

ВПЛИВ ОСНОВНИХ ІНФОРМАЦІЙНИХ МЕТА-СИСТЕМ НА ФОРМУВАННЯ ІПОХОНДРИЧНОГО ДИСКУРСУ

УДК: 159.9:61

Шебанова Віталія Ігорівна

Доктор психологічних наук, професор кафедри практичної психології Херсонського державного університету, член Українського Союзу психотерапевтів, член Міжнародної асоціації дитячих психологів, психіатрів і психотерапевтів, член Української асоціації медіапсихологів і медіапедагогів, член Європейської асоціації педагогів, психологів та медиків «Science», м. Херсон (Україна)

**Майбутнє неминуче, але те, яким воно буде завтра,
залежить від того, що ти робиш сьогодні.**

Джуліана Вільсон

Анотація. У статті розглянуто вплив трьох основних інформаційних мета-систем на формування «іпохондричного дискурсу», «іпохондричного тіла» та «іпохондричного стилю поведінки». Представлені компоненти іпохондричного дискурсу: «профілактичний», «оздоровчий» і «рекламний». Обґрунтовано, що фіксація (як нав'язливе прагнення строго слідувати відповідно основного змісту та міфологічного сюжету будь-якого дискурсу) сприяє відчуженню тіла та викривленню стратегій поведінки аж до патологічного рівня – крайніх варіантів патології тілесності (соматопсихічного або психосоматичного характеру). Показано, що різні варіації харчової поведінки у континуумі «норма – патологія», в т.ч. крайні варіанти патологічного модусу проблемної харчової поведінки (анорексія, булімія, психогенне переїдання та ожиріння) є варіантами іпохондричного метасиндромного утворення, оскільки, з одного боку, є стратегіями які формуються внаслідок надмірної фіксації на тілесних відчуттях, а з іншого, мають на меті – досягнення тілесного комфорту і подолання чинників, які суб'єктивно сприймаються як загрозові.

Ключові слова: іпохондричний дискурс, інформаційні мета-системи, відчуження тіла, розлади харчової поведінки.

Постановка проблеми в загальному вигляді та її зв'язок з важливими науковими чи практичними завданнями. При проведеному дослідженні психологічних досліджень, одним з

фундаментальних методологічних положень якого дотримується вітчизняна психологія ще із часів Л. С. Виготського – О. М. Леонтьєва – О. Р. Лурії, є необхідність врахування аналізу «соціальної ситуації розвитку», одним з аспектів якої є аналіз соціокультурних процесів, які домінують у суспільстві [1; 2; 4; 5; 6; 7; 8]. На наш погляд, аналіз соціокультурної ситуації розвитку важливо враховувати як при вивченні питань нормальної життєдіяльності, так і при вивченні будь-яких розладів у функціонуванні людини, у т.ч. розладів харчової поведінки.

Мета статті аналіз сучасних культурних текстів як інформаційних метасистем щодо формування іпохондричного дискурсу та викривленої «турботи про себе».

Виклад основного матеріалу дослідження. Низка авторів (В. В. Ніколаєва, Є. М. Райзман, А. Б. Смулевич, І. Я. Стоянова, О. Ш. Тхостов, О. О. Фільц та ін.), аналізуючи певні сучасні інформаційні системи та окремі сфери соціальної практики, у межах яких тіло та тілесне «Я» стає об'єктом медичного описання, розглядають їх як детермінанти формування іпохондричної зосередженості.

Зокрема, В. В. Ніколаєва, зазначає, що

санітарна просвіта як сучасна інформаційна метасистема з боку офіційної медичної практики має на меті «ідею профілактики» та формування «здорового способу життя»¹. Водночас авторка зауважує, що міфологічний сюжет² та семантичне наповнення цих культурних текстів несе *«ідею загрози» та «кари» за порушення заборон* [4].

У руслі нашого дослідження цей міфологічний сюжет реалізується через квантитативні концепти³ «надлишкової ваги», «товстого тіла», «ожиріння» та інші негативні образи, що виявляються зовнішньо («на око») – жирові складки, великий живіт з надмірним запасом «черевного» жиру, целюліт тощо.

Разом з тим, звертається увага на безліч важких хворобливих станів, що реально виникають та розвиваються внаслідок постійного переїдання та ожиріння. Усі ці *негативні зміни у стані здоров'я та тіла розглядаються як «кара» за недотримання рекомендацій* (дієти, режиму харчування, рухової активності) *та порушення певних заборон* («не можна їсти після шести», «не можна їсти до повного насичення»; «не можна їсти у будь-який час, коли ви відчули почуття голоду»; «не можна їсти тіль-

¹ «Спосіб життя» у перекладі з грецького (від грец. – Diata) означає «дієта», харчовий режим.

² Л. М. Хавкіна вважає, що *міфологічний підхід* надає можливість адекватно витлумачити інформаційний простір як вагону складову сучасної соціальної комунікації [10]. Слідом за Л.М. Хавкіною, ми розглядаємо поняття *«міф»* як універсальний інструмент організації матеріалу та форму вираження певних «вічних» психологічних начал та стійких культурних моделей. Вихідним у нашому дослідженні є широке розуміння міфу як суспільно-культурного феномену і структурно-семантичної єдності, що традиційно виконує функції формування та гармонізації основних параметрів буття соціуму, здійснюючи вплив на його членів завдяки синкретичному поєднанню фактичного та фантазійного, раціонального та позасвідомого.

³ Квантитативні концепти є елементами концептуальних картин світу, що визначають кількісні характеристики об'єктивної реальності та мають поліаспектну значущість в контексті індивідуального та соціального життя людини, зумовлюють формування когнітивних конструктів, що на рівнях свідомості та інтуїції акумулюють усі знання, уявлення, досвід, асоціації людини про кількість.

ки те, що хочеться» тощо).

З огляду на такий міфологічний сюжет найефективнішими профілактичними засобами боротьби з надмірною вагою визнаються такі соціальні практики, що націлюють на постійний свідомий контроль «щодо загрози», зокрема:

- заохочується скрупульозність щодо регламентації природних функцій впродовж тривалого періоду часу (суворе дотримання рекомендацій щодо харчового режиму або спеціальної системи харчування; систематичне ведення харчового щоденника; планування меню виходячи з результатів підрахунку калорій, жирів, білків, вуглеводів та глікемічного індексу; регулювання фізіологічних процесів випорожнення тощо);

- схвалюється жорстке дотримання певного режиму щодо фізичних навантажень (при цьому у випадку незадовільного результату після зважування або порушення дієти інтенсивність тренування корегується).

Відповідно особа, яка через медичний дискурс зорієнтована на підвищену увагу до свого тіла та неадекватно прочитує рекомендації (текст) щодо зменшення вживання жирної, смаженої та калорійної їжі, вирішує зовсім відмовитися від вживання «шкідливих» продуктів. Це може інтерпретуватися по-різному: як *реалізація моральної концепції здоров'я*, як *запобігання карі за «гріх обжерливості»* або як *індивідуальний стиль харчової поведінки*, зумовлений підвищеною цінністю

тіла та уявленнями про можливі хвороби. Водночас у подібній системі ціннісних координат очевидною є несформованість адекватного розуміння ситуації та певних дискурсів («раціонального харчування», «міри», «гнучкості поведінки» тощо), що й зумовлює хибні стратегії «турботи про себе». На цьому тлі індивіди заради схуднення здійснюють багато помилок (виконують очисні процедури, проводять багаточасові виснажливі фізичні тренування, ігнорують дискомфортні відчуття голоду й болі у шлунково-кишковому тракті, вживають таблетки для схуднення «для профілактики ожиріння» навіть при відсутності проблеми тощо).

Характерною особливістю *санітарної просвіти, як інформаційної системи та культурного тексту*, є ефективні способи подачі медичних знань і навичок догляду за тілом. Зокрема, щодо теми «харчової поведінки» та «надлишкової ваги тіла» популярно описується роль харчування та вплив «нездорового способу життя» на розвиток патологічних процесів в організмі, пропонуються різноманітні практики самоспостереження, самодослідження і контролю щодо нормальних процесів фізіологічного функціонування за допомогою різноманітних приладів та інструментальних технологій (калькулятор денного раціону кілокалорій, ваги для зважування продуктів з метою контролю добової кількості їжі та складання добового раціону, ваги для контролю маси тіла, аналізатор жирової і м'язової маси,

метаболічного віку, прилади з метою корекції фігури тощо).

На наш погляд, суб'єктивне сприйняття індивідом свого тіла як джерела шкідливих бажань та об'єкта трансформацій (шляхом фізичних навантажень, очисних процедур, різноманітних дієтичних і косметологічних процедур, масажу та ін.) обумовлює відчуження тіла (при цьому, чим більш неприємною є процедура, яка відбувається з тілом, тим глибше його відчуження). Підтвердження нашої точки зору знаходимо у наукових роботах низки авторів (А. М. Дорожевец, В. М. Нікітін, В. В. Ніколаєва та ін.) [1; 3; 4].

У тих випадках, коли бажана поведінка представляється не як набір автоматизованих, рутинних навичок, а як усвідомлене активне прагнення щодо попередження захворювання, профілактичний дискурс стає початковою стадією іпохондричного дискурсу (на основі пропагування іпохондричної ідеї: «якщо хвороба можлива, то необхідно прийняти профілактичні засоби з метою її попередження»; «зайва вага – серйозна загроза для здоров'я, і відповідно, цю «загрозу» необхідно попереджати» тощо).

Друга інформаційна метасистема (за В. В. Ніколаєвою) представлена сферою альтернативної медицини, яка впроваджує в життя оздоровчу ідеологію, але не пов'язана з

офіційною медичною практикою. Дана система містить у собі різноманітний спектр ідей нетрадиційної медицини («околомедичного» та ізотеричного характеру), що широко репрезентується в інформаційній продукції: книгах, спеціалізованих журналах, газетах, публікаціях в інтернет-мережі та у телевізійних програмах (що було розглянуто нами у статтях [12; 13; 17]).

Основна ідея оздоровчого дискурсу у моделі альтернативної медицини – це *контроль та керування тілесними подіями за допомогою специфічних (магічних) дій*. При цьому, також як у попередній системі, боротьбу з проблемою можна починати навіть за її відсутності⁴.

Міфологічний сюжет даної метасистеми – націлює на *активність та спеціальні зусилля на основі сакрального знання*. Отже, у центрі моделі є ідея про те, що «здоров'я» або «красиве струнке тіло» – це дар, що можна отримати лише завдяки націленості на специфічні (магічні) активні дії (ритуали), що супроводжуються молитвами, заклинаннями, замовляннями «на схуднення», «на зникнення жиру», «на дотримання дієти» тощо. При цьому зауважується, що при проведенні лікувальних обрядів виконавці повинні чітко дотримуватися певних умов (часу і місця проведення та інших деталей). Серед речей, які найчасті-

⁴ Прикладом є різноманітні статті у ЗМІ, присвячені застосуванню магічних дій щодо схуднення, збереження фігури, моделювання привабливих форм тіла тощо. Часто подібна продукція супроводжується фразами типу: «думаю, що способи зниження ваги та схуднення цікаві і тим, у кого на сьогодні струнка фігура і гарні форми». Джерело: <http://megasite.in.ua/13965-yak-skinuti-zajjvu-vagu-shudnuti-magiya-horosha-figura.html>.

ше пропонуються використовувати для проведення магічних дій є наговорена вода, сало, земля, вогонь, дим, свячені трави, речі чорного та червоного кольорів тощо. Зазначимо, що націленість на такі дії виводить сприйняття тіла з тілесно-емпіричного і предметно-речового поля на інший «невидимий» рівень за яким ховається тасмнічість і загадковість та на який «не здатний» піднятися розум.

У наш час, на тлі кризи традиційної медицини та інституційних релігій спостерігається не тільки експансія релігійно-містичних вчень та нетрадиційних підходів до проблем тілесності, але і яскравий спалах інтересу до подібної інформації.

Водночас міфологічний сюжет «натякає» на наявність універсального способу вирішення всіх проблем. У прадавньому світі такою була панацея⁵. У пізніші часи, майже до початку ХХ сторіччя, найпоширенішими засобами профілактики від захворювань та будь-яких інших неприємностей були амулети, обереги, апотропеї, ритуальні дії (ритуали купання в ополонці на Хрещення, биття свяченими гілками верби у Вербну Неділю тощо), котрі в народній уяві захищали від усієї «напасті», що

виникали від уроків або внаслідок порушення заборон (за Н. І. Серебрянніковою⁶, с. 13).

Сучасним аналогом даного міфу є різноманітні методики оздоровлення, що потребують певного «курсу лікування» (Є. М. Райзман, І. Я. Стоянова, О. Ш. Тхостов) [5; 7; 8]. При цьому конкретних «чудо-рецептів» на сторінках інформаційної продукції – величезна безліч⁷. Зауважимо, що більшість сайтів присвячених означеній проблематиці починається словами, щось на зразок: «Якщо боротьба із зайвими кілограмами до цього момент не принесла результатів – на допомогу прийде магія – час звернутися до замовлення та інших магічних дій» тощо.

Результатом впливу оздоровчого міфу альтернативної медицини є формування активності, що має характер групової діяльності, при цьому неважливо, діє індивід у складі групи або самостійно. Важливо, що він відчуває єдність із тими, хто підтримує цю ідею та реалізує її в житті. Така діяльність підтримує ідею збереження гарної фігури або збереження здоров'я і тому для свого ініціювання не потребує наявності означених проблем, а отже може бути означена як «соціальна іпохондрична

⁵ Панацея – міфологічний універсальний засіб від усіх хвороб. Пошуком панацеї займалися алхіміки. Сьогодні термін «панацея» вживається в образному сенсі, означаючи засіб, який може вирішити всі проблеми, причому не тільки медичного характеру.

⁶ Серебряннікова Н. І. Обрядові аспекти народної лікувальної практики слов'янського населення південно-західної України : автореферат дис. на здобуття наукового ступеня кандидата істор. наук: спец. 07.00.05 – етнологія / Н.І.Серебряннікова. – К., 2004. – 22 с.

⁷ Прикладом такого «міфічного» способу рятування від багатьох проблем може виступати наступний: «якщо 15-30 днів підряд, на голодний шлунок їсти відварний несолоний, попередньо вимочений п'ять днів рис, то весь організм очиститься та зникнуть усі проблеми (зайва вага, «шишки» на ногах біля великого пальця, зникне «соляний» горб на «зашийку»), перестануть боліти суглоби, нормалізується тиск та взагалі усе нормалізується. Легкість у всьому тілі, відмінне самопочуття і настрій стануть вашими супутниками» [228]. Надане описання є склбінованим на основі інформації про очищення рисом та відгуків тих, хто вже користувався даним методом з сайтів your-diet.ru та www.AzbukaDiet.ru.

практика».

На наш погляд, яскравим прикладом подібної групової діяльності є різні неформальні співтовариства, що об'єднуються на підґрунті споріднених поглядів на харчування, проблемної ХП», проблем щодо корекції тіла тощо. Найвідоміші віртуальні спільноти, що активно спілкуються в Інтернет-мережі – це «орторексисти», «вегани», «анорексисти», «буліміки», «качки», «товстуні», «сонцеїди» (бретаріанці, праноїди), «аскети» і т.п., які обирають для себе особливий маркований спосіб приймання їжі та наполегливо дотримуються обраної стратегії у повсякденному житті (навіть до повної відмови від їжі), вважаючи це необхідною умовою досягнення власної мети – «бути привабливою», «гарною», «здоровою», «обраною», «успішною», «незвичайною», «здатною до володіння унікальними здібностями» «наділеною надможливостями» тощо.

Поширеність кількості людей, що втрачають на цьому підґрунті гнучкість поведінки та акцентуються на певній аутодеструктивній, антивітальній стратегії харчової поведінки об'єктивно призводить до розширення групи ризику щодо крайніх варіантів патологічного модусу психосоматичного феномену ХП (маються на увазі розлади ХП, що описано у нами у публікаціях [18; 19; 20; 21]).

Отже іпохондрична ідея та оздоровчий міф альтернативної медицини про «необхідність постійного контролю» та

«необхідність цілеспрямованої наполегливої активності», також як і попередня інформаційна метасистема, зумовлюють формування іпохондричного дискурсу внаслідок чого тіло набуває властивості об'єкта та відчужується.

До *третьої інформаційної метасистеми*, що сприяє формуванню іпохондричного дискурсу відноситься реклама, яка реалізується у відповідних рекламних текстах та образах.

Л. М. Хавкіна, у своєму дослідженні реклами, як чинника і продукту новітнього міфотворення, зазначає: «в ситуації активного впровадження рекламою в масову свідомість психологічних і поведінкових установок саме міф є універсальним інструментом художньо-образної організації рекламної концепції, формою вираження одвічних психологічних начал і культурних моделей» [10, с. 6]. Авторка звертає увагу на те, що реклама, як текст і дискурс, наскрізно ґрунтована на апелюванні до міфу як комунікативного феномену, що позначений глобальністю проникнення в індивідуальне й соціальне життя та має визначальну вагу і роль в їх дискурсивному конструюванні та виявах. «Апелюючи до міфологічного мислення з його бінарною логікою, реклама пропонує новий альтернативний світ, позначений домінуванням архетипових реалій..., котрий при декодуванні реципієнтом не лише забезпечує прагматичний результат рекламної комунікації, але й відбиває та формує масову свідомість, активно долучаючись до процесу

соціалізації (псевдо соціалізації) особи й пізнання нею світу та його законів» [10, с.330].

Близьку позицію займає Д. Бровкін, який розглядає основні дефініції аналітичної психології К. Юнга (архетип, знак, символ) у площині рекламного дискурсу та розкриває механізми ефективного рекламного впливу. Автор відзначає властивість рекламної продукції викликати та закріплювати бажані асоціації через пред'явлення архетипічних символів, після чого рекламовані об'єкти можуть наділятися певними надцінностями (влади, престижу, успіху, щастя) (цит. за Л. М. Хавкіною) [10, с. 27].

На думку В. В. Ніколаєвої, саме рекламний дискурс найбільшою мірою зумовлює відчуження тіла, оскільки презентує тіло і звичайні життєві ситуації, пов'язані зі здоров'ям і доглядом за тілом, у вигляді об'єкта, що можна та необхідно трансформувати [4, с. 43].

Аналіз рекламних текстів, що спрямовано на висвітлення теми в континуумі «здоров'я-хвороба» дозволяє зазначити, що процес об'єктивності тіла та його відчуження у рекламі стають тотальними. Спираючись на термінологію О. Ш. Тхостова, можна стверджувати, що ніякі аспекти тілесності, не мають шансу залишатися «прозорими». Об'єктом уваги реклами є як різноманітні суб'єктивні переживання (біль, напруження, дискомфорт у шлунку або в інших частинах тіла), так і процеси біологічного характеру (травлення, виділення, запліднення, розмноження бактерій тощо, які представля-

ються яскравими зоровими образами та вербальними слоганами. Зокрема, процес приймання їжі у рекламному міфі представлений як процес порушення кислотно-лужного балансу в ротовій порожнині.

Основний міфологічний сюжет рекламного дискурсу пов'язаний з містифікацією, внаслідок якої відбувається підміна мотиву і джерел суб'єктивних переживань та міжособистісних відносин. Так, наприклад, джерелом радості є не внутрішній душевний стан (здоровий і веселий дух), а зовнішня привабливість і доглянутість; можливість познайомитися з партнером, успішність у ділових та любовних відносинах пов'язується з відсутністю запаху поту, білизна зубів, зручністю прокладок, відсутністю метеоризму, запаху з рота тощо.

У структурі рекламного міфу індивід отримує можливість змінювати свій внутрішній світ та настрій, а також своє соціальне оточення шляхом трансформації тіла, зокрема, завдяки маніпуляціям із запахом тіла, пишністю або кольором волосся, що начебто здатні привернути увагу, симпатію та любов інших людей.

На наш погляд, подібні стратегії поведінки є сучасною трансформацією первісних магічних дій. Доречно згадати сакральні ритуальні дії первісних племен, котрі перед полюванням виконували певні ритуали з різними об'єктами, які мали магічний смисл. У наші дні подібні ритуальні магічні дії над тілом або фо-

тографією людини здійснюють сучасні чаклуни, екстрасенси, цілителі, які беруться вилікувати тяжкий недуг і повернути здоров'я, зняти порчу, знизити вагу, передбачити долю, захистити бізнес, усунути конкурентів, повернути коханого тощо. Усі ці стратегії поєднує загальна функція, що створює обрядово-ситуативний контекст та зміцнює віру в надприродне. Відповідно до цього контексту тіло має роль магійного об'єкта, а маніпуляції з тілом (об'єктом) дозволяють не тільки змінювати свою долю і майбутнє, але й управляти іншими людьми, підкоряти їх собі за рахунок маніпуляцій з тілом, яке наділяється функціями досконалості і всемогутності (в т.ч. щодо власної суб'єктності). Важливо, що тіло тут виступає не як частина «Я», а як відчужений об'єкт, за допомогою якого з'являється можливість ефективного управління власною психікою.

На основі вищезгаданого зазначимо певний функціональний (генетичний) зв'язок між новітнім суспільним міфом (зокрема рекламним) та архаїчними (сакральними) міфами, між повсякденними та невротичними ритуалами. На наш погляд, вони мають чимало спільного на рівні внутрішньої структури та призначення, транслюючи, з одного боку, комплекс світоглядних установок, з іншого – креативну практичну діяльність, цілеспрямовану на зниження психічного напруження, досягнення відчуття комфорту і задоволення, зміцнення психологічної стійкості і т.п. (що детально описано у відповідних публікаціях [14; 15; 16; 20;

21]).

Отже, іпохондричний дискурс, як текст, формує *іпохондричний стиль поведінки*, який виявляється у сенсibiлізації до суб'єктивного тілесного досвіду та є узагальненою категорією. Відповідно іпохондричний стиль поведінки розглядається низкою вчених (Є. М. Райзман, А. Б. Смулевич, І. Я. Стоянова та ін.) та нами як базисне транссиндромне/епіфеноменологічне поняття [5; 6; 7; 19; 20; 21].

Узагальнення основних ідей В. В. Ніколаєвої, щодо впливу дискурсів сучасних інформаційних метасистем (санпросвіти, альтернативної медицини, реклами) та формування іпохондричного метасиндромного утворення з поступовим відчуженням тіла, зображено на Рис. 1.

Описаний підхід дозволяє окреслити шляхи феноменологічного розмежування між викривленими варіантами проблемної харчової поведінки у континуумі патологічного модусу «переїдання – відмова в їжі».

У випадку домінування стратегії переїдання та перебування у ситуації *реальної зайвої ваги на тлі хронічної незадоволеності*, зосередженість на міфологічних ідеях іпохондричного дискурсу (оздоровчого та/або рекламного міфів) створює умови для об'єктивації та відчуження тіла від «Я», що супроводжується формуванням специфічного «лінгвістичного тіла» певного змісту («я нічого не можу зробити з моїм тілом», «я хотіла б ігнорувати своє тіло, але завжди є хтось, хто нагадає, яке

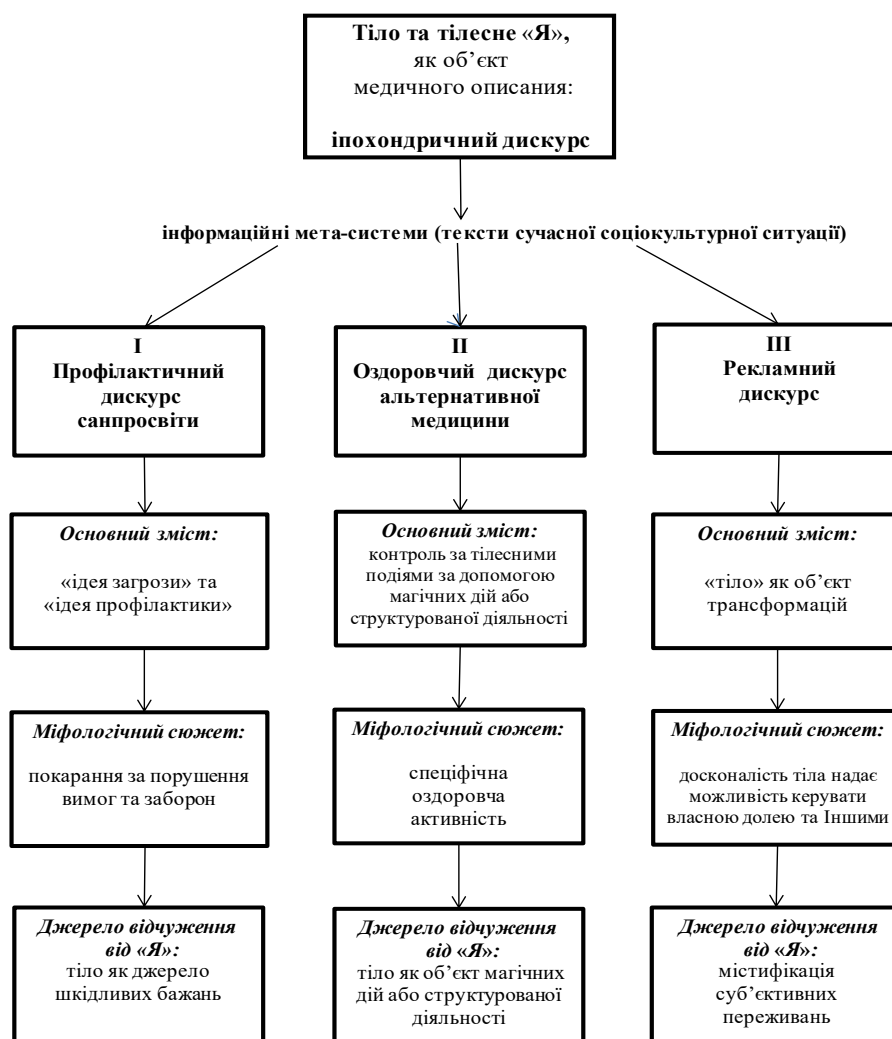


Рис. 1. Репрезентації іпохондричного дискурсу у текстах інформаційних систем (санпросвіти, альтернативної медицини, реклами)

воно огидне» і т.п.). Відзначимо, що конкретних варіантів «внутрішнього звучання» може бути безліч, але важливіше інше – з тілом відбувається катастрофа, від нього відмовляються, його вважають негідним. Засоби боротьби з проблемою ваги добираються без урахування причин її виникнення (шляхом магічних дій або інших засобів, виходячи з обіцянок та гасел реклами, що процес схуднення не потребує жодних зусиль). Отже, за своєю сутністю,

тіло кидають на прозволяще. У таких випадках виявити істинну турботу про тіло не уявляється можливим, тому що виявити турботу можна тільки за умови визнання, що воно (тіло) – гідне піклування і поваги, внаслідок чого тіло залишається без належного контролю.

Безконтрольність щодо власної тілесності, особливо чітко виявляється у специфічному зниженні рефлексії щодо кількості їжі,

що приймається під час приступів «обжерливості» або описання тіла як формалізованого об'єкта (що свідчить про його відчуження). Конкретизуємо вищенаведене декількома прикладами: «я намагаюся не дивитися на себе у дзеркало, щоб не бачити цього неподобства»; «я забороняю близьким себе фотографувати і знімати на відео, тому що знаю, той «бегемот», який на фото – це не я, усередині я інша» і т.п. Таким чином, «відмова від неприйнятної тіла» зумовлює зсув акценту «турботи про себе» на зневагу до тіла, що неминуче породжує переживання тривоги, емоційної нестабільності, відчуття безпорадності тощо.

На відміну від попереднього варіанту, у випадку перебування в ситуації *уявної* зайвої ваги на тлі хронічної незадоволеності та домінування стратегії «обмеження в їжі» (у крайньому варіанті – анорексії), зосередженість на міфологічних ідеях іпохондричного дискурсу (перш за все, профілактичного міфу) створює умови для об'єктивації та відчуження тіла від «Я» на основі формування надцінної ідеї «зайвої ваги» та «необхідності репресій» (необхідності тримати своє тіло у «жорстких рукавицях»). Надмірна фіксація на «ідеях загрози» (зайвої ваги) та «кари» (за порушення харчових заборон) визначає виникнення та розвиток нав'язливого страху щодо

можливості потовстіти. Стратегія боротьби із зайвою вагою трансформується в аутодеструктивну стратегію боротьби з власним тілом та формує розвиток індивідуального критичного дискурсу щодо свого тіла (у крайньому варіанті – «ненависть до власного тіла»).

Означений дискурс зумовлює прагнення індивіда зробити своє тіло більш естетичним, привабливим, легким, чистим. Задля цього людина готова здійснювати специфічні травматичні маніпуляції (дотримуватися суворої монодієти, надмірно обмежувати себе в їжі, виснажувати організм надмірними фізичними навантаженнями). У випадку *булімії* репресії до тіла посилюються специфічними очисними процедурами (клізмування, викликання штучної блювоти тощо). Персональна даність індивіда набуває статусу контролю та режиму насилля щодо власного тіла. При цьому практика ретельного нагляду за тілом та безпосереднього насилля над ним спрямована не стільки на досвід тілесного страждання, скільки на підсилення в собі психологічного комплексу влади (компенсаторна функція домінування).

Підтвердження даної позиції знаходимо у роботі В. О. Васютинського, присвяченій дослідженню психології влади в інтерактивному дискурсі. Автор наголошує на тому, що для особи, невпевненої у власних силах, психологічно слабкої, неспроможної до адекват-

⁸ Васютинський В. О. Психологія влади в інтерактивному дискурсі [Електронний ресурс] // В. О. Васютинський // Незалежний культурологічний часопис «І». – 2003. – № 30. – С. 62-71. – Режим доступу: <http://www.ji.lviv.ua/n30texts/vasutynskij.htm>

ної реалізації прагнення до влади, здійснення владних повноважень є надзвичайним модусом активності. Дослідник підкреслює: «особливо актуальним таке прагнення стає для невротичних особистостей і є, власне кажучи, одним із найзначущих елементів конструйованого ними «несправжнього», вигаданого невротичного світу. У такому неадекватному відображенні дійсності позбавлена реальних владних можливостей особа захищається від усвідомлення своєї неповноцінності тим, що уявляє себе істотою владною, спроможною, потентною»⁸(с. 62). Разом з тим, науковець зазначає, що «оскільки в основі фіктивного компенсаторного владного статусу лежить не справжня психологічна міць, а особистісна слабкість, то через будь-які вияви такої «домінантної» позиції тою чи тою мірою проступає психологічна неадекватність. Відтак зазнавані невдачі, як правило, спонукають індивіда не до належної корекції поведінки, а до ще виразніших намагань укріпити свою владність. Такі залежності становлять одну з істотних характеристик невротичного кола (те саме с. 63).

Отже, підводячи підсумок щодо *перебування у ситуації уявлюваної зайвої ваги*, вважаємо, що болісність суб'єктивних переживань щодо негативного травматичного тілесного досвіду зумовлює інверсію лінгвістичного наповнення поняття «турбота про тіло». Вона виявляється у цілеспрямованих діях по «знищенню» власного тіла, що призводить до

«втрати тіла», внаслідок чого про нього можливо «подбати». Хворі на анорексію та булімію наполегливо прагнуть підкорити відчужене тіло та отримати над ним владу. Це яскраво виявляється у посиленні інтенсивності рефлексії специфічного характеру. Йдеться про стаєни, коли наростання актуальності, інтенсивності і болісності безпосередніх тілесних переживань (як соматичних, так і психічних) не супроводжується тривожними побоюваннями іпохондричного змісту перед виникненням важкого захворювання, і навіть перед смертю від важкої недуги на тлі чого можуть підсилитися тенденції до самоушкодження або навпаки хворі на НА і НБ починають будувати плани на «нове життя», що отримало термін «політ в здоров'я» (А. Bessier; за А. Б. Смулевич) [6, с. 9]. Подібна рефлексія, на наш погляд, це спосіб включення свого відчуженого тіла у контекст страждання, болі, необхідності активних стратегій боротьби і т.п., це узгоджується з позицією ряду авторів про соматопсихічну деперсоналізацію у рамках надцінної іпохондрії (Є. М. Райзман, А. Б. Смулевич, О. О. Фільц та ін.) [5; 6; 9].

Висновки.

Формування «іпохондричного дискурсу», «іпохондричного тіла» і «іпохондричного стилю поведінки» відбувається під впливом трьох основних інформаційних мета-систем і відповідних їм дискурсів – «профілактичного», «оздоровчого» і «рекламного», кожний з яких у випадку фікса-

ції на ньому (нав'язливого прагнення строго йому слідувати) сприяє відчуженню тіла і викривленню поведінкових стратегій аж до патологічного рівня – крайніх варіантів патології тілесності (соматопсихічного або психосоматичного характеру).

Різні варіації харчової поведінки у континуумі «норма – патологія», в т.ч. крайні варіанти патологічного модусу проблемної ХП (анорексія, булімія, психогенне переїдання та ожиріння) є варіантами іпохондричного метасиндромного утворення, оскільки, з одного боку, є стратегіями які формуються внаслідок надмірної фіксації на тілесних відчуттях, а з іншого, – мають на меті (навіть ті, які на думку інших мають дезадаптивний характер) досягнення тілесного комфорту і подолання чинників, які суб'єктивно сприймаються як загрозові.

Іпохондричний дискурс сучасних культурних текстів, з одного боку, спрямовує індивіда на розуміння цінності свого здоров'я та «турботу про себе», але з іншого – сприяє надмірній фіксації уваги на окремих аспектах функціонування власної тілесності, що суттєво перекидає акценти життєдіяльності. Можна передбачити, що особа, під впливом постійної іпохондричної стурбованості (зайвою вагою, загальним станом свого здоров'я тощо), замість реалізації власного потенціалу є постійно стурбованою і зорієнтованою на перманентне спостереження і контроль за предметом своїх страхів (правильною організацією

харчування, правильним функціонуванням психофізіологічних процесів свого організму тощо). Іншими словами, життєдіяльність особистості з творчого процесу перетворюється на її життєзабезпечення.

Перспективи подальших наукових пошуків ми вбачаємо у дослідженні впливу засобів масової інформації на харчову поведінку людини у розрізі різних вікових періодів.

Перелік використаних джерел:

1. *Дорожевец А. Н.* Искажение образа физического Я у больных ожирением и нервной анорексией : автореф. дис. на ... канд. психол. наук : спец. 19.00.04 – медицинская психология / А. Н. Дорожевец. – М.: МГУ, 1986. – 19 с.
2. *Лукьяненко Т.* Очищение организма рисом [Электронный ресурс] / Татьяна Лукьяненко // your-diet.ru. – Режим доступа: <http://your-diet.ru/?p=859>
3. *Никитин В. Н.* Онтология телесности: смыслы, парадоксы, абсурды / В. Н. Никитин. – М.: Когито-Центр, 2006. – 320 с.
4. *Психосоматика: телесность и культура* / Под ред. В. В. Николаевой. – М.: Академический проект, 2009. – 311 с.
5. *Райзман Е. М.* Ипохондрия и субъективный телесный опыт / Е. М. Райзман, М. М. Мучник, И. Р. Семин // Сибирский вестник психиатрии и наркологии. – 1997. – № 1–2 (3). – С. 89–94.
6. *Смулевич А. Б.* К вопросу о психопатологической систематике ипохондрии / А. Б. Смулевич // Журнал невропатологии и психиатрии. – 1996. – Вып. 2. – С. 9–13.
7. *Стоянова И. Я.* Психологические образования в норме и патологии : автореф. дис. на ... докт. психол. наук : спец. 19.00.04 – медицинская психология / И. Я. Стоянова. – Томск, 2007. – 47 с.
8. *Тхостов А. Ш.* Интроцепция и ипохондрия: психологиче-

- ская и философская проблема / А. Ш. Тхостов // Независимый психиатрический журнал. – 1993. – N 1–2. – С. 5–22.
9. *Фильц А. О.* Проблема небредовой ипохондрии : автореф. дис. на ... докт. мед. наук: спец. 14.00.18 – психиатрия / А. О. Фильц. – М.: НЦПЗ РАМН, 1993. – 49 с.
10. *Хавкіна Л. М.* Сучасний український рекламний міф /Л. М. Хавкіна. – Харків : Харківське історико-філологічне товариство, 2010. – 352 с.
11. *Шебанова В. І.* Ритуали як шлях пізнання механізмів харчових розладів / В. І. Шебанова // Актуальні проблеми психології : Зб. наук. праць Інституту психології імені Г. С. Костюка / Гол. ред. С. Д. Максименко. – К., 2013. – Том 11. – Психологія особистості. Психологічна допомога особистості. – Вип. 7. – Частина 2. Ніжин: ПП Лисенко М.М., 2013. – С. 529–539.
12. *Шебанова В. І.* Влияние телевидения на формирование духовно-нравственных ценностей личности (Начало) / В. И. Шебанова, С. Г. Шебанова // Практична психологія та соціальна робота. – 2010. – №10. – С. 66-70.
13. *Шебанова В. І.* Влияние телевидения на формирование духовно-нравственных ценностей личности (Окончание) / В. И. Шебанова, С.Г.Шебанова // Практична психологія та соціальна робота. – 2011. – №1. – С.38 – 44.
14. *Шебанова В. І.* Розлади харчової поведінки в дзеркалі механізмів психологічного захисту / В. І. Шебанова, С. Г. Шебанова // Науковий вісник Херсонського державного університету: Зб. наук. праць. Серія Психологічні науки / Гол. ред. О. Є. Блинова. – Херсон: Видавничий дім Гельветика, 2013. – Вип. 2. – С. 48-51.
15. *Шебанова В. І.* Ритуали як шлях пізнання механізмів харчових розладів / В. І. Шебанова // Актуальні проблеми психології : Зб. наук. праць Інституту психології імені Г.С.Костюка / Гол. ред. С.Д.Максименко. – К., 2013. – Том 11. – Психологія особистості. Психологічна допомога особистості. – Вип. 7. – Частина 2. Ніжин: ПП Лисенко М.М., 2013. – С. 529-539.
16. *Шебанова В. І.* Ритуали в соціогенезі людства та в онтогенезі людини як шлях пізнання розладів харчової поведінки / В. І. Шебанова, С. Г. Шебанова // Психологічні аспекти психічного здоров'я особистості. Колективна монографія. – Херсон : ПП Вишемирський В.С., 2014. – С. 106 – 135.
17. *Шебанова В. І.* Вплив засобів масової інформації на формування гендерних стереотипів тіла / В. І Шебанова // Соціально-психологічні проблеми гендерної стратифікації суспільства : матер. XI науково-практич. конф. (з міжнародною участю), м. Луганськ, 18-19 квітня 2014 року. – Луганськ : СНУ ім. В. Даля, 2014. – С. 99-102.
18. *Шебанова В. І.* Трансформація пищевых стратегий удовольствия: от ценности сытости к нормированию / В. И. Шебанова // Психология, экономика, право 2014. – № 1. – С. 99–109.
19. *Шебанова В. І.* Харчова поведінка людини, їжа, тілесність як феномени повсякденної реальності (частина 2) / В. І. Шебанова // Проблеми сучасної психології : Зб. наук. праць Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка, Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України / За ред. С. Д. Максименко, Л. А. Онуфрієвої. – Вип. 24. - Кам'янець-Подільський: Аксіома, 2014. – С. 717 – 730.
20. *Шебанова В. І.* Феноменологія харчової поведінки у континуумі «норма– патологія» : Монографія / В. І. Шебанова. – Херсон : ПП Вишемирський В.С., 2016. – 612 с.
21. *Шебанова В. І.* Психологія харчової поведінки : дис. ... доктора психол. наук: 19.00.01 / В. І. Шебанова. – К.: Київський національний університет імені Тараса Шевченка, 2017. – 560 с.

References (Transliteration):

1. *Dorozhevets A. N.* Iskazhenie obraza fizicheskogo Ya u bolnykh ozhireniem i nervnoy anoreksiyey : avtoref. dis. na ... kand. psihol. nauk : spets. 19.00.04 – meditsinskaya psihologiya / A. N. Dorozhevets. – М.: MGU, 1986. – 19 s.
2. *Lukyanenkova T.* Ochislenie organizma risom [Elektronnyiy resurs] / Tatyana Lukyanenkova // your-diet.ru. – Rezhim dostupa: <http://your-diet.ru/?p=859>
3. *Nikitin V. N.* Ontologiya telesnosti: smyslyi, paradoksyi, absurdyi / V. N. Nikitin. – М.: Kogito-Tsentr, 2006. – 320 s.
4. *Psihosomatika: telesnost i kultura /*

- Pod.red.V.V.Nikolaevoy. – M.: Akademicheskiiy proekt, 2009. – 311 s.
5. Rayzman E. M. Ipohondriya i sub'ektivnyiy telesnyiy opyt / E. M. Rayzman, M. M. Muchnik, I. R. Semin // Sibirskiy vestnik psikiatrii i narkologii. – 1997. – # 1–2 (3). – S. 89-94.
6. Smulevich A. B. K voprosu o psihopatologicheskoy sistematike ipohondrii / A. B. Smulevich // Zhurnal nevropatologii i psikiatrii. – 1996. – Vyip. 2. – S. 9–13.
7. Stoyanova I. Ya. Pralogicheskie obrazovaniya v norme i patologii : avtoref. dis. na ... dokt. psihol. nauk : spets. 19.00.04 – meditsinskaya psihologiya / I. Ya. Stoyanova. – Tomsk, 2007. – 47 s.
8. Thostov A. Sh. Introtsepsiya i ipohondriya: psihologicheskaya i filosofskaya problema / A. Sh. Thostov // Nezavisimyy psikiatricheskyy zhurnal. – 1993. – N 1–2. – S. 5–22.
9. Filts A. O. Problema nebredovoy ipohondrii : avtoref. dis. na ... dokt. med. nauk: spets. 14.00.18 – psikiatriya / A. O. Filts. – M.: NTsPZ RAMN, 1993. – 49 s.
10. Khavkina L. M. Suchasni ukrainskiy reklamniy mif /L. M. Khavkina. – Kharkiv : Kharkivske istoriko-filolohichne tovarystvo, 2010. – 352 s.
11. Shebanova V. I. Rytualy yak shliakh piznannia mekhanizmiv kharchovykh rozladiv / V. I. Shebanova // Aktualni problemy psikhologii : Zb. nauk. prats Instytutu psikhologii imeni H. S. Kostiuka / Hol. red. S. D. Maksymenko. – K., 2013. – Tom 11. – Psikhologhiia osobystosti. Psikhologichna dopomoha osobystosti. – Vyp. 7. – Chastyna 2. Nizhyn: PP Lysenko M.M., 2013. – S. 529–539.
12. Shebanova V. I. Vliyanie televideniya na formirovanie duhovno-nravstvennyih tsennostey lichnosti (Nachalo) / V. I. Shebanova, S. G. Shebanova // Praktichna psihologiya ta sotsialna robota. – 2010. – №10. – S. 66-70.
13. Shebanova V. I. Vliyanie televideniya na formirovanie duhovno-nravstvennyih tsennostey lichnosti (Okonchanie) / V. I. Shebanova, S.G.Shebanova // Praktichna psihologiya ta sotsialna robota. – 2011. – №1. – S.38 – 44.
14. Shebanova V. I. Rozlady kharchovoi povedinky v dzerkali mekhanizmiv psikhologichnoho zakhystu / V. I. Shebanova, S. H. Shebanova // Naukovyi visnyk Khersonskoho derzhavnogo universytetu: Zb. nauk. prats. Seriya Psikhologichni nauky / Hol. red. O. Ye. Blynova. – Kherson: Vydavnychiy dim Helvetyka, 2013. – Vyp. 2. – S. 48-51.
15. Shebanova V. I. Rytualy yak shliakh piznannia mekhanizmiv kharchovykh rozladiv / V. I. Shebanova // Aktualni problemy psikhologii : Zb. nauk. prats Instytutu psikhologii imeni H.S.Kostiuka / Hol. red. S.D.Maksymenko. – K., 2013. – Tom 11. – Psikhologhiia osobystosti. Psikhologichna dopomoha osobystosti. – Vyp. 7. – Chastyna 2. Nizhyn: PP Lysenko M.M., 2013. – S. 529–539.
16. Shebanova V. I. Rytualy v sotsiohenezi liudstva ta v ontohenezi liudyny yak shliakh piznannia rozladiv kharchovoi povedinky / V. I. Shebanova, S. H. Shebanova // Psikhologichni aspekty psikhichnoho zdorovia osobystosti. Kolektyvna monohrafiia. – Kherson : PP Vyshemyrskyi V.S., 2014. – S. 106 – 135.
17. Shebanova V.I. Vplyv zasobiv masovoi informatsii na formuvannia hendernykh stereotypiv tila / V. I. Shebanova // Sotsialno-psikhologichni problemy hendernoi stratyfikatsii suspilstva : mater. XI nauково-praktych. konf. (z mizhnarodnoiu uchastiu), m. Luhansk,18-19 kvitnia 2014 roku. – Luhansk : SNU im. V. Dalia, 2014. – S. 99-102.
18. Shebanova V. I. Transformatsiya pischevyih strategiy udovolstviya: ot tsennosti syitosti k normirovaniyu / V. I. Shebanova // Psihologiya, ekonomika, pravo 2014. – № 1. – S. 99–109.
19. Shebanova V. I. Kharchova povedinka liudyny, yizha, tilesnist yak fenomeny povsiakdennoi realnosti (chastyna 2) / V. I. Shebanova // Problemy suchasnoi psikhologii : Zb. nauk. prats Kamianets-Podilskoho natsionalnogo universytetu imeni Ivana Ohienko, Instytutu psikhologii imeni H. S. Kostiuka NAPN Ukrainy / Za red. S. D. Maksymenko, L. A. Onufriievoi. – Vyp. 24. - Kamianets-Podilskyi: Aksioma, 2014. – S. 717 – 730.
20. Shebanova V. I. Fenomenolohiia kharchovoi

povedinky u kontynuimi «norma– patolohiia» : Monohrafiia / V. I. Shebanova. – Kherson : PP Vyshemyrskiy V.S., 2016. – 612 s.

21. Shebanova V. I. Psykholohiia kharchovoi povedinky : dys. ... doktora psykhol. nauk: 19.00.01 / V. I. Shebanova. – K.: Kyivskiy natsionalnyi universytet imeni Tarasa Shevchenka, 2017. – 560 s.

Shebanova Vitaliia

Doctor of Psychological Sciences, Professor of the Department of Practical Psychology, Kherson State University, member of the Ukrainian Union of Psychotherapists, Member of the International Association of Child Psychologists, Psychiatrists and Psychotherapists, member of the Ukrainian Association of Media Psychologists and Media Teachers, member of the European Association of Teachers, Psychologists and Physicians «Science», Kherson (Ukraine)

THE INFLUENCE OF BASIC INFORMATION META-SYSTEMS ON THE FORMATION OF «HYPOCHONDRIACAL DISCOURSE»

ABSTRACT

The article considers the influence of three basic information meta- systems on the formation of “hypochondriacal discourse”, “hypochondriacal body” and “hypochondriacal style of behavior”. Such components of hypochondriacal discourse as “prophylactic”, “health-improving” and “advertising” are presented. It is grounded that the fixation (as impulsive obsession to follow strictly any discourse) promotes the alienation of the body and the distortion of behavioral strategies up to their extreme variants (the pathology of corporeality of the somatopsychic or psychosomatic nature).

It is proved that the subjective perception by the individual of his body as a source of

harmful desires and as an object of transformations (doing exercises, cleansing treatment, and various dietary and cosmetic treatments, massage etc.) causes the alienation of the body (besides, the more unpleasant treatment performed on the body is, the deeper its alienation).

It is described that for the people in a traumatic situation of “real or imaginary overweight on a background of chronic dissatisfaction”, “harmful food” consumption of which (from their point of view) causes “thick body” which must be combated (improved, corrected, modeled) is “the threat system”.

It is proved that eating disorders (anorexia, bulimia, a psychogenic overeating, night eating syndrome etc.) are a part of the structure of hypochondriacal meta-syndromic formation, because they represent behavioral strategies, including eating behavior, the purpose of which (despite their disadaptive character) is directed at struggle with “the threats” and the achievement of physical comfort in accordance with “concern for the body” myth (as the internal subjective picture of life activity).

The hypochondriatic discourse of modern cultural texts, on the one hand, directs the individual to an understanding of the value of his health and “self-care”, but on the other - contributes to excessive fixation of attention on certain aspects of the functioning of their own physicality, which significantly distorts the emphasis of life. One can predict that a person, under the influence of constant hypochondriatic anxiety

(excess weight, general condition of his health, etc.), instead of realizing his own potential, is constantly disturbed and focused on the permanent observation and control over the subject of his fears (proper nutrition, the proper functioning of psychophysiological processes of your body, etc.). In other words, the livelihoods of the creative process turn into life support.

Keywords: hypochondriacal discourse, information meta-system, the alienation of the body, eating disorders.

Шебанова Виталия Игоревна

Доктор психологических наук, профессор кафедры практической психологии Херсонского государственного университета, член Украинского Союза психотерапевтов, член Международной ассоциации2 детских психологов, психиатров и психотерапевтов, член Украинской ассоциации медиапсихологов и медиапедагогов, член Европейской ассоциации педагогов, психологов и медиков «Science», г. Херсон (Украина)

ВЛИЯНИЕ ОСНОВНЫХ ИНФОРМАЦИОННЫХ МЕТА-СИСТЕМ НА ФОРМИРОВАНИЕ «ИПОХОНДРИЧЕСКОГО ДИСКУРСА»

Аннотация. В статье рассмотрено влияние трёх основных информационных мета-систем на формирование «ипохондрического дискурса», «ипохондрического тела» и «ипохондрического стиля поведения». Представлены компоненты ипохондрического дискурса: «профилактический», «оздоровительный» и «рекламный». Обосновано, что фиксация (как навязчивое стремление строго следовать в соответствии с каким-либо дискурсом) способствует отчуждению тела и ис-

кажению поведенческих стратегий вплоть до их крайних вариантов (патологии телесности соматопсихического или психосоматического характера).

Описано, что субъективное восприятие индивидом своего тела как источника вредных желаний и объекта трансформаций (путем физических нагрузок, очистительных процедур, различных диетических и косметологических процедур, массажа и пр.) обуславливает отчуждение тела (при этом, чем более неприятна процедура, которая производится с телом, тем глубже отчуждение тела).

Представлено, что для людей в травматической ситуации «реального или воображаемого избыточного веса на фоне хронической неудовлетворенности», «вредная еда», потребление которой (с их точки зрения) вызывает «толстое тело», с которым необходимо бороться (улучшать, исправлять, моделировать) является «системой угроз».

Показано, что различные вариации пищевого поведения в континууме «норма – патология», в т.ч. крайние варианты патологического модуса проблемного пищевого поведения (анорексия, булимия, психогенное переедание и ожирение) являются вариантами ипохондрического метасиндромного образования, поскольку, с одной стороны, являются стратегиями, которые формируются вследствие чрезмерной фиксации на телесных ощущениях, а с другой, обусловлены целью – достижением телесного комфорта и преодоления

факторов, которые субъективно воспринимаются как угрожающие.

Ипохондрический дискурс современных культурных текстов, с одной стороны, направляет человека к пониманию ценности его здоровья и «самопомощи», а с другой – способствует формированию чрезмерной фиксации внимания на некоторых аспектах функционирования собственной телесности, что значительно искажает акценты жизнедеятельности. Можно предположить, что человек под воздействием постоянной ипохондрической обеспокоенности (избыточным весом, общим состоянием своего здоровья и т. п.) вместо осознания своего собственного потенциала, фокусируется на постоянном наблюдении и контроле над предметом своих страхов (правильным питанием, правильным функционированием психофизиологических процессов тела и т. п.). Другими словами, жизнедеятельность личности из творческого процесса превращается в жизнеобеспечение.

Ключевые слова: ипохондрический дискурс, информационная метасистема, отчуждение тела, нарушения питания.

Дата отримання статті: 01.04.2018

Дата рекомендації до друку: 17.04.2018

Дата оприлюднення: 19.04.2018