

САМОВІДЧУЖЕННЯ НЕСФОРМОВАНОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ

Олег Покальчук, соціальний і військовий психолог,
психотерапевт центру «Інтеграція»,
Український католицький університет
м. Київ, Україна

SELF-ALIENATION OF AN UNFORMED IDENTITY

Oleg Pokalchuk, Social and Military Psychologist,
Psychotherapist at the "Integration" Center,
Ukrainian Catholic University
Kyiv, Ukraine
<https://doi.org/0000-0002-2239-9791>

Вступ. Один із засновників емпіричної соціології, Фредерік Ле Пле, у своїй праці «Les Ouvriers Européens» (Le Play, 1855) висунув тезу, що ландшафт і клімат формують характер. Курт Левін у своїй праці «Ландшафт війни» (Lewin, 1917) також описував, як простір війни формує характери. Антропогенний ландшафт і політичний клімат в світі зазнають тектонічних змін з наростаючою швидкістю. Когнітивні налаштування людини не справляються з цими викликами адекватно.

Процес антропогенезу, навіть з урахуванням стрибкоподібних мутацій, не змінює біохімію людини, відповідальну за базові поведінкові реакції. Префронтальна кора головного мозку сповільнює обробку інформації, яка надходить у принципово новому форматі кодування. Що відбувається з зовнішнім світом Гіпермодерну, з нашим життєвим простором?

Перше – це процес інверсії: атрибути об'єктів стають більш важливими, ніж самі об'єкти.

Друге – технологічна конвергенція веде до злиття біологічних та інформаційних відкриттів і радикально міняє матеріальний світ. Приклад – обставини появи і наслідки пандемії COVID-19.

Третє – гіперіндивідуалізм. Це збільшення особистого вибору і абсолютизація індивідуальності, яка відгороджується дедалі більшими особистими кордонами через надто швидкі зміни функцій об'єктів.

Четверте – відмова від есенціалізму. Гіпермодерн проголошує консервативну повістку, але водночас відкидає постійність і фокусується на постійних змінах і адаптації, що спричиняє когнітивний дисонанс.

І, нарешті, це фіналізований процес взаємовідносин симуляції і атрибутики. Ми живемо в світі, де об'єкти заміщуються своїми атрибутами, що підкреслює домінуючу роль технологій у формуванні реальності. Цей процес був описаний Жаном Бодріаром у 1981 році в праці «Симулякри і симуляції» (Baudrillard, 1981).

Бодріяр виділяє чотири етапи становлення симулякру (Baudrillard, 1981). В минулому образ доброякісно відображав фундаментальну реальність. В епоху Модерну на початку ХХ століття образ вже маскує і спотворює реальність, створюючи недостовірну копію. Постмодерн після Другої Світової маскує відсутність реальності, знаки та образи видають себе за достовірні копії, хоча насправді вже не мають оригіналу. Наша епоха Гіпермодерну оцифровує і доповнює реальність, перетворюючи її в чисту симуляцію. Симулякр не має жодного стосунку до реальності і існує як самостійна сутність, відображаючи лише інші образи та симулякри. Ми знаходимося тут.

Які основні маркери цієї катастрофи комунікаційного простору?

Перше – це стрімка ерозія писемності як явища з тенденцією до деградації і зникнення.

Це зникнення з широкого вжитку діакритичних знаків, використання логограм і лігатур, формування нових символів для спрощення процесу письма. Це характеристики так званого «демотичного письма», яке виникло під час переходу до Нової Доби. Воно відображало потребу в більш швидкій передачі побутової інформації, листування і адміністративних записів, не обтяжених високими духовними сенсами. Сакральні тексти записувалися ієрогліфами. У наш час нова ієрогліфіка відображена в культурі цифрових презентацій. Суть ієрогліфа в тому, що є смислоутворююча основа – «ключ», – до якої додаються адаптивні контекстуальні елементи. Коли ми робимо презентацію, наприклад, в Canva, то працюємо саме в цій парадигмі.

Другий маркер – це стискання часу і збільшення простору комунікації. Ми за кілька секунд можемо зв'язатися з будь-якою людиною на планеті, і це означає, що більше немає потреби фізично готуватися до подолання простору для безпосереднього спілкування. Людина стає більш поінформованою і дедалі самотнішою.

Згідно з теорією відносності Ейнштейна, час тече повільніше біля масивних об'єктів з потужною гравітацією. Функцію цих об'єктів з їхньою притягальною силою використовували смислоутворюючі цінності, які сповільнювали час на прийняття рішень і збільшували рівень їхньої осмисленості. Ерозія, девальвація і зникнення декларованих цінностей минулих століть змінюють суб'єктивну геометрію часу-простору. Особистість губиться в цій новій неевклідовій топографії, як в лабіринті Мінотавра.

Навколишнє середовище стає нетранспортним і нематеріальним. Вибух антропоцену в навколишньому середовищі перетворюється на зворотне втручання середовища в його користувача. Екзистенційне відчуження, яке описували Камю (Camus, 1942) у праці «Сторонній» і Сартр (Sartre, 1938) у книзі «Нудота», перестало бути символом на тлі відносно нормального фону, якщо вживати термін гештальт-психології, і саме перетворилося на фон.

Відтак у суб'єкта зникає операційна потреба у формуванні власної ідентичності. Тому що культурна детермінанта, яка сформувала цей

патерн, більше не існує. Вмикається захисний механізм психічної регресії за означенням: «вихід там, де вхід».

Назву «Синдром Пітера Пена» придумав американський психолог Ден Кілі у книзі «Синдром Пітера Пена: чоловіки, які ніколи не виростили» (Kiley, 1983). Ця книга стала популярною і ввела термін у широкий обіг для опису людей, які відмовляються приймати відповідальність і дорослішати.

Основні риси синдрому включають:

1. Прагнення до максимальної свободи через уникнення відповідальності дорослих.
2. Соціопатична безтурботність, яка спрощує прийняття простих рішень.
3. Егоцентризм та підступність як копінг-стратегії в конкурентних взаємодіях.
4. Відсутність прив'язаностей, ізольованість від інших.

Зміни в Міжнародній класифікації хвороб послідовно переміщують порушення психіки з кластера захворювань до розладів поведінки і далі – до рис характеру. Дестигматизація аутизму через масовість явища перетворила його позитивну «інакшість» і навіть на предмет хизування (як-от Ілоном Маском; див. Saturday Night Live, 2021).

Масове самовідчуження – це закономірне еволюційне явище, пасивна адаптивна поведінка, спрямована на ефективне пристосування до змінних умов зовнішнього середовища чи внутрішнього стану організму. Вона включає когнітивні, емоційні та поведінкові процеси, які дозволяють людині взаємодіяти з соціумом та доквіллям ефективно.

Які основні аспекти адаптивної поведінки?

1. Внутрішня та зовнішня оцінка ситуацій, яка впливає на виникнення емоцій та мотивацію поведінки.
2. Спроможність швидко реагувати на зміни та виклики. Але реакція – це не обов'язково дія.
3. Приймати рішення, які сприяють гомеостазу, збереженню стабільності. В нашому випадку це – завмирання.

Концепція «бий або біжи» була вперше описана американським фізіологом Волтером Бредфордом Кенноном (Cannon, 1915) як реакція організму на стресові стимули. Додаткова реакція «замри» (або ступор) почала розгля-

датися як частина цієї реакції значно пізніше, згідно з викликами часу.

Як самовідчуження пов'язане з деперсоналізацією? Самовідчуження можна розглядати як психологічну проблему, пов'язану з конфліктом між свідомими і несвідомими психічними процесами. Самовідчуження може призвести до невротичної втрати власного «Я» (деперсоналізації) або втрати почуття реальності навколишнього світу (дереалізації). Обидва стани можуть виникати як захисні механізми у відповідь на стресові ситуації.

У нашому випадку ми можемо розглядати процес у зворотному порядку. Спочатку феномен дереалізації, а відтак – відсутність операційної потреби у формуванні власного «Я», тобто деперсоналізація, яка полегшує «нестерпну легкість буття» (Kundera, 1984).

Явища самовідчуження – «інший» – і деперсоналізація – «чужий» – тісно пов'язані, оскільки обидва включають відчуття відчуженості від власної особистості або світу навколо. Деперсоналізація характеризується втратою відчуття власної ідентичності та відчуженням від свого тіла, тоді як самовідчуження може проявлятися як відчуття відстороненості від власних емоцій та дій. Наслідком є соціально схвалений розлад аутистичного спектру, порушення нейророзвитку як нова норма.

Які основні особливості розладів аутистичного спектру, які ми можемо спостерігати у людей, котрі хронічно перебувають в психотравмуючій ситуації?

1. Порушення соціальної взаємодії. Люди з РАС часто уникають зорового контакту, мають труднощі з розумінням емоцій інших та встановленням соціальних зв'язків.

2. Порушення спілкування. Труднощі з мовою, відсутність або обмеження вербальної та невербальної комунікації, включаючи використання жестів та міміки.

3. Обмежені, повторювані моделі поведінки та інтересів. Стереотипні рухи, страх перед змінами та надмірна увага до певних об'єктів чи тем.

Потреба людини в «іншому» ілюструється першим сексуальним досвідом, коли «інший» гіпотетично може відповісти на запит само-розкриття, відповіді на екзистенційне питання «хто я?», на яке ніколи не буває остаточної задовільної відповіді. Тому через певний час «інший» закономірно перетворюється в «чужого»

Процес виходить за рамки, цього разу не біології, а онтології. Це можна описати як остаточну дисперсоніфікацію – перехід від особистості (чогось достатньо конденсованого, щоб відчувати існування) до сутності (чогось, що просто існує).

Іншими словами, ідентичність може перевершити своє власне буття в абсолютному принципі і оцифруватися. Самовідчуження несформованої особистості – це нова реальність самоідентифікації.

Висновки. Процес самовідчуження в умовах сучасної епохи гіпермодерну являє собою масовий феномен, який впливає як на індивідуальну ідентичність, так і на соціальну взаємодію. Технологічна конвергенція, гіперіндивідуалізм та заміщення реальності симуляціями створюють нові виклики для психічного здоров'я та когнітивної адаптації людини. Втрата операційної потреби у формуванні ідентичності та відмова від традиційних цінностей підкреслюють глибокі зміни, які визначають нову онтологію буття.

Список літератури:

- Le Play, F. (1855). *Les Ouvriers Européens*. Imprimerie Impériale. Lewin, K. (1917). *Der Kriegslandschaft*. Psychologische Forschung.
- Baudrillard, J. (1981). *Simulacra and Simulation*. University of Michigan Press.
- Camus, A. (1942). *L'Étranger*. Gallimard. Sartre, J.-P. (1938). *La Nausée*. Gallimard. Kiley, D. (1983). *The Peter Pan Syndrome: Men Who Have Never Grown Up*. Dodd, Mead & Company.
- Saturday Night Live. (2021, May 8). *Elon Musk Monologue*. NBC. <https://www.youtube.com/watch?v=IQ6b5YP1uG4>
- Cannon, W.B (1915) *Bodily Changes in Pain, Hunger, Fear and Rage: An Account of Recent Researches into the Function of Emotional Excitement*. D. Appleton and Company
- Kundera, M. (1984) *L'insoutenable légèreté de l'être*. Gallimard

Анотація. У статті досліджується феномен самовідчуження в умовах сучасної епохи гіпермодерну, що характеризується радикальними змінами антропогенного ландшафту, технологічною конвергенцією та гіперіндивідуалізмом. Автор аналізує, як нові соціокультурні та технологічні реалії впливають на когнітивні налаштування людини, її здатність до адаптації та формування ідентичності. Особлива увага приділяється процесам симуляції реальності, описаним Жаном Бодріаром, які призводять до заміщення об'єктів їхніми атрибутами та створюють нову онтологію буття. У роботі розглядається ерозія писемності, стискання часу та розширення комунікаційного простору, що формують нові виклики для психічного здоров'я. Автор проводить паралелі з екзистенційним відчуженням, описаним Камю та Сартром, яке в сучасних умовах перестає бути винятком і стає фоном повсякденності. Okремо аналізується концепція «Синдром Пітера Пена» як приклад відмови від прийняття відповідальності та традиційних цінностей, що підкреслює кризу дорослішання та соціальної зрілості. Висвітлюється зв'язок самовідчуження з деперсоналізацією та дереалізацією, які виступають захисними механізмами у відповідь на психотравмуючі ситуації. Автор також звертає увагу на соціально схвалені розлади аутистичного спектру, які стають новою нормою в умовах хронічної травматизації. У висновках підкреслюється, що самовідчуження несформованої ідентичності є масовим явищем, яке визначає нові параметри самоідентифікації та соціальної взаємодії. Стаття пропонує розглядати цей процес як адаптивну поведінку, спрямовану на виживання в умовах постійних змін, але водночас як виклик для психічного здоров'я, що потребує нових стратегій психологічної та соціальної підтримки.

Ключові слова: самовідчуження, ідентичність, гіпермодерн, деперсоналізація, технологічна конвергенція, когнітивна адаптація, симуляція, соціокультурні трансформації, аутизм, екзистенційне відчуження.

Abstract. This paper examines the phenomenon of self-alienation in the context of the contemporary era of hypermodernity, characterized by radical changes in the anthropogenic landscape, technological convergence, and hyper-individualism. The author analyzes how new sociocultural and technological realities influence human cognitive attitudes, adaptability, and identity formation. Particular attention is paid to the processes of reality simulation described by Jean Baudrillard, which lead to the replacement of objects with their attributes and create a new ontology of being. The paper examines the erosion of literacy, the compression of time, and the expansion of the communicative space, which pose new challenges to mental health. The author draws parallels with the existential alienation described by Camus and Sartre, which in contemporary conditions ceases to be an exception and becomes the backdrop of everyday life. The concept of “Peter Pan Syndrome” is analyzed separately as an example of a refusal to accept responsibility and traditional values, highlighting the crisis of growing up and social maturity. The connection between self-alienation, depersonalization, and derealization, which act as defense mechanisms in response to psychotraumatic situations, is examined. The author also draws attention to socially accepted autism spectrum disorders, which are becoming the new norm in conditions of chronic traumatization. The conclusions emphasize that the self-alienation of an unformed identity is a widespread phenomenon that defines new parameters of self-identification and social interaction. The article proposes viewing this process as adaptive behavior aimed at survival in conditions of constant change, but at the same time as a challenge to mental health that requires new strategies for psychological and social support.

Keywords: alienation, identity, hypermodernity, depersonalization, technological convergence, cognitive adaptation, simulation, socio-cultural transformations, autism, existential alienation.

Дата першого надходження статті до видання: 07.01.2026

Дата прийняття статті до друку після рецензування: 12.02.2026

Дата публікації (оприлюднення) статті: 29.05.2026



Стаття поширюється на умовах ліцензії відкритого доступу (CC BY 4.0)