

Мякотин Илья Сергеевич

СОЦИАЛЬНАЯ ФОБИЯ КАК НАРУШЕНИЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ГРАНИЦ И ИСКАЖЕНИЕ ИДЕНТИЧНОСТИ

Myakotin Ilya Sergeevich

SOCIAL PHOBIA AS A VIOLATION OF PSYCHOLOGICAL BOUNDARIES AND AN IDENTITY DISORDER

Аннотация:

В статье рассматривается проблема социальной фобии и ее взаимосвязь с нарушением психологических границ и затруднением формирования целостной идентичности. Установлено, что специфические взаимоотношения родителей с ребенком могут приводить к затруднению формирования у ребенка гибких и устойчивых психологических границ при взаимоотношениях с другими. Неустойчивые границы затрудняют социализацию за пределами семьи, что не позволяет сформировать достаточно целостную идентичность. Социальная фобия в этом контексте рассматривается как страх отвержения со стороны социума на фоне фрагментарной идентичности и неадекватных ожиданий со стороны индивида.

Ключевые слова:

социальная фобия, психологические границы, детско-родительские отношения, кумулятивная травма, подростковый кризис, социализация подростка, формирование идентичности, фрагментарная идентичность.

Summary:

The article covers the issue of social phobia and its relationship with the violation of psychological boundaries and the difficulty of forming an integrated identity in adolescence and early adulthood. It is established that the specific relationship of parents with a child can lead to difficulty of development of child's flexible and sustainable psychological boundaries when communicating with other people. Unstable boundaries make it difficult for a person to socialize outside the family and develop a sufficiently integrated identity. Social phobia in this context is considered as a fear of rejection by the society against the background of a fragmented identity and inappropriate expectations of the individual.

Keywords:

social phobia, psychological boundaries, parent-child relationship, cumulative trauma, adolescent crisis, socialization of adolescent, identity formation, fragmented identity.

Социальные изменения, которые происходят в последние десятилетия, характеризуются сменой социальных ценностей и тем, что скорость этих изменений возрастает. В этих условиях общество предъявляет повышенные требования к социальной адаптивности. Несоответствие этим требованиям снижает качество жизни, может вызывать социальную отчужденность, социальные страхи и в некоторых случаях социальные фобии.

В буквальном переводе слово «социофобия» обозначает «страх перед обществом». Как отмечает Т.Е. Дауд, «в прошлые века тревога обычно возникала при восприятии физической опасности, сегодня опасность имеет главным образом социальный и межличностный характер» [1]. В своих проявлениях социальная фобия выражается в немотивированной боязни исполнения каких-либо общественных действий или даже просто общения с незнакомыми людьми и лицами противоположного пола. В общем случае социофобия выражается в страхе оказаться в центре внимания, проявляющемся в болезненных опасениях негативной оценки окружающих и в избегании подобных ситуаций. Социальная фобия обычно возникает в подростковом и юношеском возрасте, когда закладываются навыки самостоятельного социального взаимодействия, и ее возникновение значительно затрудняет формирование этих навыков [2].

Проблема социальной фобии находится на стыке социальной психологии, клинической психологии и психологии личности. При рассмотрении этой проблемы следует обратить внимание на такие аспекты, как личностные и когнитивные особенности людей с социофобической симптоматикой, а также их восприятие себя – идентичность.

Фактором, во многом определяющим взаимодействие индивида с социумом, является его социальная идентичность и личная Я-Концепция [3; 4]. Одним из травмирующих факторов, затрудняющих формирование идентичности, является систематическое нарушение границ, которое создает кумулятивную травму.

Личную идентичность человека определяют границы «Я – Другие», при невыраженности границ идентичность размывается, становится диффузной [5]. Устанавливая границу, субъект создает возможность и инструмент равноправного взаимодействия. Контакт как наиболее зрелая форма взаимодействия развивается именно на границе, где сохраняется разделение, а возникшее объединение не нарушает цельность личности.

Формирование границ происходит на всем пути развития ребенка: сначала это границы физического тела, позволяющие отделять себя от мира; психологические границы, которые позволяют отделить собственные психические феномены; социальные границы, позволяющие определить баланс между частным и социальным. В социальной фобии можно наблюдать, с одной стороны, неадаптивную жесткость границ, а с другой – избирательную проницаемость и уязвимость. Следует отметить, что формирование физических и психологических границ происходит при активном участии родителей, а социальных границ – при участии сверстников с поддержкой семьи. Границы определяют отношение к малому и большому социуму – семье и друзьям, социальной группе, этносу, человечеству. Восприятие среды как дружественной, как части психологического пространства позволяет проявляться конструктивным, жизнетворческим тенденциям, приводящим к взаимопроникновению человека и мира [6].

Вопросы психологического пространства в том или ином виде затронуты в трудах К. Левина («теория поля», «жизненный мир», «психологическое время и пространство»), Р. Соммера («переходный объект»), Ф. Перлза («личное пространство», «контакт и границы») [7; 8]. В отечественной психологии, описывая субъективное бытие человека, также говорят о жизненном мире – Ф.Е. Василюк, топологии субъекта – А.Ш. Тхостов, внешнем и внутреннем Я – А.Б. Орлов, факторе места и обособлении личности – В.С. Мухина. Вопросы психологического пространства в семье и его влияния на развитие ребенка в отечественной психологии наиболее полно отражены в исследованиях С.К. Нартовой-Бочавер [9].

Проблема психологических границ как феномена не рассматривалась учеными до начала XX в. При этом в русле как возрастной, так и социальной психологии рамки, которыми общество ограничивало спонтанные реакции человека, рассматривались как необходимые для усвоения социальных норм и правил [10]. Интересна концепция относительно границ между личностью и социумом Дж. Болдуина, который отмечал, что необходим диалектический подход к анализу духовного развития, то есть изучение того, что представляет собой личность с социальной точки зрения, и изучение общества с точки зрения личности [11]. В работах Дж. Болдуина уже ставится вопрос о роли собственно психологических границ как границ не только внешних, но и внутренних, имеющих амбивалентное значение для развития интеллектуальных и личностных качеств людей. Конструктивная попытка интегрировать внешнее и внутреннее предпринята В.И. Слободчиковым, который составил периодизацию с учетом «внешнего» и «внутреннего» и выделил пять ступеней развития человека как субъекта собственного поведения и психики [12].

В контексте социальной фобии в явном виде можно наблюдать затруднения в простаивании функциональных границ с социумом. Ввиду того, что формирование идентичности в подростковом возрасте происходит преимущественно во взаимодействии с социумом [13], это предполагает значительные искажения и фрагментированность идентичности у человека с проявлениями социальной фобии. Следует отметить, что отношения с родителями внутри семьи или лицами, их замещающими, являются ведущим фактором в процессе развития физических, психологических и социальных границ, которые необходимы для формирования идентичности и социализации.

В работах Э. Эриксона формирование идентичности рассматривается как непрерывный процесс, сочетающий собственные представления о себе и отражение себя в других людях при взаимодействии с ними [14; 15]. Современные исследования идентичности осуществляются на стыке нескольких научных направлений: психологии личности, социальной психологии, психологии развития, когнитивной психологии [16]. Идентичность представляет собой компонент индивидуального сознания и самосознания, связывающий человека с социальной реальностью и позволяющий определить свое место в ней [17].

В контексте теории развития первыми людьми, которые участвуют в формировании идентичности, являются родители и семья, вместе образующие первичную референтную группу для ребенка. Референтная группа как подструктура среды выделялась раньше других подструктур, в частности в работах У. Бронфенбреннера и Дж. Вулвилла. В определенной степени под влиянием работ Л. Выготского и К. Левина У. Бронфенбреннер создал психологическую теорию экологических систем. Самая первая подсистема этой теории – микросистема семьи – рассматривается как первичная референтная группа. Автор утверждал, что все отношения взаимнообратны, то есть не только взрослые влияют на поведение детей, но и сами дети, их физические свойства, характеристики личности и возможности также влияют на поведение взрослых [18; 19]. Следует отметить, что выражение детской агрессии и адекватная реакция взрослых на нее, способность ее контейнировать и помогать ребенку ее вербализовать – условия целостного развития психики ребенка, его позитивной самости и эмоционального интеллекта. Таким образом, враждебное отношение родителей и неспособность выдерживать естественные аффекты ребенка отрицательно сказываются на его самовосприятии.

Роль конфликтных взаимоотношений в семье при формировании идентичности часто недооценивается. Последние вызывают глубокий внутренний конфликт у ребенка, который может привести к нарушениям половой идентификации или, более того, обусловить развитие

невротических симптомов [20]. Как отмечает Г. Фигдор, чаще всего изменения в поведении детей обращают на себя внимание лишь тогда, когда перерастают в школьные трудности [21]. Следует отметить, что социальная фобия становится очевидной в большинстве случаев именно в школе, в подростковом периоде. Благополучная социальная и психическая адаптация в этом периоде во многом будет определяться как общепринятыми взглядами окружающих на независимость подростка, так и поведением и методами воспитания его родителей, взаимоотношениями подростка со сверстниками и их поддержкой его независимого поведения [22]. Можно предположить, что социальная фобия, возникающая в подростковом возрасте, является своеобразным способом ухода от решения задачи по формированию идентичности ввиду затруднений на прошлых этапах развития, связанных со взаимоотношениями в семье.

Следует отметить, что социальная фобия может рассматриваться как пограничное расстройство личности, которое характеризуется синдромом диффузной идентичности. Наиболее полно диффузная идентичность рассмотрена в работах О. Кернберга и представлена плохой интеграцией между концепциями Я (self) и значимых других [23]. При социальной фобии можно предположить серьезное нарушение механизмов построения идентичности, что приводит к дискомфорту и избеганию социального контакта [24].

Таким образом, рассматривая в комплексе феномен социальной фобии, нарушения в формировании границ и искажения идентичности, можно предположить существование следующих взаимосвязей:

– Специфика взаимоотношений в семье приводит к систематическим нарушениям психологического пространства личности ребенка, что затрудняет самостоятельное формирование устойчивых и гибких межличностных границ у ребенка.

– Затруднения в установлении межличностных границ создают сложности в социализации за пределами семьи, что не позволяет сформировать достаточно целостную идентичность.

– Совокупность затруднений в межличностных границах и фрагментарной идентичности может привести, с одной стороны, к неадекватным ожиданиям индивида, а с другой – к отвержению со стороны социума, что может формировать социальную фобию.

Представляется возможным установить, что основным фактором в данных взаимосвязях являются взаимоотношения с ребенком в семье, а значимыми компонентами развития социальной фобии – нарушения границ психологического пространства и искажения идентичности.

В настоящее время проблема социальной фобии наиболее изучена применительно к искажениям мышления и оценки социальной ситуации. Эти феномены достаточно полно описаны в рамках когнитивной психологии, однако вопросы взаимоотношений родителей с ребенком, нарушения границ и особенностей идентичности при социальной фобии пока не исследованы в достаточной степени.

Ссылки:

1. Дауд Т.Е. Когнитивная гипнотерапия. СПб., 2003.
2. Социальная фобия / Проблемная группа по социальной фобии Всемирной ассоциации психиатрии / под ред. С.А. Монтгомери. 1993.
3. Кон И.С. В поисках себя, личность и ее самосознание. М., 1984.
4. Малкина-Пых И.Г. Стратегии поведения при стрессе // Московский психологический журнал. 2005. № 12.
5. Кернберг О.Ф. Тяжелые личностные расстройства: стратегии психотерапии. М., 2000.
6. Нартова-Бочавер С.К. Психологическое пространство личности : монография. М., 2005.
7. Перлз Ф. Гештальт-семинары / пер. с англ. М., 2007.
8. Перлз Ф. Эго, голод и агрессия / пер. с англ. М., 2000.
9. Нартова-Бочавер С.К. Указ. соч.
10. Марцинковская Т.Д. Психологические границы: история и современное состояние // Мир психологии. 2008. № 3.
11. См.: Ефременко Д.В. Интеракционизм в американской социологии и социальной психологии первой половины XX века : сб. пер. М., 2013.
12. Слободчиков В.И. Психологические проблемы становления внутреннего мира человека // Вопросы психологии. 1986. № 6.
13. Эриксон Э. Идентичность: юность и кризис / пер. с англ. М., 2006.
14. Элкинд Д. Эрик Эриксон и восемь стадий человеческой жизни. М., 1969.
15. Эриксон Э. Указ. соч.
16. Иванова Н.Л. Психологическая структура социальной идентичности. Ярославль, 2003.
17. Микляева А.В., Румянцева П.В. Социальная идентичность личности: содержание, структура, механизмы формирования : монография. СПб., 2008.
18. Bronfenbrenner U. The Ecology of Human Development: Experiments by Nature and Design. Cambridge, 1979.
19. Джеймс М., Джонгард Д. Рожденные выигрывать. Транзакционный анализ с гештальт-упражнениями. М., 1993.
20. Эйдемиллер Э.Г., Юстицкий В.В. Семейная психотерапия. М., 2001.
21. Цит. по: Хухлаева О.В. Основы психологического консультирования и психологической коррекции. М., 2006.
22. Вассерман Л.И., Горьковая И.А., Ромицына Е.Е. Родители глазами подростка: психологическая диагностика в медико-педагогической практике. СПб., 2004.
23. Кернберг О.Ф. Указ. соч.
24. Павлова Т.С., Холмогорова А.Б. Гендерные факторы социальной тревожности в подростковом возрасте [Электронный ресурс] // Психологическая наука и образование. 2014. Т. 6, № 1. URL: http://psyedu.ru/journal/2014/1/Pavlova_Holmogorova.phtml (дата обращения: 30.09.2015).

References:

1. Daoud, TE 2003, *Cognitive Hypnotherapy*, St. Petersburg.
2. Montgomery, SA 1993, *Social phobia, Problem Group for Social Phobia World Psychiatric Association*.
3. Kon, IS 1984, *Finding yourself personality and its identity*, Moscow.
4. Malkin-Pykh, IG 2005, 'Strategy behavior under stress', *Moscow psychological journal*, no. 12.
5. Kernberg, OF 2000, *Severe personality disorders: a strategy of psychotherapy*, Moscow.
6. Nartova-Bochaver, SK 2005, *Psychological space personality*: monograph, Moscow.
7. Perls, F 2007, *Gestalt workshops*, Moscow.
8. Perls, F 2000, *Ego, hunger and aggression*, Moscow.
9. Nartova-Bochaver, SK 2005, *Psychological space personality*: monograph, Moscow.
10. Martsinkovskaya, TD 2008, 'Psychological borders: history and current status', *World of Psychology*, no. 3.
11. See : Efremenko, DV 2013, *American interactionism in sociology and social psychology of the first half of the twentieth century*: sat. per., Moscow.
12. Slobodchikov, VI 1986, 'Psychological problems of formation of the inner world of man', *Questions of psychology*, no. 6.
13. Erikson, E 2006, *Identity: Youth and Crisis*, Moscow.
14. Elkind, D 1969, *Eric Erickson and eight stages of human life*, Moscow.
15. Erikson, E 2006, *Identity: Youth and Crisis*, Moscow.
16. Ivanova, NL 2003, *Psychological structure of social identity*, Yaroslavl.
17. Miklyaeva, AV & Rummyantseva, PV 2008, *Social identity card: content, structure, mechanisms of formation*: monograph, St. Petersburg.
18. Bronfenbrenner, U 1979, *The Ecology of Human Development: Experiments by Nature and Design*, Cambridge.
19. James, M & Dzhongvard, D 1993, *Born to win. Transactional Analysis with Gestalt exercises*, Moscow.
20. Eidemiller, EG & Yustitsky, VV 2001, *Family therapy*, Moscow.
21. Op. by: Khukhlaeva, OV 2006, *Fundamentals of psychological counseling and psychological correction*, Moscow.
22. Wasserman, LI, Gorkova, IA & Romitsyna, EE 2004, *Parents of teen eyes: psychological diagnosis in the medical and educational practice*, St. Petersburg.
23. Kernberg, OF 2000, *Severe personality disorders: a strategy of psychotherapy*, Moscow.
24. Pavlova, TS & Kholmogorova, AB 2014, 'Gender factors of social anxiety in adolescence', *Psychological Science and Education*, vol. 6, no. 1, retrieved 30 September 2015, <http://psyedu.ru/journal/2014/1/Pavlova_Holmogorova.shtml>.