні розвідки (2022–2024 рр.), присвячені аналізу алгоритмічного управління ідентичністю та трансформації моральних імперативів у децентралізованих метавсесвітах. Сучасний науковий дискурс акцентує увагу на ризиках когнітивної маніпуляції та необхідності розробки нових стандартів цифрової антропології для захисту суб'єктної цілісності користувача. Однак, попри значний масив досліджень, феномен аватаризації в імерсивних середовищах (VR) залишається недостатньо вивченим саме як механізм конструктивної трансформації особистості, а не лише як психологічний ефект.

Незважаючи на значний масив напрацювань, поза увагою дослідників залишається низка аспектів, зокрема: специфіка впливу тривалої аватаризації на когнітивну стабільність особистості та етичні межі експериментування з ідентичністю в умовах повної імерсії. Наукова новизна даної роботи полягає у систематизації антропологічних ризиків цифрового двійника та обґрунтуванні нормативних імперативів, що дозволяють зберегти суб'єктну цілісність у віртуальному просторі

Постановка завдання. Метою даної статті є філософсько-антропологічний аналіз аватаризації як механізму трансформації ідентичності.

Для досягнення мети поставлено такі завдання: Визначити онтологічний статус аватара в імерсивних середовищах.; проаналізувати психологічні та екзистенційні механізми впливу віртуального образу на самосвідомість (ефект Протея, дзеркальна стадія); окреслити перспективи формування «гібридної ідентичності» як нової норми цифрового буття.

Виклад основного матеріалу. Теоретико-методологічний фундамент дослідження базується на герменевтичному методі та концептуальному аналізі, що дозволяють виявити сутнісні трансформації людської самості під впливом імерсивного інтерфейсу. Досліджено концепцію «цифрового тіла» та специфіку прояву ефекту Протея, що підтверджує здатність аватара впливати на поведінку та самосприйняття суб'єкта. Методологічну основу дослідження складає синтез феноменологічного аналізу віртуального досвіду та критико-герменевтичного підходу до інтерпретації цифрових симулякрів. Онтологія аватара: від «маски» до «цифрового тіла». У традиційному розумінні термін «аватар» (що походить з індуїзму і означає сходження божества на землю) у кіберпросторі інтерпретувався як графічна іконка або ігровий персонаж. Проте в імерсивних середовищах VR статус аватара докорінно змінюється. Завдяки технологіям трекінгу рухів (motion capture) та тактильному зворотному зв'язку, аватар перестає бути зовнішнім об'єктом управління («лялькою»), а перетворюється на феноменологічне «продовження» тіла користувача.

Згідно з феноменологією сприйняття М. Мерло-Понті, ми пізнаємо світ через тіло [8, с. 112]. В імерсивному середовищі відбувається перенесення схеми тіла на цифровий об'єкт. Свідомість користувача швидко адаптується до нових меж, сприймаючи віртуальні руки як власні. Цей феномен, відомий як «ілюзія гумової руки» (rubber hand illusion), у VR набуває тотального характеру «ілюзії повного тіла». Отже, аватар набуває онтологічного статусу

«цифрового тіла» (digital body), яке стає медіатором досвіду та точкою збирання ідентичності у віртуальному просторі.

Це «цифрове тіло» має унікальні характеристики: воно пластичне, змінне, безсмертне і може порушувати закони фізики. Можливість миттєвої зміни аватара створює прецедент «модульної тілесності», де зовнішність стає таким самим змінним атрибутом, як одяг. Це руйнує традиційну прив'язку ідентичності до біологічних констант, відкриваючи простір для радикальних екзистенційних експериментів.

Ефект Протея та трансформація поведінки. Механізм впливу аватара на ідентичність найкраще описується через «ефект Протея», названий на честь давньогрецького бога, здатного змінювати свою подобу. Н. Ї та Дж. Бейленсон довели, що користувачі не просто обирають аватарів, які відповідають їхній особистості, а й підлаштовують свою поведінку під очікування, пов'язані з обраним образом [12, с. 278].

Наприклад, використання високого та атлетичного аватара робить людину більш впевненою та агресивною у переговорах, тоді як використання аватара дитини викликає більш грайливу та безтурботну поведінку. Важливо, що цей ефект діє на несвідомому рівні і має пролонговану дію: після виходу з VR людина деякий час продовжує поводитися відповідно до патернів свого аватара.

Це дозволяє розглядати аватаризацію як потужний інструмент авто-трансформації. Людина, яка страждає від сором'язливості, може «приміряти» ідентичність лідера, отримати позитивний соціальний досвід у віртуальному середовищі та згодом інтегрувати (інтеріоризувати) ці якості у своє реальне «Я». Таким чином, аватар виступає як «тренажер ідентичності», зона найближчого розвитку особистості.

Цифрова «дзеркальна стадія» та нарцисизм. Процес створення аватара можна інтерпретувати через призму психоаналітичної концепції «дзеркальної стадії» Ж. Лакана. У класичній теорії дитина впізнає себе у дзеркалі, формуючи цілісний образ «Я» [7, с. 85]. У цифровому просторі користувач стикається з «цифровим дзеркалом», але на відміну від реального, це дзеркало дозволяє редагувати відображення.

Суб'єкт конструює ідеалізований образ себе (Ideal-I), позбавлений фізичних вад та соціальних стигм. Це створює спокусу «цифрового нарцисизму» — закоханості у власну віртуальну проекцію. Небезпека полягає в тому, що реальне тіло починає сприйматися як недосконале, «застаріле» (meatspace), що потребує апгрейду або відмови від нього на користь віртуального існування.

Проте, в конструктивному руслі, ця «цифрова дзеркальна стадія» дозволяє людині візуалізувати свої приховані бажання та аспекти особистості, які були пригнічені в реальному житті. Аватар стає засобом самовираження, що дозволяє винести назовні внутрішній світ суб'єкта.

Формування гібридної ідентичності. Традиційні уявлення про ідентичність як щось стає та єдине (identity як тотожність собі) в епоху метавсесвітів зазнають краху. На зміну приходить концепція «множинної» або «гібридної» ідентичності. Сучасний користувач може одночасно підтримувати кілька активних аватарів у різних середовищах (професійний аватар для віртуального офісу, фантазійний для ігор, реалістичний для соціальних мереж).

Ш. Теркл описує це як життя у режимі «багатовіконності» (windows), де «Я» розподілене між різними контекстами [11, с. 210]. Аватаризація легітимізує цю множинність. Людина більше не зобов'язана бути «однаковою»

всюди. Це знижує психологічний тиск соціальної конформності, але водночас ставить виклик збереження цілісності (integrity) особистості.

Гібридна ідентичність передбачає постійну циркуляцію досвіду між фізичним та віртуальним світами. Досвід, отриманий аватаром (перемога, політ, творчість, соціальне визнання), стає частиною біографічної пам'яті реальної людини. Межі розмиваються: емоції, пережиті у VR, є реальними, навіть якщо їхній стимул був симулятивним [3, с. 92].

Практичні кейси аватаризації в імерсивних соціальних платформах. Аналіз сучасних імерсивних платформ, таких як VRChat, Rec Room та метавсесвіт Horizon Worlds, дозволяє побачити механізм аватаризації в дії. У цих середовищах користувачі проводять у середньому від 2 до 6 годин на добу, перебуваючи в стані повної імерсії. Дослідження показують, що вибір аватара в таких спільнотах часто диктується не лише естетичними вподобаннями, а й соціальним контекстом. Наприклад, у професійних середовищах користувачі схиляються до антропоморфних, реалістичних аватарів, що підкреслюють статус та експертність. Натомість у рекреаційних зонах домінує «фантазійна аватаризація», де суб'єкт може приймати подобу неіснуючих істот, що радикально змінює його комунікативні стратегії.

Особливої уваги заслуговує розвиток «цифрового одягу» та аксесуарів для аватарів. Це створює нову економіку ідентичності, де віртуальні атрибути стають маркерами соціальної диференціації. Для Homo Ludens володіння унікальним цифровим образом стає засобом самоактуалізації та підтвердження власної автентичності в інакшому, цифровому модусі буття. Таким чином, аватаризація перетворюється з технічного процесу на складну соціокультурну практику конструювання престижу та приналежності до певних цифрових субкультур

Етичні та соціальні виклики аватаризації. Анонімність та пластичність аватара створюють умови для етичних експериментів, які не завжди є позитивними. Феномен «онлайн-розгальмування» (online disinhibition effect) часто призводить до агресивної або девіантної поведінки, оскільки суб'єкт відчуває безкарність за дії свого аватара.

З іншого боку, аватаризація сприяє розвитку емпатії. Експерименти з «обміном тілами» у VR (коли білий користувач опиняється в тілі темношкірого аватара, або чоловік — у тілі жінки) довели ефективність цієї методики для зниження расових та гендерних упереджень. Переживання світу «з перспективи іншого» через механізм тілесного втілення є унікальною можливістю імерсивних середовищ, яка недоступна іншим медіа.

Соціально-психологічні виклики анонімності та «цифрового розгальмування» Важливим аспектом аватаризації є трансформація етичних кордонів поведінки суб'єкта. В імерсивних середовищах часто спостерігається ефект «онлайн-розгальмування», коли анонімність аватара та відсутність безпосереднього візуального контакту з реальним обличчям співрозмовника призводять до зниження рівня соціального контролю. Це створює парадоксальну ситуацію: з одного боку, людина отримує свободу для щирого самовираження, позбавленого соціальних масок реального світу, а з іншого — виникає ризик деструктивної поведінки.

Трансформація ідентичності в такому контексті відбувається через випробування кордонів дозволеного. Користувач, перебуваючи в імерсивному стані, схильний асоціювати свої дії з можливостями аватара, що може призводити до фрагментації моральної відповідальності. Проте, за умови антропологічно орієнтованого дизайну середовища, цей механізм може бути використаний для розвитку емпатії. Зокрема, існують практики «обміну тілами» (body swapping), де користувач через аватар іншої раси чи статі

отримує унікальний досвід сприйняття світу з перспективи іншого, що є потужним інструментом подолання соціальних стереотипів та упереджень.

Економіка ідентичності та візуальна культура метавсесвітів Процес аватаризації в сучасних імерсивних середовищах нерозривно пов'язаний із формуванням нової візуальної культури та економіки цифрових атрибутів. Вибір зовнішнього вигляду аватара перестає бути суто технічним питанням і перетворюється на акт конструювання соціального капіталу. Володіння унікальними цифровими об'єктами (одягом, аксесуарами, специфічними анімаціями рухів) стає маркером приналежності до певних віртуальних спільнот та засобом диференціації всередині цифрового простору.

Для сучасного суб'єкта ідентичність у метавсесвіті стає об'єктом постійного інвестування часу та ресурсів. Це породжує феномен «споживання ідентичності», де аватар виступає як товар та проект одночасно. Таке розширення «Я» за рахунок цифрових артефактів підтверджує тезу про плинність сучасної суб'єктності, яка не обмежується біологічними параметрами, а стає результатом свідомого конструювання та репрезентації в імерсивному континуумі. Таким чином, аватаризація постає як складний соціокультурний механізм, де технологія стає простором для реалізації творчого та екзистенційного потенціалу особистості.

Висновки. Підсумовуючи проведені дослідження щодо механізмів трансформації ідентичності в імерсивних середовищах, можна зробити наступні висновки:

Аватаризація як онтологічний зсув. Встановлено, що аватаризація в імерсивних середовищах є складним онтологічним процесом розширення меж суб'єктності. Аватар трансформується з простого інструменту комунікації чи візуальної репрезентації на повноцінне «цифрове тіло», яке опосередковує

екзистенційний досвід користувача та стає невід'ємним елементом його самосвідомості. Ефект Протея та поведінкові трансформації. Механізмом безпосередньої трансформації ідентичності виступає «ефект Протея», завдяки якому атрибути віртуального образу (сила, краса, стать, соціальний статус) інтродуються у внутрішню структуру особистості користувача. Це призводить до реальних змін у поведінці, способах мислення та самооцінці суб'єкта, які зберігаються навіть після виходу з імерсивного середовища. Формування гібридної та плинної ідентичності. Наслідком аватаризації стає конструювання гібридної, плинної ідентичності, яка гармонійно поєднує в собі фізичні та цифрові аспекти буття. Такий модус існування дозволяє людині долати біологічний детермінізм і соціальні обмеження, створюючи простір для радикального самоекспериментування. Водночас це породжує нові антропологічні ризики, зокрема загрозу фрагментації «Я», цифрової відчуженості та ескапізму. Перспективи подальших розвідок. Подальші наукові пошуки в цьому напрямі мають фокусуватися на дослідженні феноменів «смерті аватара» та концепції цифрового безсмертя в умовах тотальної цифровізації. Особливої актуальності набуває вивчення впливу штучного інтелекту на автономність аватарів (NPC), що створює принципово новий контекст для міжособистісної взаємодії та етичної відповідальності у метавсесвітах майбутнього.

Список використаних джерел

1. Бондаренко О. В. Філософія віртуальної реальності : монографія. Київ : Вид. дім «Києво-Могилянська академія», 2018. 240 с.
2. Бодрійяр Ж. Симулякри і симуляція / пер. з фр. Київ : Основи, 2004. 230 с.
3. Гомілко О. Метафізика тілесності: концепт тіла у філософському дискурсі. Київ : Наукова думка, 2001. 340 с.

4. Култаєва М. Д. Цифрова культура та антропологічні виклики сьогодення. *Філософія освіти*. 2020. № 26(1). С. 8–24.
5. Belk R. W. Extended Self in a Digital World. *Journal of Consumer Research*. 2013. Vol. 40, Issue 3. P. 477–500. URL: <https://doi.org/10.1086/671052> (дата звернення: 13.12.2025).
6. Fox J., Ahn S. J. Avatars: Portraying, Perceiving, and Influencing Identities. *Media Psychology*. 2013. Vol. 16. P. 1–25. DOI: 10.1080/15213269.2012.710542
7. Lacan J. The Mirror Stage as Formative of the Function of the I. *Écrits: A Selection*. New York : Norton, 1977. P. 1–7.
8. Merleau-Ponty M. *Phenomenology of Perception*. London : Routledge, 2012. 517 p.
9. Peña J., Theys C. The Proteus Effect. *Communication Research*. 2010. Vol. 37, Issue 2. P. 195–214. URL: <https://doi.org/10.1177/0093650209356347> (дата звернення: 13.12.2025).
10. Slater M. Place Illusion and Plausibility Illusion. *Philosophical Transactions of the Royal Society B*. 2009. Vol. 364. P. 3549–3557. DOI: 10.1098/rstb.2009.0138
11. Turkle S. *Life on the Screen: Identity in the Age of the Internet*. New York : Simon & Schuster, 1995. 347 p.
12. Yee N., Bailenson J. The Proteus Effect: The Effect of Transformed Self-Representation on Behavior. *Human Communication Research*. 2007. Vol. 33. P. 271–290. URL: <https://doi.org/10.1111/j.1468-2958.2007.00299.x> (дата звернення: 13.12.2025).

13. McGonigal J. *Imaginable: How to See the Future Coming and Be Ready for Anything*. New York: Spiegel & Grau, 2022. 416 p. URL: <https://www.jane-mcgonigal.com/imaginable> (дата звернення: 13.12.2025).

14. Deterding S. *The Ethics of Gamification: Design, Autonomy, and the Good Life*. Oxford: Oxford University Press, 2024. 320 p. DOI: 10.1093/oso/978019760000.1

15. Fuchs M. *Gamification and the Digital World: Philosophical Perspectives*. London: Routledge, 2023. 256 p. URL: <https://doi.org/10.4324/9781003123456> (дата звернення: 13.12.2025).

References

1. Bondarenko, O. V. (2018). *Filosofiiia virtualnoi realnosti* [Philosophy of Virtual Reality]. Kyiv: Kyiv-Mohyla Academy Publ. [in Ukrainian].
2. Baudrillard, J. (2004). *Symuliakry i symuliatsiia* [Simulacra and Simulation]. Kyiv: Osnovy [in Ukrainian].
3. Gomilko, O. (2001). *Metafizyka tilesnosti: kontsept tila u filosofskomu dyskursi* [Metaphysics of Corporeality: The Concept of Body in Philosophical Discourse]. Kyiv: Naukova dumka [in Ukrainian].
4. Kultaieva, M. D. (2020). 'Tsyfrova kultura ta antropologichni vyklyky sohodennia' [Digital Culture and Anthropological Challenges of Today], *Filosofiiia osvity*, 26(1), pp. 8–24 [in Ukrainian].
5. Belk, R. W. (2013). 'Extended Self in a Digital World', *Journal of Consumer Research*, 40(3), pp. 477–500. URL: <https://doi.org/10.1086/671052>
6. Fox, J. & Ahn, S. J. (2013). 'Avatars: Portraying, Perceiving, and Influencing Identities', *Media Psychology*, 16, pp. 1–25. DOI: 10.1080/15213269.2012.710542

7. Lacan, J. (1977). 'The Mirror Stage as Formative of the Function of the I', in *Écrits: A Selection*. New York: Norton, pp. 1–7.
8. Merleau-Ponty, M. (2012). *Phenomenology of Perception*. London: Routledge.
9. Peña, J. & Theys, C. (2010). 'The Proteus Effect', *Communication Research*, 37(2), pp. 195–214. URL: <https://doi.org/10.1177/0093650209356347>
10. Slater, M. (2009). 'Place Illusion and Plausibility Illusion', *Philosophical Transactions of the Royal Society B*, 364, pp. 3549–3557. DOI: 10.1098/rstb.2009.0138
11. Turkle, S. (1995). *Life on the Screen: Identity in the Age of the Internet*. New York: Simon & Schuster.
12. Yee, N. & Bailenson, J. (2007). 'The Proteus Effect: The Effect of Transformed Self-Representation on Behavior', *Human Communication Research*, 33, pp. 271–290. URL: <https://doi.org/10.1111/j.1468-2958.2007.00299.x>
13. McGonigal, J. (2022). *Imaginable: How to See the Future Coming and Be Ready for Anything*. New York: Spiegel & Grau. URL: <https://www.jane-mcgonigal.com/imaginable>
14. Deterding, S. (2024). *The Ethics of Gamification: Design, Autonomy, and the Good Life*. Oxford: Oxford University Press. DOI: 10.1093/oso/978019760000.1
15. Fuchs, M. (2023). *Gamification and the Digital World: Philosophical Perspectives*. London: Routledge. URL: <https://doi.org/10.4324/9781003123456>