

# Annales Universitatis Paedagogicae Cracoviensis

Studia de Cultura VI (2014)

## RECENZJE

**Agnieszka Ogonowska**

Uniwersytet Pedagogiczny w Krakowie

### **Sieć i e-osobowość, czyli o nowych (potencjalnych) sposobach profilaktyki uzależnień, diagnozy i leczenia patologicznego użytkownika Internetu**

**Elias Aboujaoude, *Wirtualna osobowość naszych czasów. Mroczna strona e-osobowości*, tłum. Robert Andruszko, Kraków 2012, 321 s.**

Elias Aboujaoude jest doktorem psychiatrii na Wydziale Medycznym Uniwersytetu Stanforda i prowadzi badania dotyczące zaburzeń obsesyjno-kompulsywnych oraz uzależnień behawioralnych. Specjalne miejsce w jego zainteresowaniach naukowych i praktyce medycznej zajmuje problematyka wpływu nowych technologii na zachowanie człowieka, ze szczególnym uwzględnieniem patologicznego użytkownika Internetu. Dał temu wyraz w autorskiej książce zatytułowanej *Compulsive Acts. A Psychiatrist's Tales of Ritual and Obsession* (2008) oraz pracy współredagowanej *Impulse Control Disorders* (z Lorrinem M. Koranem, 2010). W swojej najnowszej książce autor analizuje wirtualne życie jednostek w sieci przez pryzmat rozwoju alternatywnej osobowości, która stopniowo oddziałuje na funkcjonowanie człowieka w „realu”. Dochodzi zatem – zdaniem Aboujaoude’a – do stopniowego i nieświadomionego nakładania się i przenikania cech e-osobowości na osobowość „wyjściową”, co skutkuje zmianami w funkcjonowaniu jednostki, m.in. prowadzi do zaburzeń jej zachowania. Zmiany te zachodzą niezależnie od woli i świadomości użytkownika, w miarę pogłębiania się jego doświadczeń w środowisku wirtualnym.

Do kompulsywnego wykorzystywania aplikacji internetowych przyczyniają się z jednej strony cechy tego medium, z drugiej – czynniki o charakterze genetycznym. Poczucie anonimowości, bezkarności, niewidoczności, braku granic i hierarchii między użytkownikami wirtualnych środowisk prowadzi do rozhamowania zachowań w sieci: wzrostu agresywności, impulsywności oraz całkowitego odwróżliwienia. Internet tworzy z jednej strony cyfrowe środowisko, z drugiej oferuje zapośredniczone formy komunikacji, które sprzyjają nawiązywaniu relacji społecznych i paraspółecznych, a także kreowaniu alternatywnej tożsamości (by wymienić choćby fenomen Second Life, awatary, czy profile na Facebooku). Możliwości technologiczne inspirują użytkowników w każdym wieku do eksperymentowania z alternatywną wersją samego siebie, co z jednej strony może przełamywać pewne zahamowania

(np. lęki społeczne), z drugiej – popychać i motywować ludzi do czynów patologicznych i przestępczych. Tym ostatnim sprzyja zwłaszcza wykształcenie się tytułowej e-osobowości, którą cechują: narcyzm i wyolbrzymione poczucie możliwości, wyniosła postawa wobec innych, nowy zbiór „sieciovych” zasad moralnych, skłonność do impulsywnego zachowania czy regresja do stanów dziecięcych (infantylnie formy myślenia, wartościowania, odczuwania i reagowania). Konstytuujące środowisko sieciowe obiekty społeczne (np. osoby czy instytucje) w sposób zasadniczy wywierają wpływ na zachowanie poszczególnych użytkowników sieci, a często stymulują ich do czynów autoagresyjnych z samobójstwem włącznie. Zwłaszcza że Internet umożliwia także sieciowe życie po życiu, m.in. poprzez aplikacje umożliwiające wykonanie pewnych aktywności w wirtualnym środowisku po śmierci internauty i zgodnie z jego wolą. Niektóre społeczności internetowe motywują jednostki zaburzone do aktów autoagresji i przemocy wobec najbliższych, a także innych często anonimowych użytkowników sieci.

Ponadto voyeurystyczny, a zarazem ekshibicjonistyczny charakter Internetu przekształca sieciowe relacje i wyznania w rodzaj spektaklu medialnego, który rządzi się prawami atrakcji. Wymienione cechy Internetu potęgują, zdaniem autorki książki, zwłaszcza te zaburzenia psychiczne, w których impulsywność jest jedną z cech dystynktywnych. Elias Aboujaoude analizuje opisowo to zjawisko na przykładzie kompulsji seksualnych, kompulsywnego kupowania oraz patologicznego hazardu i e-hazardu. Odkrywa przed czytelnikiem wspólny mechanizm leżący u podłoża tych zachowań: osoba z zaburzeniami kontroli impulsów odczuwa powtarzające się i obciążone lękiem pragnienie, aby zrobić coś, co wydaje się jej ekscytujące w danym momencie. Nie mogąc powstrzymać się od dokonania tego czynu, poddaje się impulsywnemu pragnieniu, co w dłuższej perspektywie może skutkować dysfunkcjami i poczuciem winy. Psychiatra opisuje więc zjawiska charakterystyczne dla patologicznego użytkownika sieci (e-hazard, cyber-sex, przeciążenie informacyjne, uzależnienie od gier wideo *etc.*), zwracając przy tym uwagę, o czym wspomniałam wcześniej, także na czynniki genetyczne predestynujące do „siecioholizmu”. Chodzi m.in. o dwa geny związane z przekaznictwem dopaminy (gen kodujący receptor dopaminy oraz gen kodujący enzym rozkładający dopaminę). Przywołując wyniki badań innych autorów, autor wskazuje na analogię między budową tych genów u osób uzależnionych od gier wideo oraz hazardu i odpowiednio: alkoholików oraz osób uzależnionych od nikotyny. Tym samym ukazuje podobieństwa między genetycznymi uwarunkowaniami uzależnień od substancji psychoaktywnych oraz uzależnień behawioralnych (czynnościowych) na przykładzie Internetu, szerzej: mediów elektronicznych. To ostatnie wskazanie jest niezwykle istotne dla dalszych ustaleń na temat psychologicznych skutków funkcjonowania człowieka we współczesnej cywilizacji medialnej. Internet bowiem zalicza się do tzw. nowych mediów, których cechą dystynktywną jest interaktywność i możliwość prowadzenia komunikacji oraz wykonywania działań w tzw. czasie rzeczywistym. Cechy te z pewnością mają podstawowe znaczenie, jeśli chodzi o patologiczne użytkowanie choćby takich

aplikacji, jak chat (i sex-chat), gry sieciowe czy aukcje internetowe (oraz inne formy e-hazardu).

Ponadto sieć jest traktowana jako metamedium, ponieważ w jej obrębie funkcjonuje wiele mediów tradycyjnych (np. telewizja, radio, kino) i tradycyjnych instytucji, które oferują usługi *online*, zachęcając użytkowników do pozostawania w domu. Tym sposobem bezpośrednia komunikacja międzyludzka zostaje zastąpiona przez komunikację między ekranami i monitorami różnych technologii komunikacyjnych, co wyznacza całkowicie nowe standardy i formy zachowań oraz aktywizuje „mroczne” aspekty osobowości człowieka.

Nie lekceważąc wcale pozytywnych stron i zastosowań Internetu, warto podać refleksji jego wpływ na nasze codzienne funkcjonowanie psychiczne, w tym relacje międzyludzkie. Wpływ ten ma charakter krótko- i długoterminowy, w różny sposób oddziałuje na osobowość internautów, a także wyzwala i wzmacnia istniejące u nich zaburzenia psychiczne.

Technologia z pewnością zmienia świat człowieka, ten wewnętrzny i społeczny, ale także motywuje do pogłębionej refleksji nad obliczem psychologii i psychoterapii w zmieniającym się świecie. Do tego też z pewnością zachęca recenzowana książka, bowiem autor – obok rozważań teoretycznych i sprawozdań z wyników badań poświęconych sieci – wykorzystuje szereg przykładów praktycznych (anegdot, wypowiedzi pacjentów i internautów, fragmentów popularnych artykułów prasowych). Dzięki przystępnemu językowi trafia zarówno do osób profesjonalnie zajmujących się psychoterapią i psychologią, jak i wszystkich zainteresowanych współczesną psychologią mediów i możliwymi implikacjami terapeutycznymi prowadzonych na jej terenie badań.

Książka Eliasa Aboujaoude’a z pewnością wpisuje się w ten ważny współcześnie nurt refleksji nad wpływem nowych mediów na kondycję i zdrowie psychiczne współczesnego człowieka, który w coraz większym stopniu jest zanurzony w rzeczywistości wirtualnej, co wynika z charakteru jego pracy, stylów spędzania czasu wolnego promowanych przez współczesną kulturę oraz usług internetowych lansowanych przez instytucje edukacyjne, finansowe, komercyjne czy kulturalne.