

Активизация шизоидных механизмов в психике участников онлайн группы – причины и следствия



ПРОЛОГ. Существует один ключевой аспект в психотерапии: он заключается в том, что любой человек в одно и то же время отделен от своих братьев и связан с ними. Подобные отдельность и связанность являются взаимно необходимыми постулатами. Личностная связь может существовать лишь между бытиями, которые разделены, но не изолированы. Психотерапия является деятельностью, в которой эта сторона бытия пациента – его связь с другими – используется в терапевтических целях.



Савичева Елена Петровна

- PhD, психоаналитический психотерапевт
- Сертифицированный специалист, тренинг-аналитик и супервизор ЕАРПП (Россия) и ЕСРР (Vienna, Austria)
- Член Правления и Председатель РО Москва (ЕАРПП)
- Автор программ Дополнительного образования (ЕАРПП)
- Групповой супервизор IGA
- Преподаватель Московских вузов дополнительного образования

Что я хочу показать и о чем порассуждать:

1. Обозначить психоаналитический инструмент.
2. Рассмотреть разницу между офлайн и онлайн средой.
3. Принять онлайн среду как новое условие для группового пространства, в котором собираются участники. Что для них будет общим (общность), а что для каждого только своим.
4. Что в поле коммуникаций в условиях онлайн работы депривировано и как с этим справляется психика (включение защит определенного спектра).

1. ПСИХОАНАЛИТИЧЕСКИЙ ИНСТРУМЕНТ.

Моя работа основывается на трех общих принципах.

Первый — взгляд на человеческую психику как на всецело субъективную и основанную на опыте. Все психическое

Довербальный язык коммуникации. В оффлайн группе этот язык максимально доступен как для выражения, так и для наблюдения и понимания.

считается представленным на некотором уровне переживания, дифференцированного или недифференцированного, сознательного или бессознательного, к психическому можно приближаться и его можно понимать лишь как таковое.

Второй принцип заключается в том, что собственная психика аналитика рассматривается как единственный источник

его знания. Его понимание пациента (группы) целиком зависит от способности аналитика интегративно использовать как свои информативно эмоциональные, так и рациональные отклики на пациента (группу) и его (ее) послания. Аналитическое понимание рассматривается, таким образом, как непосредственно связанное с максимально информативным использованием аналитиком своей субъективности.

Третий принцип состоит в постоянном подчеркивании эволюционной и динамической точек зрения в оценке, понимании и аналитическом подходе к другому индивиду. Психопатология в основном рассматривается как возникающая в результате задержек во взаимодействиях строящейся структуры с фазовоспецифическими объектами на различных стадиях психического развития. Соответственно, аналитическое лечение рассматривается как попытка активации и помощи возобновленному структурному развитию в пациенте с аналитиком в качестве нового связанного с развитием объекта. В группе этот фактор усилен феноменами зеркала, резонанса и параллельных процессов.

2. РАЗНИЦА МЕЖДУ ОФФЛАЙН И ОНЛАЙН СРЕДОЙ

Мы зачаты, выношены, рождены, выкормлены и физически сохранены естественной физической средой – «работой тел отца и матери и ухаживающего окружения». Даже если мы мечтаем о ребенке и семье, одна мысль без реальной встречи мужчины и женщины не родит нового человека. Такие отношения могут существовать на уровне идей. Поэтому человек представляет из себя психосоматическое единство. И именно в этой среде – недифференцированной психической матрице новорожденного начинается опыт отношений со средой. Мы рождаемся в физическом одиночестве, но в психическом множестве возможных вариантов развития событий и психики, мы можем наблюдать стадии ее развития, норму и патологию функционирования. Это базовый опыт проекции телесных событий на психику, которая через эмоциональную (аффективную) связь (современное понимание бессознательного - Бион) создает миры репрезентаций, которые далее становятся конструкциями и потом знанием. Так у нас возникают индивидуальные ментальные пространства, в которых изначально превалирует довербальный язык коммуникации. В оффлайн группе этот язык максимально доступен как для выражения, так и для наблюдения и понимания.

Онлайн среда для коммуникации выросла на основе КИБЕРПРОСТРАНСТВА.

Одни эксперты считают, что Киберпространство - это концепция, описывающая широко распространенную взаимосвязанную цифровую технологию. Выражение

восходит к первому десятилетию распространения Интернета. Это относится к онлайновому миру как к миру «обособленному», отличному от повседневной реальности. Термин вошел в популярную культуру из научной фантастики и искусства, но в настоящее время используется для описания области глобальной технологической среды, обычно определяемой как глобальная сеть взаимозависимых инфраструктур информационных технологий, телекоммуникационных сетей и компьютерных систем обработки.

Другие считают, что киберпространство - это просто условная среда, в которой происходит общение по компьютерным сетям. Слово стало популярным в 1990-х годах, когда использование Интернета, сетей и цифровых коммуникаций резко возросло; термин киберпространство смог представить множество новых идей и явлений, которые появлялись.

Используя эту глобальную сеть, люди могут взаимодействовать, обмениваться идеями, информацией, оказывать социальную поддержку, вести бизнес, направлять действия, создавать художественные медиа, играть в игры, участвовать в политических дискуссиях и так далее. Их иногда называют кибернавтами. Термин киберпространство стал общепринятым средством описания всего, что связано с Интернетом и разнообразной интернет-культурой. Считается, что в киберпространстве существует кодекс общих правил и этики, взаимовыгодных для всех, называемый киберэтикой. Многие считают право на неприкосновенность частной жизни наиболее важным для функционального кодекса киберэтики. Такие моральные обязанности при работе в Интернете идут рука об руку с глобальными сетями, в частности, когда мнения связаны с социальным опытом в Интернете.

Основной характеристикой киберпространства является то, что оно предлагает среду, состоящую из множества участников, способных влиять друг на друга

Есть эксперты, которые считают, что киберпространство в большей степени определяется вовлеченными социальными взаимодействиями, а не его технической реализацией. По их мнению, вычислительная среда в киберпространстве является дополнением к каналу связи между реальными людьми; основной характеристикой киберпространства является то, что оно предлагает среду, состоящую из множества участников, способных влиять друг на друга.

Какие формы сознания (тестирования реальности) в этой среде востребованы, а какие не имеют физического доступа к источнику = раздражителю? Мы видим и слышим, но не чувствуем запах, не имеем тактильного контакта. Восприятие ограничено двумя ведущими модальностями. Это создает искажение в системе перцепции. Все ощущают и понимают, что это – искусственно созданная среда. Но человеку нужна полная иллюзия бытия, поэтому технологии идут дальше и разрабатываются голографические формы присутствия другого в твоём пространстве...

3. ОНЛАЙН СРЕДА: ОБЩЕЕ И ТОЛЬКО СВОЕ.

Давайте рассмотрим феномены в онлайн, которые меняют обычный способ коммуникации:

- феномен зависимости от технических средств – качества приема интернета, работы компьютера – технические сбои.
- феномен, основанный на специфике работы канала передачи и представления изображения

1 – отсутствие привычных невербальных компонентов коммуникации, связанных с моторными реакциями тела: камеры настроены не на все тело, чтобы видеть его целиком, это или крупный план лица или верхняя половина туловища, руки могут быть не видны и появляются только в момент выраженной жестикуляции. Есть возможность что-то делать дополнительно – посмотреть в телефон, вести запись...

2 – фоновое освещение – когда не видно лица или участник ставит аватар и только слушает и говорит

3 – внесение в группу собственной окружающей обстановки – внесение каждым участником своего жизненного пространства в аналитическое поле. Осознанно или нет участник управляет этим кусочком – одежда (может быть домашней), сидение на кровати, в машине, в офисе, появление в кадре детей или животных

4 – в начале и в процессе работы группы картинки могут располагаться каждый раз по-новому, конфигурация в зависимости от количества присутствующих переменчива

5 – специфика, сильно искажающая привычное восприятие: в условиях общения участников группы, если не называется имя, невозможно понять, к кому именно обращается участник; несоответствие направления визуальной и вербальной коммуникации – привычное всматривание говорящего в того, к кому он обращается, для последнего выглядит как отведение обращающимся к нему своего взгляда в сторону (реакция отворачивания для многих – сигнал отвержения); каждый участник группы видит самих себя зеркально – усиливает контроль.

Интересно, какая возникает в онлайн специфика группового процесса - взгляд дирижера: операциональное напряжение – неустойчивость связи, исчезновение отдельных участников, плохая слышимость, сбой картинки и т.п. требуют от ведущего быстрой оценки ситуации и конкретных действий для поддержания приемлемых технических характеристик связи между участниками

Это всегда происходит внезапно, поэтому для группы это шок, стресс

- реакция – раздражение на обрыв связи как повышение тревоги и манифестация агрессии и это нормально;
- возникают затруднения в работе дирижера – в наблюдении и анализе;
- для привыкания к такому способу коммуникации онлайн группе требуется время и определенные усилия. Появляется групповой опыт внезапной потери контакта, сохранения связи как акта надежды и радости встречи.

Итак, мы видим первое постоянно потенциально присутствующее условие для дополнительного напряжения в онлайн группе – разрыв связи (в жизни это как форс мажор). Группа может адаптироваться по-разному – отрицать тревогу, делать безразличным это событие, вписывать в контекст группового диалога.

4. ВИДИМ В УСЛОВИЯХ ОНЛАЙН РАБОТЫ, ЧТО ДЕПРИВИРОВАНО ПЕРЦЕПТИВНОЕ ПОЛЕ КОММУНИКАЦИИ. КАК С ЭТИМ СПРАВЛЯЕТСЯ ПСИХИКА (ВКЛЮЧЕНИЕ ЗАЩИТ ОПРЕДЕЛЕННОГО СПЕКТРА).

Нашли причину - рассмотрим следствия

Первое – влияние на динамику группы – **элемент неожиданности** вписывается в матрицу и становится культурой группового общения – сюда в зону неизвестного (т.е. неподконтрольного) и будут проецироваться первичные психические процессы, в первую очередь, шизоидно-параноидного спектра, а это значит, что в онлайн - группе есть большая готовность к эмоциональному заражению и включению отреагирований.

В таком аналитическом поле для защиты от хаоса и сохранения связи больше всего, особенно на первых порах, подходит механизм расщепления.

Что в онлайн модифицируется в тактике дирижёра? В оффлайн работе часто достаточно того, что ты просто есть, что ты рядом (отец), в онлайн пространстве приходится быть более активным: интерпретировать, моделировать, самораскрываться, чтобы держать уровень тревоги группы в оптимальных границах.

Второе - самым важным общим феноменом онлайн группы является **резкое сужение и искажение** получаемой каждым из участников информации (вплоть до полного отсутствия, к примеру запахов, возможности видеть человека с ног до головы, наблюдать его со спины или сбоку – эффект уплощения). Это затрудняет тестирование и контроль реальности и способствует усилению проекции и проективной идентификации. Иначе говоря, центр тяжести групповой коммуникации смещается в микросферу – в этой зоне, наполненной проекциями частичных объектов и отщепленными частями ложной самости, коммуникации плохо вербализуются и осознаются группой. Они, скорее, носят характер отыгрывания в групповом процессе проживаемых здесь и теперь сильных, часто невыносимых эмоций и воспоминаний. Типичные для групп-аналитической группы процессы резонанса, отзеркаливания и конденсации способствуют формированию устойчивого аттрактора, и существенно повышается вероятность превращения группы в антигруппу.

Единство – не только цель анализа, но также цель жизни.
И мы всегда стремимся к ней.

Третьим важным фактором онлайн группы является **размытость и своеобразие границ группы** за счет перемены в ее физическом пространстве: у нас нет круга. В оффлайн группе круг стульев объединяет участников в пространстве кабинета и в то же время отграничивает от окружающего мира – как символ защиты и безопасности, обеспеченный дирижером. Участник группы входит в него и не может быть случайно выброшен наружу и столь же случайно возвращен назад.

В онлайн группе пространством группы для участников становится сравнительно маленькая по размеру плоскость экрана компьютера или даже смартфона, помещенного в привычный, а значит, доминирующий контекст знакомой персональной обстановки

комнаты участника. Другие видят только часть того, что защищает тыл другого. В онлайн группе участник остается в своем собственном пространстве.

Итак, налицо реальное, а не фантазийное усиление фактора РАЗОБЩЕННОСТИ. Таким образом, цельность и интегрированность группы, как минимум, на физическом уровне теряется, уходит из области привычной работы органов чувств по тестированию реальности. Мы видим, что рамка группы становится размытой, неопределенной и мозаичной. Пожалуй, самым устойчивым остается только время сбора группы, но с учетом разных часовых поясов этот критерий тоже будет переживаться группой как объединяющий или разъединяющий. Такие невнятности сеттинга и зрительного образа опять же способствуют усилению проекции и проективной идентификации и облегчению резонанса с травматическими структурами индивидуального психологического опыта.

Теперь, я полагаю, стало очевидным, почему в онлайн группе активизируются шизоидные механизмы функционирования. Ведущим является **расщепление**. Это базовый ментальный механизм, который включает в себя перцептивные, когнитивные и защитные операции. Это универсальный опыт человека и ведет он свое начало от переживания существования в разных отдельных личностях, которые так никогда и не были объединены в единое целое. Единство – не только цель анализа, но также цель жизни. И мы всегда стремимся к ней. Возможно, переживание расщепленности ближе к сознанию пограничных личностей, которые не смогли получить надежную способность к вытеснению, но это – лишь другой способ сказать, что те, кто не добился нормального разрешения Эдипова комплекса с наследием нормального сверх Я и способностью к нормальному вытеснению, будут сильнее страдать от состояния расщепленности. Т.е. невротики переживают расщепленность бессознательно, сознательно не переживая ее. Нормальные личности расщеплены, но их опыт расщепления смягчается вытеснением.

Заключение. Итак, онлайн группа имеет свое достоинство – возможность большому количеству людей встретиться в киберпространстве, но мы это с вами сегодня рассматриваем как ограничения в работе группы: повышаются требования к дирижеру, особенно на этапе отбора участников – люди с пограничной и психотической организацией будут усиливать свои защиты, вместо их ослабления и интроекции другого опыта. Появляются и требования к самому дирижеру, к его профессиональной подготовке, опыту работы и специфическим личностным особенностям.

В докладе использованы в качестве источников работы Дж. Гротштейна, В. Тэхкэ, В.А. Шамова и интернет-ресурс.