

УДК 159.9

Здоровые и патологические стратегии поиска счастья в связи с Интернетом

Коптева Наталия Васильевна

Доктор психологических наук, профессор,
кафедра практической психологии,
Пермский государственный гуманитарно-педагогический университет,
614990, Российская Федерация, Пермь, ул. Сибирская, 24;
e-mail: kopteva@pspu.ru

Аннотация

Предпринята попытка оценить потенциал, которым располагает Интернет для осуществления извечной мечты человека «стать и пребывать счастливым», с помощью системы категорий, предложенных З. Фрейдом в его исследовании счастья («Недовольство культурой» 1930): стремление к счастью, пути, средства, способы и условия его обретения. Интернет позволяет достичь как сильного удовлетворения (счастье в узком смысле), так и избежать неудовлетворения (счастье в широком смысле). Он обладает основными средствами облегчения жизни: замещение, отвлечение и своеобразная наркотизация. Два последние представляют собой также способы предотвращения, ослабления страданий, источниками которых являются внешний мир и собственное тело человека. Самый эффективный способ устранения наиболее болезненных переживаний, порожденных контактами с другими людьми – отшельничество – в сети лишен целого ряда недостатков, присущих ему в обычной жизни. Уход в виртуальную реальность не требует прекращения отношений, допускает возможность «коллективного отшельничества». Опосредствованное Интернетом общение конкурирует по привлекательности с общением лицом к лицу. Следствием этого является новый этап развития аддикций в условиях двумирности, отмеченный «переселением» в параллельную интернет-реальность и возникновением видов зависимостей, возможных только online. Различие здоровых и патологических путей к счастью связано с ролью, которая ими отводится «основной» и вторичной виртуальной реальности, с мерой отчуждения человека от других людей, мира и совершенствующей его деятельности, с возможностью сочетания личного интереса и общественного блага.

Для цитирования в научных исследованиях

Коптева Н.В. Здоровые и патологические стратегии поиска счастья в связи с Интернетом // Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования. 2018. Т. 7. № 6А. С. 16-25.

Ключевые слова

Интернет, интернет-зависимость, счастье, З. Фрейд, «Недовольство культурой», виртуальная реальность, отчуждение.

Введение

Очередная волна исследований счастья и благополучия (Эд Динер, М. Чиксентмихайи, М. Селигман, М. Аргайл, К. Рифф, Д.А. Леонтьев, Е.Н. Осин, Т.Д. Шевеленкова, П.П. Фесенко и др.) свидетельствует о непреходящем интересе к проблематике. В связи с этим заслуживают внимания современные коммуникативные технологии, претендующие на роль одного из самых эффективных средств «осчастливить» человечество. В наиболее известной разработанной под руководством К. Янг модели АСЕ в качестве психологических причин тяги людей к применению Интернета приведены предоставляемые им возможности контроля (Control) и азарта, экзальтации, возбуждения (Excitement) [Янг, www]. А.Е. Войскунский, стоявший у истоков отечественной киберпсихологии, перечисляет потребности разных уровней пирамиды А. Маслоу, которые могут быть удовлетворены в Интернете: «определенные физиологические (киберсекс); безопасность (а также анонимность); принадлежность (к значимой группе); любовь (виртуальные романы) и уважение (со стороны других участников виртуального сообщества); самоактуализация (в т.ч. за счет возможности осуществлять самопрезентации и получать актуальную обратную связь)».

А. Столяров предлагает метафору виртуальной реальности как «личного рая», к преимуществам которого, по сравнению с традиционным раем мировых религий, относит предельную доступность каждому человеку «райских блаженств», гарантированное при жизни и технологически обратимое вознесение, удовлетворение желаний не обязательно совместимых с добродетелью [Столяров, www].

Подобную разновидность образа жизни, подразумевающую неограниченное удовлетворение всех потребностей и возможность ставить наслаждение выше осторожности, З.Фрейд считал самой заманчивой для человека [Фрейд 1995, 305]. До настоящего времени работы основателя психоанализа относятся к числу наиболее цитируемых в науке, нередко они выступают в качестве отправных пунктов исследования современных проблем психологии. В своем труде «Недовольство культурой» (Das Unbehagen in der Kultur 1930) он обсуждает разнообразные средства и методы, с помощью которых люди пытаются осуществить свое самое заветное желание «стать и пребывать счастливыми» [Фрейд, 1995, 304]. В настоящей статье предпринята попытка определить с помощью используемой З. Фрейдом системы понятий и критериев соответствующий потенциал Интернета – явления, о возможности которого он вряд ли мог помыслить, установить место соответствующей зависимости среди обозначенных психоаналитиком здоровых и патологических житейских стратегий обретения счастья, особенности использования ими информационных технологий.

Условия, способствующие эпидемии интернет-зависимости

З. Фрейд называет основные облегчающие жизнь средства (Linderungsmittel): отвлечение от невзгод, замещение недоступных объектов актуальных потребностей другими, в том числе объектами фантазии, посредством других действий, и наркотики, которые, воздействуя на организм, меняют само психическое состояние. Виртуальная интернет-реальность способна обеспечить человеку всю полноту этих средств. Желания, несовместимые с общепринятыми требованиями, недостижимые в существующих условиях, могут быть удовлетворены путем смещения их в виртуальный план, посредством замещающих виртуальных объектов и (или) действий с ними. При этом иллюзорные удовлетворения, подобно давно известным,

получаемым, например, с помощью искусства, «все же благодаря роли, которую фантазия сохранила в душевной жизни, психологически не менее действенны» [Фрейд, 1995, 304]. А.Е. Войскунский справедливо считает, что компонент уже упомянутой модели АСЕ – общедоступность (Accessibility) информации, интерактивных зон и порнографических изображений имеет организационно-технический характер [Войскуновский, 2004, 96]. Возможный психологический смысл, который он подразумевает, заключается в легкой досягаемости богатого спектра замещающих удовлетворений, которые могут восполнять здесь и теперь самый разнообразный имеющийся offline дефицит.

Аналогичным образом, контент Интернета, располагая значительными возможностями для отвлечения, существенно упрощает его. Однако как и в обычной жизни отвлечение имеет скорее преходящий характер. С наркотиками виртуальную реальность сближает сопутствующий ей эффект, сходный с наркотическим. Психиатр П. Уайнброу директор Института неврологии и человеческого поведения Калифорнийского университета в Лос-Анджелесе считает, что компьютер является электронным кокаином для многих людей, который воздействует на организм, усиливая возбуждение и последующую депрессию» [Уайнброу, www]. Д. Гринфилд утверждает, что экран монитора действует гипнотически и вводит пользователей в трансоподобные состояния Войскунский 2004, 95].

Два из названных З. Фрейдом средств, облегчающих жизнь, он определяет также как средства, избавляющие от страданий, которые, как он утверждал, «специализируются» по главным источникам: собственное тело человека, внешний мир с его угрозами и отношения с другими людьми. Наркотики он считал наиболее действенными от мучений, связанных с телом, отвлечение полагал более всего соответствующим внешним опасностям, если речь идет об отдельном индивидууме. Уход, самоизоляцию З. Фрейд не связывал с облегчением жизни, рассматривая только в качестве средства предотвращения негативных последствий контактов с другими людьми.

Во фрейдовой классификации, подразделяющей способы купировать неудовольствия, происходящие из разных источников на односторонние, ориентированные на какой-либо один из них, и действующие по нескольким направлениям, Интернет может быть отнесен к комплексным, пригодным в отношении всех названных источников.

Пребывая в виртуальном мире, пользователь может избежать любого пересечения с беспокоящими его сторонами жизни. Даже природные и технологические катаклизмы, катастрофы, несчастья, которые обрушились на других людей, он может наблюдать, ощущая себя в полной безопасности, Ролики, изображения подобного содержания в избытке представлены в сети и пользуются высоким спросом.

Уход в виртуальный мир Интернета лишен серьезного недостатка обычного отшельничества времен З. Фрейда: «Отшельник отворачивается от мира, он не хочет иметь с ним дела. Но можно подвигнуться на большее, можно возжелать переделать мир, создать вместо него другой, в котором были бы уничтожены самые невыносимые его черты – они заменяются на другие, соответствующие нашим желаниям. Тот, кто в отчаянном бунте становится на этот путь, как правило, ничего не достигает – действительность слишком сильна для него. Он становится безумцем и чаще всего не находит себе помощников в попытках реализации своих иллюзий» [Фрейд, 1995, 307]. Сегодня уход не равнозначен прекращению отношений, сеть также позволяет человеку находить единомышленников и создавать совместно с ними удовлетворительные ниши для существования. Больше того, сервисы предлагают подобные ниши на выбор, их ассортимент постоянно пополняется. Есть мнение, что интернет-среда

реализует индивидуальную потребность в коллективном субъекте [Сушков, Козлова, 2015].

Проблемы, возникающие в процессе виртуального общения, становятся менее болезненными благодаря его опосредствованному характеру, например, даже использование вместо родного языка иностранного, по наблюдению известного романиста Т. Манна, может позволить «в каком-то смысле говорить, не говоря, – то есть ни за что не отвечая» [Манн, 1959, 471]. POSI (preference for online, over, social interaction). POSI (preference for online, over, social interaction), предпочтение общения через Интернет контактам лицом к лицу [Ван Шилу, 2013, 20-21] сокращает дистанцию (расстояние) между его участниками и одновременно значительно увеличивает ее в психологическом смысле. Подобная опосредствованность не только придает общению раскованность, но и позволяет управлять им, инициировать, строить и прекращать по своей воле. В итоге виртуальные отношения с френдами и фолловерами становятся привлекательнее отягощенных общим опытом проживания и требующих ответственности отношений с близкими. Уход в Интернет, таким образом может быть причислен также к средствам, облегчающим жизнь.

Коммуникативные технологии предоставляют человеку особый способ вывести из игры тело как источник негативных переживаний: «Мы в эфире. В эфире у нас нет физического тела... Когда у вас нет физического тела, вы становитесь нематериальным существом, и ваши отношения с окружающим миром становятся совершенно другими. Таково, я считаю, одно из самых значительных свойств Электрического века» [Маршал Маклюэн, www]. Активный пользователь компьютера не избавлен от физических страданий, напротив, отягощен специфической симптоматикой (расстройства зрения, головные боли, боли в спине, нарушения сна). Однако возможность «убежать из собственного тела» [Becker, 1997; по Жичкина, Белинская, 2004] освобождает человека от множества других, связанных с ним неудобств. В виртуальной коммуникации усматривают «лучший способ отделиться от стесняющего даже излишнего человеческого тела», ее связывают с наступлением новой эры, где новые социальные связи будут основаны на разделении тел и коллективизации сознания [Корделлан, 1997, 95]. Анонимность и физическую непредставленность приводят в числе первых признаков общения, опосредствованного интернетом [Шабшин, 2005, 165]. Н. Чудова, опираясь на положение Ю. Лотмана о семиотическом характере границы личности, отмечает, что она у «жителя Интернета» не включает ни телесное Я человека, ни его свойства как субъекта социальных отношений: и физическое и социальное «лицо» человека как раз и скрыты в Интернете, где телу отказано в семиотическом статусе, точнее этот статус признан нулевым [Чудова, 2002, 116]. Информационные технологии, которые совмещают телефон, радио, телевидение и постоянно обогащают пребывание в эфире новыми возможностями, создают все более благоприятные условия для существования помимо физического тела посредством виртуальной симуляции и виртуальных симулякров [Коптева, 2017].

Вследствие этих причин путь к счастью через Интернет оказывается востребованным до такой степени, что интернет-зависимость приобретает характер эпидемии. Сегодня за этим словосочетанием скрывается обширное семейство, в которое входят давно известные, аддикции, трансформировавшиеся и превратившиеся в кибераддикции (гемблинг, лудомания, аддикции к трате денег и покупкам, коммуникативные, любовные и сексуальные, псевдологии, крусадерство и др.). В сеть перемещаются, меняя свой облик, зависимости, являющиеся следствием распространения предшествовавших интернету коммуникативных технологий, прежде всего телемания (пристрастие к просмотру телепрограмм определенного типа, сериалов) и подобные ей, возникают новые, имеющие прообразы offline, но также существенно

обогатившие свои ресурсы online (геймерская, пристрастие к общению в чатах, виртуальным знакомствам, зависимость от интернет-развлечений, от навигации по WWW). Все их объединяет ориентация на виртуальный мир, который «не создает своих форм и вынужденно ограничивается манипулированием с готовыми формами, их всевозможным дроблением и комбинированием; и эта вторичная, зависимая позиция по отношению к миру наличного имеет психологические последствия: влечет фрустрацию, протест и тягу к освобождению» [Хоружий, www]. Можно говорить о новом этапе развития аддикций в условиях двумерности, сосуществования компьютерного и реального миров. На этом фоне дискуссия о существовании специфической интернет – зависимости отступает на второй план, уступая место проблеме новых технологических способов бытия.

Ввиду проникновения новых коммуникативных технологий во все сферы жизни проблемное использование Интернета сложно дифференцировать от нормативного. Негативные последствия зависимостей, в той мере, в которой они задевают других людей в сети и вне ее, не всегда очевидны, и общество проявляет к ним определенную терпимость. Сравнение Интернета с наркотиком все же кажется чрезмерным, поэтому способ «обретения счастья» через сеть по шкале З. Фрейда, скорее претендует на место умеренного, чем крайнего, что также способствует его популярности.

Здоровые и патологические стратегии достижения счастья, интернет зависимость как патологизация нормы

Согласно традиционному медицинскому подходу, интернет-зависимость отличается от использования Интернета в норме количеством и выраженностью симптомов, в основном совпадающих с симптомами «классических» зависимостей (компульсивность, толерантность; симптомы отмены или абстиненция; социальная дезадаптация). Пониманию нормы как «неболезни» в существенной мере исчерпавшему свои возможности в последнее время противопоставляются более продуктивные психологические модели использования цифровых технологий и их последствий, в частности, интернет-зависимости, которая рассматривается как патологизация нормы, «ненорма». [Емелин, Тхостов, Рассказова, 2013]. В обсуждаемой работе З. Фрейда представлен образец подобной логики, хотя его имя не без оснований ассоциируют с негативным определением психологического здоровья. Житейские методы обретения счастья он оценивает с точки зрения меры связи с реальностью – отчуждения, уклонения от совершенствующей мир деятельности, которую они подразумевают. Традиционно упоминаемый исследователями по отношению к интернет-зависимости уход от реальности при этом выступает в качестве очередного этапа ужесточения здоровой тенденции освобождения от ее тирании.

По утверждению З. Фрейда, счастье в узком понимании этого слова подчиняется принципу удовольствия и имеет целью сильное удовлетворение. К ней наиболее близка житейская стратегия, отводящая главную роль любви. Усматривая источник счастья в отношениях с любимым, она «цепляется за объекты мира и обретает счастье в чувственной к нему привязанности» [Фрейд, 1995, 307]. Впрочем, любовь, предполагающая в существенной мере замещение природных влечений душевными процессами, уже дает человеку определенную свободу. Однако подвластные ему замещающие формы наслаждения более утонченные по сравнению с неукротенными страстями, проигрывают последним в силе.

В жизни человека, по мнению З. Фрейда, счастье в узком смысле слова осуществляется

крайне редко (даже достигнутое наслаждение быстро приедается) и неизбежно оттесняется принципом реальности. Счастье в широком понимании ограничивается более скромной целью – по возможности избежать страданий, которыми полно человеческое существование. Другая стратегия, обеспечивающая благополучие посредством творческой деятельности и обычной работы по профессии (если она свободно выбрана) становится возможной благодаря сублимации влечений. Ослабляя связь с внешним миром, труд кладет начало независимости человека, делает его не только менее уязвимым в отношении жизненных невзгод, но и более счастливым. Он может «в качестве члена человеческого общества с помощью науки и техники перейти в наступление на природу и подчинить ее человеческой воле. Тогда человек действует со всеми и ради счастья всех» [Фрейд, 1995, 305].

Два вышеназванные метода достижения счастья, основанные на свободе личности и одновременно ее прочной связи с людьми и миром, соотносятся с представлениями З. Фрейда о психологическом здоровье. По свидетельству Э. Эриксона «однажды Фрейда спросили, что, по его мнению, должен уметь хорошо делать нормальный человек. Задававший вопрос, возможно, ожидал сложного, «глубокого» ответа. Но Фрейд сказал: «Любить и работать» [Эриксон, 2006, 148]. Э. Фромм, существенно расходясь с З. Фрейдом в основаниях своей концепции, лишь конкретизирует это утверждение: посредством любви человек, сохраняя автономию, объединяется с людьми, а через творчество – с предметным миром. Согласно подходу В. Франкла, счастье является побочным результатом осуществления человеком смысла жизни, в том числе посредством утверждения ценностей любви и творчества. Все приведенные представления о здоровье объединяет идея преодоления альтернативы личного счастья и общего блага.

Беззащитность перед страданиями, причиняемыми любовью, неспособность получить удовлетворение от трудовой и интеллектуальной деятельности, побуждают людей прибегать к более проблемным методам обретения счастья. Погружение в утешительные иллюзии, благодаря искусству, жизнь в фантазиях, достигается ценой большего удаления от действительности, чем две предыдущие стратегии. Уход от враждебного мира приводит к окончательному разрыву с ним, и актуализирует потребность в замещении. Объекты алкогольной и наркотической зависимостей ценятся не только за удовольствие, связанное с их употреблением, но и предоставляемую ими высокую степень независимости от внешнего мира, шанс «в любое время уклониться от гнета реальности и найти прибежище в своем собственном мире, где условия получения ощущений отличаются в лучшую сторону» [Фрейд, 1995, 306]. Крайние патологические способы погони за счастьем (хроническая интоксикация, невроз, психоз) являются способами отчужденного существования.

В соответствии с градацией выраженности интернет-зависимость может означать как предпочтение иллюзий действительности, так и радикальный уход от нее. Интернет располагает контентом (виртуальные музеи, библиотеки, концерты, музыка, кинофильмы, спектакли, сериалы) иллюзий разного уровня от подлинного творчества до халтуры, который может удовлетворить самые разные вкусы. Контакт с реальностью пользователя сети, «потребителя» соответствует масштабу, значимости творения (продукта).

Уход от реальности в своем крайнем проявлении подразумевает проект, осуществление которого, Р. Лэйнг, развивавший идеи психоанализа, считал невозможным, он предполагает, что индивид «в одном отношении пытается стать всемогущим, заключив внутри собственного бытия, без обращения к творческим взаимоотношениям с другими, образы взаимоотношений,

требующие эффективного присутствия других людей и внешнего мира. Он хотел бы оказаться – нереальным, невозможным образом – для самого себя всеми личностями и вещами. Воображаемыми выгодами являются безопасность истинного «я», изолированность, а следовательно, свобода от других, самодостаточность и контроль» [Лэйнг, 2017, 70]. Пользователь интернета не ограничен исключительно возможностями своего воображения. Программные и сетевые разработки предлагают в его распоряжение параллельный мир, фрагменты которого могут служить исходным материалом для реализации проекта, творимого по собственному произволу, в котором виртуальным партнерам отводится роль с легкостью заменяемых статистов. При этом неизбежны умаление ценности жизни, искажение картины реального мира, которые З. Фрейд полагал несовместимыми с подлинным счастьем. Оно оказывается сродни реальности умаленной, участненной, недоволевающей и недооформившейся, сферы минимальной, пороговой событийности и энергетик, от которой произведен «личный рай».

На здоровых путях поиска счастья современный человек использует возможности обоих миров, в которых он существует. Для решения задач, которые ставит жизнь, задействуются профессиональные сервисы Интернета, его функции как источника информации, средства связи, обучения. Достижимое при этом удовлетворение отодвигает на второй план применение Интернета для поднятия настроения, облегчения жизни.

Следует отметить еще одну особенность, отличающую проблемные стратегии достижения счастья. Э. Эриксон, раскрывая подтекст фрейдовой формулы психологического здоровья, усматривал в ней признание «равноправия» любви и работы для человеческого благополучия: «под словом «любить» Фрейд подразумевал не только половую любовь, но и великодушные интимности; а под фразой в целом — общую рабочую продуктивность, которая не должна занимать индивида настолько, чтобы он мог потерять свое право или возможность быть сексуальным и любящим существом» [Эриксон, 2006, 148]. Хотя З. Фрейд и различал в зависимости от преобладающей жизненной стратегии человека эротического и человека дела, относительно среднего типа он предупреждал о заведомой «недостаточности любой техники жизни, исключаяющей все остальные. Подобно тому, как осмотрительный купец остерегается вкладывать весь свой капитал в одно дело, точно так же и житейская мудрость дает совет не ждать полной удовлетворенности от одного стремления. Успех никогда не обеспечен, он зависит от соединения разнородных моментов, причем, видимо, ни от одного другого в такой мере, как от способности психического аппарата приспособлять свои функции к окружающему миру и использовать их для получения наслаждения!» [Фрейд, 1995, 308]. В отличие от «среднего» современника, черпающего удовлетворение из разных источников и не пренебрегающего соответствующими возможностями сети, для интернет-зависимого она обладает сверхценностью.

Заключение

Обращение к категориям, в которых З.Фрейд раскрывает понятие счастья, позволяет прояснить аддиктогенные ресурсы Интернета, который предоставляет в распоряжение пользователя основные смягчающие жизнь средства (отвлечение, замещение, эффект, подобный наркотическому), комплексный и при этом умеренный (с точки зрения приемлемости для общества) способ избавления от страданий, главными источниками которых являются

собственное тело человека, внешний мир и отношения с другими людьми); наметить в общих чертах немедицинский подход к интернет-зависимости, как сверхценной жизненной стратегии, усугубляющей здоровую тенденцию освобождения от тирании реальной действительности, искажающей соотношение основной и вторичной, виртуальной реальности, индивидуального и общественного интереса, нарушающей баланс между использованием Интернета в целях совершенствования мира и получения непосредственного удовольствия, избавления от страданий.

Библиография

1. Войскунский А.Е. Интернет-зависимость в медицинской парадигме // Интернет-зависимость: психологическая природа и динамика развития. М.: Акрополь, 2009. С. 152-164.
2. Войскунский А.Е. Актуальные проблемы зависимости от интернета // Психологический журнал. 2004. Т. 25. №1. С. 90-100.
3. Емелин В.А., Тхостов А.Ш., Рассказова Е.И. Психологические факторы хронификации технологических зависимостей // Психологическая наука и образование. 2013. №1. С. 1-16.
4. Жичкина А.Е., Белинская Е.П. Стратегии самопрезентации в Интернет и их связь с реальной идентичностью. 2004. URL: <http://flogiston.ru/articles/netpsy/strategy>
5. К столетию Маршалла Маклюэна. URL: <http://www.svoboda.org/a/24269535.html>
6. Корделлан К. Дети процессора: Как Интернет и видеоигры формируют завтрашних взрослых. Екатеринбург: у-Фактория, 2006. 272 с.
7. Коптева Н.В. Онтологическая уверенность при разной выраженности интернет-зависимого поведения // Сибирский психологический журнал. 2017. №65. С. 6-22.
8. Лэйнг Р.Д. Расколотое «Я», Феноменология переживания и Райская птичка. М.: ИОИ, 2017. 350 с.
9. Манн Т. Собрание сочинений. Волшебная гора. М., 1959. 500 с.
10. Столяров А. В царстве живых и мертвых. URL: <https://www.litres.ru/andrey-stolyarov/v-carstve-zhivyh-i-mertvyh>
11. Сушков И.Р., Козлова Н.С. Интернет-активность как проявление потребности личности в коллективном субъекте // Психологический журнал. 2015. Т. 36. № 5. С. 75-83.
12. Франкл В. Человек в поисках смысла. М.: Прогресс, 1990. 368 с.
13. Фрейд З. Недовольство культурой // Художник и фантазирование. М.: Республика, 1995. С. 299-336.
14. Фромм Э. Бегство от свободы. М.: АСТ, 2011. 288 с.
15. Хоружий С. Род или недород? Заметки к онтологии виртуальности. URL: <http://opentextnn.ru/man/?id=1982>
16. Чудова Н.В. Особенности образа «Я» жителя Интернета // Психологический журнал. 2002. Том 23. № 1. С. 113-118.
17. Шабшин И. О психологических особенностях общения в Интернете // Московский психотерапевтический журнал. 2005. № 1. С. 158-164.
18. Эриксон Э. Идентичность: юность и кризис. М.: Флинта, Прогресс, 2006. 352 с.
19. Янг К. Диагноз: интернет-зависимость. URL: <http://www.narcom.ru/ideas/common/15.html>
20. Freud S. Das Unbehagen in der Kultur. URL: http://www.irwish.de/PDF/Freud/Freud-Das_Unbehagen_in_der_Kultur.pdf

Healthy and pathological strategies for finding happiness with the Internet

Nataliya V. Kopteva

Doctor of Psychology, Professor,
Department of Practical Psychology,
Perm State Humanitarian Pedagogical University,
614990, 24, Sibirskaya st., Perm, Russian Federation;
e-mail: kopteva@pspu.ru

Abstract

An attempt has been made to assess the potential that the Internet has for fulfilling the eternal dream of a person “to become and remain happy” using the system of categories proposed by S. Freud in his study of happiness (“Dissatisfaction with culture” 1930): the pursuit of happiness, ways, means and the conditions for its acquisition. The Internet allows you to achieve both strong satisfaction (happiness in the narrow sense) and avoid dissatisfaction (happiness in the broad sense). It has the basic means of facilitating life: replacement, distraction and a kind of anesthesia. The latter two are also ways to prevent, alleviate suffering, the sources of which are the external world and the human body itself. The most effective way to eliminate the most painful experiences generated by contacts with other people, retreat, in the network is devoid of a number of shortcomings inherent in ordinary life. Care in virtual reality does not require the termination of relations, allows for the possibility of collective asceticism. Internet-mediated communication competes in attractiveness with face-to-face communication. The consequence of this is a new stage in the development of addictions in the conditions of duality, marked by “relocation” into a parallel Internet reality and the emergence of types of dependencies that are only possible online. The distinction between healthy and pathological paths to happiness is related to the role that they assign to “primary” and secondary virtual reality.

For citation

Kopteva N.V. (2018) Zdorovye i patologicheskie strategii poiska schast'ya v svyazi s Internetom [Healthy and pathological strategies for finding happiness with the Internet]. *Psikhologiya. Istoriko-kriticheskie obzory i sovremennye issledovaniya* [Psychology. Historical-critical Reviews and Current Researches], 7 (6A), pp. 16-25.

Keywords

Internet, Internet addiction, happiness, Z. Freud, “Dissatisfaction with culture”, virtual reality, alienation.

References

1. Chudova N.V. (2002) Osobennosti obraza «Ya» zhitelya Interneta [Features of the image of Self of a resident of the Internet]. *Psikhologicheskii zhurnal* [Psychological Journal], 23, 1, pp. 113-118.
2. Cordellan K. (2006) *Deti protsessora: Kak Internet i videoigry formiruyut zavtrashnikh vzroslykh* [The children of the processor: How the Internet and video games shape tomorrow's adults]. Ekaterinburg: u-Faktoriya Publ.
3. Emelin V.A., Tkhostov A.Sh., Rasskazova E.I. (2013) Psikhologicheskie faktory khronifikatsii tekhnologicheskikh zavisimostei [Psychological factors of chronification of technological dependencies]. *Psikhologicheskaya nauka i obrazovanie* [Psychological science and education], 1, pp. 1-16.
4. Erickson E. (2006) *Identichnost': yunost' i krizis* [Identity: youth and crisis]. Moscow: Flinta, Progress Publ.
5. Frankl V. (1990) *Chelovek v poiskakh smysla* [Man in search of meaning]. Moscow: Progress Publ.
6. Freud Z. (1995) Nedovol'stvo kul'turoi [Dissatisfaction with culture]. In: *Khudozhnik i fantazirovanie* [Artist and fantasy]. Moscow: Respublika Publ.
7. Freud S. *Das Unbehagen in der Kultur*. Available at: http://www.irwish.de/PDF/Freud/Freud-Das_Unbehagen_in_der_Kultur.pdf [Accessed 12/12/2018]
8. Fromm E. (2011) *Begstvo ot svobody* [Escape from Freedom]. Moscow: AST Publ.
9. *K stoletiyu Marshalla Maklyuena* [To the centenary of Marshall McLuhan]. Available at: <http://www.svoboda.org/a/24269535.html> [Accessed 12/12/2018]
10. Khoruzhii S. *Rod ili nedorod? Zametki k ontologii virtual'nosti* [Harvest crop failure? Notes on virtuality ontology]. Available at: <http://opentextnn.ru/man/?id=1982> [Accessed 12/12/2018]
11. Kopteva N.V. (2017) Ontologicheskaya uverennost' pri raznoi vyrazhennosti internet-zavisimogo povedeniya [Ontological confidence with different expressiveness of Internet-dependent behavior]. *Sibirskii psikhologicheskii zhurnal* [Siberian Psychological Journal], 65, pp. 6-22.

12. Laing R.D. (2017) *Raskolotoe «Ya», Fenomenologiya perezhivaniya i Raiskaya ptichka* [Shattered: The Phenomenology of experiencing and the Paradise bird.]. Moscow: IOI Publ.
13. Mann T. (1959) *Sobranie sochinenii. Volshebnyaya gora* [Collected Works. Magical Mountain]. Moscow.
14. Stolyarov A. *V tsarstve zhivykh i mertvykh* [In the realm of the living and the dead]. Available at: <https://www.litres.ru/andrey-stolyarov/v-carstve-zhivykh-i-mertvykh> [Accessed 12/12/2018]
15. Shabshin I. (2005) O psikhologicheskikh osobennostyakh obshcheniya v Internete [On the psychological characteristics of communication on the Internet]. *Moskovskii psikhoterapevticheskii zhurnal* [Moscow Psychotherapeutic Journal], 1, pp. 158-164.
16. Sushkov I.R., Kozlova N.S. (2015) Internet-aktivnost' kak proyavlenie potrebnosti lichnosti v kollektivnom sub"ekte [Internet activity as a manifestation of the individual's need for a collective subject]. *Psikhologicheskii zhurnal* [Psychological Journal], 36, 5, pp. 75-83.
17. Voiskunskii A.E. (2009) Internet-zavisimost' v meditsinskoi paradigme [Internet addiction in the medical paradigm]. In: *Internet-zavisimost': psikhologicheskaya priroda i dinamika razvitiya* [Internet addiction: psychological nature and dynamics of development]. Moscow: Akropol' Publ.
18. Voiskunskii A.E. (2004) Aktual'nye problemy zavisimosti ot interneta [Actual problems of dependence on the Internet]. *Psikhologicheskii zhurnal* [Psychological Journal], 25, 1, pp. 90-100.
19. Young K. *Diagnoz: internet-zavisimost'* [Diagnosis: Internet addiction]. Available at: <http://www.narcom.ru/ideas/common/15.html> [Accessed 12/12/2018]
20. Zhichkina A.E., Belinskaya E.P. (2004) *Strategii samoprezentatsii v Internet i ikh svyaz' s real'noi identichnost'yu* [Self-presentation strategies on the Internet and their connection with real identity]. Available at: <http://flogiston.ru/articles/netpsy/strategy> [Accessed 12/12/2018]