

Секция «Психология»

Прогрессия экзистенциального кризиса под влиянием социальных сетей

Соколова Алена Андреевна

Студент

*Московский городской педагогический университет, Институт психологии,
социологии и социальных отношений, Москва, Россия*

E-mail: selavi@yandex.ru

В нашем веке высоких технологий активно развиваются социальные сети, благодаря которым человек расширяет свои коммуникативные способности. Интернет, как информационный канал, занимает положение, одинаковое с телевизионными каналами. Социальные сети, в частности – второе по популярности, после поисковых сайтов, поле деятельности интернет-пользователей (по данным авторского социологического исследования – 48% респондентов предпочитают интернет, 49% - ТВ). Однако с течением времени (и с расширением возможностей Интернета) мы сталкиваемся с проблемой экзистенциального характера: когда индивид начинает уделять социальным сетям всё больше своего досугового времени, то, в процессе рефлексии, начинает невольно сравнивать себя с теми, с кем взаимодействует в виртуальной реальности. Зарождается внутренний конфликт: с одной стороны, люди вылепляют свои цифровые образы из всего лучшего, ценностно-важного, что имеют, идеализируя свою жизнь; с другой читатель, наблюдающий за «идеалами» начинает испытывать комплексы по поводу своего образа жизни. Он видит не только кадры самых лучших событий своей жизнедеятельности, не только фиксируемые в соцсетях удачные состояния, но и те неудачи, тревоги и проблемы, которые сопровождают его по пути.

Каждый индивид рано или поздно оказывается в состоянии экзистенциального кризиса, будь то в связи с наступлением определенного возраста или определенной жизненной ситуации. Человек спрашивает себя: зачем я здесь? Кто я такой? И, в зависимости от возможности или невозможности дать ответ на поставленные вопросы, он либо избавляется от ощущения потерянности и отстраненности, либо усугубляет его.

Само понятие экзистенции как существования и проблемы существования личности в мире пришло к нам из философии XIX века благодаря трудам датского ученого Кьеркегора. Он считал, что человек должен в процессе своего чувственного познания осознать себя как неповторимую, уникальную «экзистенцию». Однако – как после подержал данное понятие Ясперс, - данное осознание может произойти вне бытовых проблем и обыденной жизни, должен наступить определенный переломный момент – некое особо важное состояние. И если в этот момент человек теряется и не может дать удовлетворяющий его ответ на вопрос о смысле жизни, то он впадает в состояние экзистенциального кризиса. Он, стараясь верить в свою уникальность, понимает, что является лишь одним из многих, бредущих по одному и тому же пути.

Можно заметить, что с прорастанием в обществе движения социальных сетей, у человека появляется еще одна причина задаться вопросом о смысле своего бытия: наблюдая за успехами сформированного «круга друзей», он впадает в состояние, близкое к социальной дезадаптации: «моя жизнь не имеет такого смысла, такой наполненности, которой отличаются жизни моих знакомых, моя роль в социуме недостаточно велика». Если данный индивид после возникновения подобного негативного посыла не

может найти способ разрешения внутреннего конфликта образов «себя-желаемого» и «себя-реального», это может привести к различным отрицательным последствиям – от понижения самооценки и апатии, до истероидной психопатии.

Экзистенциалист Л.Беншвангер, рассматривая «бытие в мире» (особенно в разрезе социального модуса) отмечал, что, так как личность не способна прожить в отстранении от мира вокруг нее, то, при попытке индивидуалистического существования, она теряет свое содержание, «опустошается» и становится на пути к неврозу. Однако же, рассматривая свой знаменитый «случай Элен Вест» он отмечает, что при попытке личности противопоставить себе-настоящей себя-неестественную, личность может прийти до суицидального состояния, до отчаянного стремления истребить себя, если нет возможности соответствовать собственным личностным ожиданиям. Несоответствие тому, каким ты должен быть, порождает чувство вины и отсутствие собственной аутентичности. Если женщина хочет быть мужчиной и ведет себя, подобно ему, она изолирует себя от общества сильнее, чем сама о том думает. «Чем упорнее человек сопротивляется своей заброшенности в свое существование, . . . тем большее влияние обретает заброшенность».

Таким образом, мы прослеживаем связь между увлеченностью социальными сетями и угрозой прогрессирования экзистенциального кризиса до степени невротического состояния или невроза. Как часто, заглядывая в чужой «Инстаграм» или профиль «ВКонтакте» мы думаем: «о, у него настолько яркая жизнь!» или «вот бы и мне так проводить свое время»? Социальная сеть, в условиях ограниченной возможности проверить реальное положение дел у ее участников, порождает стремление индивида (просим отметить: весьма естественное) казаться лучше, чем он есть. Но, окруженный толпой подобных себе, он сливается в череду восклицательных «твиттов» и многочисленности «лайков» в серо-яркую массу, на фоне которой начинает осознавать собственную тщетность, бессмысленность и малозначие. Например, теоретический Иван Петрович получает низкую заработную плату и/или имеет малопrestижную работу. В его окружении в Интернете пользователи А, Б и В начинают выкладывать фотографии или отчеты о своих ярких жизненных ситуациях. Они, впрочем, могли произойти не в той последовательности и регулярности, с которой их выставляли, и, также, красиво поданное блюдо за столом могло быть единственным значимым событием на мероприятии, однако Иван Петрович начинает задумываться о том, насколько скучна его собственная жизнь, считая свои бытовые радости незначительными. В нем развивается стремление казаться лучше, конфликтующее с осознанием своей настоящей жизни с ее сложностями, и, в результате вечной погони за «общепринятыми материальными ценностями», пропагандируемыми в современном обществе, наш Иван Петрович рискует существенно повредить себе психику, уйти от реальности, не обращая внимание на появившийся в его жизни экзистенциальный кризис – ведь внутри он понимает, что всё не так радужно, как он желает показать окружающим.

В заключение стоит отметить, что данные тенденции – к вещизму, популяризации соцсетей и выставлению собственной жизни «напоказ» - могут через несколько лет выдать обществу «больное» поколение сраженных неврозами, неполноценных и закомплексированных личностей. Не повод ли это задуматься о том, что делать?

Литература

1. Тихонравов Ю.В. Экзистенциальная психология. М. 1998
2. T&R: <http://theoryandpractice.ru>
3. Binswanger L. The case of Ellen West // Existence; A New Dimension in Psychiatry and Psychology/ Ed. R. May, A. Angel, N.F.Ellenberger.-N.Y,- 1958