

## ANULAREA ORDINII PATERNE ÎN SPAȚIUL TRANZIȚIONAL AL REȚELELOR SOCIALE

ANDREEA VĂDUVA <sup>[1]</sup>

---

*Pornind de la dialectica dintre real și virtual, acest articol explorează rolul pe care rețelele sociale îl au în viața noastră psihică, felul în care se insinuează în formarea și deformarea identității, a relațiilor, a gândirii – ca proces de transformare a trăirilor – și, în final, a realității însăși. Pentru aceasta ne vom uita atât la funcționarea algoritmică a rețelelor, cât și la vulnerabilitățile umane pe care aceasta le exploatează.*

---

**CUVINTE-CHEIE:** spațiul virtual, rețelele sociale, spațiul tranzițional, ordinea paternă, recunoașterea mutuală

### Context

În ultimii ani, poate începând cu pandemia de Covid-19 și culminând cu alegerile politice la nivel global din 2024, a devenit din ce în ce mai evidentă relația dialectică dintre real și virtual: realitatea din spațiul virtual este pusă în act în realitatea comună, care și ea la rândul ei, este reprezentată fragmentat în realitatea spațiului virtual. Se creează astfel o *realitate mixtă*, pe care o trăim deja cu toții, indiferent dacă suntem sau nu utilizatori ai rețelelor sociale și pe care nu ne rămâne decât să o înțelegem, pentru a o putea și a

---

<sup>1</sup> Andreea Văduva este psihoterapeut psihanalitic afiliat INSIGHT- Asociația pentru promovarea psihanalizei teoretice și clinice. Email: andreea.vaduva@outlook.com

ne putea gestiona. Termenul de *realitate mixtă* este preluat de A. Lemma și redefinit în relație cu corpul, care în acest context nu mai este determinat doar biologic și psihic, ci se formează și în relație cu reprezentarea sa (și a celorlalte corpuri) în lumea virtuală; lume de care este modificat și pe care o modifică, rezultând astfel o realitate formată atât din elemente materiale, cât și virtuale (Lemma, A., 2017). Așadar o nouă realitate externă determină inevitabil o nouă realitate internă, atât pentru adulții care au deja o structură de personalitate sedimentată, cât și pentru copiii și adolescenții în continuă formare, care nu sunt doar imersați de timpuriu în spațiul virtual, dar care sunt crescuți și înconjurați de adulții care trăiesc o nouă realitate, mediată de ecrane.

Articolul de față a pornit cu următoarea întrebare în minte: *Cum influențează rețelele sociale dezvoltarea gândirii?* căreia am încercat să îi găesc un răspuns în interviurile narrative (Hollway & Jefferson, 2013) luate celor patru tineri (21-24 de ani) care s-au oferit să participe. În urma acestor întâlniri am avut ocazia, și am recunoștința, de a mă fi apropiat de o părticică din complexa lume internă a tinerilor adulți, lume care cred că ne informează în același timp atât despre experiența copiilor, cât și despre cea a adulților care își petrec suficient de mult timp în spațiul virtual. Așadar, călătoria teoretică ce urmează este ghidată de analiza și interpretarea acestor interviuri (fără, însă, a le prezenta), care sper să aducă mai multă lumină asupra rolului psihic al rețelelor sociale în viețile noastre.

## **Lumea virtuală**

Deși lumea virtuală este incredibil de vastă, oglindind poate complexitatea fantasmatică umană, mă voi rezuma în continuare la a aborda platformele care permit crearea unui profil, publicarea de imagini, mesaje scrise,

videoclipuri, trimiterea de mesaje, urmărirea și conectarea cu ceilalți. În cele ce urmează, mă voi concentra exclusiv pe rețelele sociale bazate pe profiluri publice și interacțiune vizuală. Prin urmare, nu vor fi incluse aplicațiile de mesagerie ca WhatsApp sau Telegram; platforma de conținut video YouTube; rețele dedicate cum sunt LinkedIn sau Pinterest. De asemenea vom exclude din această discuție o bună bucată de univers virtual care contribuie și ea în mod fundamental la influențarea dezvoltării și funcționării psihicului uman: jocurile video, motoarele de căutare, comerțul online, abonamentele de *streaming*, internetul ascuns (*dark web*), criptomonede, pornografia, aplicațiile de *dating*, realitatea virtuală și realitatea augmentată, tehnologia portabilă, robotica și inteligența artificială. Fiecare dintre acestea merită o analiză profundă dedicată. Mai mult decât atât, având în vedere viteza cu care evoluează inteligența artificială, avem nevoie să ne analizăm constant relația cu formele ei recente care se bazează pe modele lingvistice de mari dimensiuni. Riscurile cele mai perfide fiind pe de-o parte cel de a simula intimitatea, ceea ce deschide multe căi de cercetare (de exemplu cât de legată este intimitatea de limbaj, până unde poate ea fi simulată și cu ce consecințe), iar pe de altă parte cel de a ne simula gândirea fără să o stimuleze, facilitând astfel atacul asupra gândirii.

### **Schimbarea la față a rețelelor sociale**

Deși rețelele sociale au debutat ca niște spații virtuale oferite gratuit utilizatorilor, pentru a facilita relaționarea și creativitatea, la câțiva ani de la adoptarea lor în masă și de listarea la bursă a companiilor care le dețin, ele au început să-și schimbe scopul și funcționarea, devenind mai mult decât niște afaceri profitabile. În 2015 Facebook începuse să-și creeze algoritmi care personalizau dinamic fluxul de știri al fiecărui utilizator (*news feed*-ul

- interesantă utilizarea cuvântului *feed* – n.t. hrănire) pe baza acțiunilor acestuia în rețele, favorizând crearea de camere de ecou (*echo chambers*): spații virtuale de relaționare online unde oamenii sunt expuși la conținut care le reflectă propriile opinii. Acest mecanism făcea mai ușoară promovarea afacerilor care plăteau reclame, dar de fapt ce devenise mai ușoară era manipularea informației.

Terenul era astfel pregătit ca rețelele sociale să fie folosite ca platforme de propagandă subtile și eficiente, pentru alegerile din 2016 din Filipine (Ressa, M. 2024), SUA și Marea Britanie (Cadwalladr, C., Graham-Harrison, E. 2018) ale căror rezultate au fost datorate acestui demers de selectare algoritmică a publicului țintă (*targetare*) pe Facebook. Rețelele sociale deveneau astfel dintr-un spațiu care propunea să invite la dialog și relaționare, un spațiu care se folosește de utilizatorii săi pentru propriile scopuri (profit și putere) prin intermediul algoritmului care livrează în *news feed* conținut personalizat după fricile și dorințele utilizatorului, neexprimate, dar subînțelese din comportamentul său virtual.

Deloc surprinzător, se pare că luăm inconștientul cu noi oriunde mergem, inclusiv în lumea virtuală. Iar când acest lucru devine utilizat și monetizat, suntem responsabili să deschidem discuția despre implicațiile prezenței noastre în lumea virtuală, ce ne aduce și ne ține acolo, despre importanța adevărului pentru supraviețuire, dar și despre pervertirea lui pentru dezbinare. Rețelele sociale, prin natura lor și prin natura noastră, au dizolvat deja granița dintre virtual și real; ce facem și ce trăim în spațiul virtual are o traducere concretă în viața de zi cu zi, fie că suntem sau nu utilizatori virtuali.

După acest cutremur al dezvăluirii funcționării platformelor în scopul de a deține controlul asupra atenției noastre, de a ne cunoaște intențiile și de a ne influența alegerile, viața a continuat. Pe Instagram au apărut story-urile

unde puteam să împărtășim și mai mult din extraordinarul banalului cotidian, pe care îl modificam pentru a fi cât mai *instagramabil*. În 2019 a început să fie adoptat de către copii și adolescenți TikTok, iar în 2020, în perioada de carantină din timpul pandemiei de Covid-19, acesta a luat o amploare de neanticipat. Instagram și Youtube au încercat să țină pasul introducând și ele videoclipurile în formă scurtă, poate forma de conținut cu puterea cea mai mare de a crea dependență (Ahmed et al., 2023; Azad et al., 2023; Dey et al., 2023; Poddar & Sanyal, 2022). În perioada pandemiei, TikTok a funcționat ca o fereastră către lume, prin care limitele sufocante ale propriei locuințe se extindeau până la infinit, iar prin intermediul ecranului, derulând video după video, ne puteam uita unii la alții fără a ne vedea.

Ulterior rețelele sociale au devenit un personaj psihic din ce în ce mai activ, prin informarea și dezinformarea livrate, în evenimentele marcante ce aveau să se desfășoare: începând cu pandemia din 2020, continuând cu războaiele actuale și culminând cu alegerile prezidențiale și parlamentare din întreaga lume în 2024. În aceste perioade anxiogene platformele au livrat în *feed* imagini de război, poze de vacanță ale prietenilor, știri electorale, videoclipuri emoționante cu copii și pisici, știri alarmante etc. – importanța acestor conținuturi devenind nediferențiată, ceea ce a condus nu doar la confuzie și amortizare emoțională, dar și la un nou mod de gândire: *orizonta-lismul* – așa cum îl identifică Bollas în *Meaning and Melancholia* explicând: „În lumea Fastnet, sinelui transmisiv îi va scăpa adesea greutatea sensului a ceea ce este comunicat.” (Bollas, c., 2018, p.61). Singurătatea, panica, teama de moarte prin boală, de moarte prin război, teama de contaminare virală și teama de invazie, catalizate de un psihic imersat în lumea virtuală modelată de algoritmi nu poate să ne lase altfel decât confuzi și responsabili să încercăm să înțelegem ce ni se întâmplă, pentru că înainte să ajungem la răspunsuri avem foarte multe întrebări de pus. Așadar propun să descoperim

prin lentila psihanalitică cum ne mai gândim pe noi înșine și cum gândim realitatea mixtă pe care o trăim;

### **Spațiul virtual ca spațiu tranzițional**

Atât în psihanaliză, cât și în filosofie, se pune problema numirii spațiului online. Uneori este numit spațiu cibernetic (en. *cyber-space*) pentru a-i păstra calitatea seducătoare de spațiu în care utilizatorul deține controlul: totul e la un click distanță, ecranul-mamă care dă acces la resurse infinite poate fi pornit sau oprit oricând (Lemma, A. 2015, p. 772). Totuși acest termen sună metalic și păstrează o conotație robotică, non-umană, care nu trimite la faptul că acest spațiu este populat de oameni. Dacă îl numim doar *spațiu online*, pentru că îl accesăm prin conexiunea la internet, riscăm, din nou, să îl poziționăm în afara realității și să pierdem legătura puternică pe care o poartă cu aceasta. Cred că alegerea de spațiu virtual este mai potrivită, prin faptul că virtualul are sensul de a multiplica realitatea, devenind o dublură a ei: „Înăuntrul limbajului un eveniment se naște virtual, un lucru este făcut (să devină) virtual, iar un concept se clonează (în) virtual.” (Măruță, M. 2023, p. 18).

Dificultatea de a numi acest spațiu fără a-i pierde din nuanțe ne indică natura lui duală: el aparține realității, prin oamenii reali care interacționează, dar prin relațiile de obiect și prin natura parțială a (re)prezentării de sine, el aparține și *iluziei*. La fel ca spațiul tranzițional din mintea copilului facilitat de mama-mediul, descris de Winnicot, rețelele sociale promet că pot să conțină (*holding*) desfășurarea sinelui real al utilizatorului, să lase loc de joacă și de creativitate în exprimarea sinelui și în relaționarea cu ceilalți. Identitatea virtuală devine astfel un *obiect tranzițional*, așa cum observă Balick: „Sinele se deschide ca un obiect sub privirea celorlalți, – este «mine» (sau cel puțin

o reprezentare a mea) și în același timp «ne-mine» pentru ca se află acolo, în spațiul tranzițional”. (Balick, A., 2014, p. 111). De fapt, această caracteristică de spațiu tranzițional a lumii virtuale este remarcată în teoria psihanalitică (Turkle, S., 2005, Lemma, A. 2017) tocmai pentru libertatea pe care o oferă rețelele sociale în a experimenta diferite forme ale identității.

Dar pentru ca rețelele sociale să ocupe un astfel de spațiu în mintea noastră nu ține doar de iscusința lor de a captiva, ci ele vin și ca un răspuns suficient de bun, acolo unde nu e nimeni altcineva care să răspundă prin privire, prezență și conținere nevoilor unui copil care devine adolescent și inevitabil se întreabă cine e, dacă e suficient de bun, dacă există un loc mai bun undeva unde să nu fie ignorat, umilit sau agresat. Sau poate este vorba despre un adult care în fața unei pierderi sau respingeri copleșitoare singura resursă pe care o are pentru a se gestiona este să se ancoreze în interacțiunile, fie ele și parțiale, din rețele. Înainte ca rețelele să ne acapareze resursele, au existat multe rupturi în noi și între noi pentru care nu am găsit în realitatea comună soluții suficient de bune, dar cărora rețelele uneori chiar le vin în întâmpinare într-un mod care poate alina.

Cu toate acestea „jocul în spațiul cibernetic poate fi astfel folosit pentru a ocoli sarcina psihică dificilă de a reprezenta experiența, lăsând loc în schimb simulării, cu riscul aferent ca «virtualul» să înlocuiască realul și să devină mai captivant decât acesta.” (Lemma, A., 2017, p. 574) iar această înlocuire s-ar petrece prin difuzia graniței dintre real și virtual până la clivarea sau echivalarea celor două. Sarcină de diferențiere devine foarte dificilă într-un spațiu supra-stimulant și gratifiant, care nu angajează corpul și explorarea prin simțuri și nici nu oferă o recunoaștere a experienței subiective pentru a contribui la conturarea ei, ca diferențiator fundamental în dinamica intern-extern. Dimpotrivă, algoritmul construiește o amprentă virtuală pe baza analizei comportamentului în rețea, pe care o folosește în scopul propriu de

a gratifica, seduce, păstra și folosi utilizatorul în rețea, ca și cum ar funcționa după o ordine maternă devoratoare.

Deci nu este de mirare că această nediferențiere real-virtual facilitează amortirea simțirii și gândirii, iar lipsa de transformare a trăirii din virtual, fără a fi dublată de relații bune din realitate, poate duce la puneri în act ale unui „sine intoxicat de omnipotență” (Lemma, A. 2017, p. 575) sau copleșit de neputință. Prin urmare, ce se întâmplă cu identitatea atunci când spațiul tranzițional este populat, dar nu este viu, iar logica sa nu este supusă subiectivității unei priviri conținătoare, ci intenției algoritmice? Dacă nu ieșim transformați, ce fel de spațiu tranzițional este acesta?

### **Construcția și fragmentarea identității virtuale**

Rețelele sociale pot fi privite ca având o funcție de spațiu tranzițional distorsionat, deși ele au pornit la drum ca un spațiu potențial de joacă relațională, unde poate fi exersată creativitatea prin reprezentarea de sine pentru ceilalți reali, reprezentați și ei virtual. Poate tocmai de aceea acest spațiu este extrem de seducător pentru adolescenții care parcurg tranziția dificilă dinspre lumea copilăriei înspre lumea adulților, încercând să fenteze cerințele stridente ale corpului. Spațiul virtual suspendă timpul și spațiul real, pe care corpul le reclamă și le impune psihic (Lemma, A., 2011), ceea ce poate influența re-formarea identității în adolescență, cu riscuri mari de o fragmenta sau falsifica prin clivaj.

Natura identităților virtuale curatoriate este menită să arate în mod controlat anumite aspecte ale sinelui (adesea ideale), în spatele cărora să se poată ascunde confortabil restul întregului. O ascunzătoare la vedere, sau o „arătare care ascunde” (Măruță, M., 2023), care încearcă să repare experiențe dureroase de respingere și care oferă speranța unei relaționări

lipsită de fricțiunile din viața reală, unde vulnerabilitatea întâlnirii reale a fost poate întâlnită cu agresivitate sau pur și simplu a fost intolerabilă. Cât despre imaginea care se construiește în mințile celorlalți, desigur, oricine are la fel de puțin control asupra felului în care celălalt privește această reprezentare de sine, dar rețelele sociale tocmai asta întretin: iluzia de a putea controla imaginea proprie în privirea celuilalt prin performarea identității, în loc de trăirea ei.

Însă în spațiul virtual, această privire a celuilalt este un conglomerat de fragmente identitare decorporalizate, care privesc un alt fragment identitar, iar ea nu poate participa la o *recunoașterea mutuală* (Benjamin, J., 1988) care să poată consolida un sine autentic. Recunoașterea mutuală este descrisă de Benjamin ca fiind procesul inter-subiectiv născut din nevoia bebelușului de a fi recunoscut de un sine similar dar diferit de al lui, care are propria subiectivitate pe care bebelușul o recunoaște (Benjamin, J., 1988). Această perspectivă aduce în discuție faptul că bebelușul, pentru a-și putea dezvolta propriul sine subiectiv, are nevoie să o vadă pe mama sa mai mult decât ca pe o mamă-mediu, sau o mamă-obiect intern; el are nevoie să fie recunoscut de un subiect (cu o minte separată), doar așa își poate recunoaște propria subiectivitate în privirea celuilalt subiectiv. Paradoxul recunoașterii mutuale este tocmai dansul dintre a avea un sine complet, independent, care dobândește această stare doar prin dependența față de recunoașterea în privirea celuilalt (independent). Prin această dinamică, inter-dependența este fluidă, fiecare acțiune a unuia îl poate afirma sau nega pe celălalt, iar recunoașterea subiectivității acelei acțiuni îl schimbă și pe cel care recunoaște și pe cel ce este recunoscut.

Pe de altă parte într-un eșec al recunoașterii mutuale prin „ruptura tensiunii dintre sine și celălalt, dominația avansează pe căi alternative: fie prin identificarea cu, fie prin supunerea față de, alții puternici care întruchipează

fantezia omnipotenței. Pentru persoana care urmează această cale pentru a-și stabili propria putere, există o absență acolo unde ar trebui să fie celălalt” (Benjamin, J. , 1988, p.216), iar joaca în doi devine o „anti-joacă”: bebelușul simte că integritatea lui este posibilă doar prin eliminarea celuilalt intruziv, iar tensiunea se sparge prin supunerea față de celălalt, ceea ce înlocuiește posibilitatea de a fi împreună, cu o dinamică de dominare-supunere.

Dacă identitatea reală pălește în fața identității virtuale, iar relaționarea mediată de rețele devine mai controlabilă și mai lipsită de frustrare, atunci identitatea reală devine incompletă în realitatea comună, când simte că a pierdut omnipotența virtuală, dar în același timp înseamnă că lumea reală îi devine supusă celei virtuale. Așadar, am putea spune că în spațiul virtual se construiește un *sine fals*, menit să ascundă aspecte inacceptabile ale sinelui, dar dacă acest *sine fals* se construiește în relație cu spațiul tranzițional oferit de rețelele de socializare, atunci putem deduce că spațiul este pervertit, el cere o identitate anume și nu are spațiu de conținere (*holding*) pentru dezvoltarea sinelui autentic.

### **Relaționarea mediată de rețele**

Rețelele sociale vin să ne medieze relațiile prin intermediul ecranelor, putem astfel să vorbim cu oricine, sfidând granițele spațiale sau temporale. Distanța necesară dintre noi și ceilalți, care permite așteptarea, întâlnirea râvnită, dorul sau frustrarea, cea care face loc perlaborării, este înlocuită de comunicarea instantanee. Lipsa spațiului dintre noi ne înghesuie în singurătate și ne văduvește de spațiul psihic de a face doliu pentru celălalt absent temporar sau pierdut. Putem avea chiar iluzia „transparenței” celuilalt, prin simplul fapt că-l urmărim online, astfel celălalt își pierde din opacitate și

ajunge să se simtă ca o creație proprie, o posesie oricând accesibilă. (Lemma, A., 2015, p. 574)

Nativii digitali (cei născuți după 2000) nu cunosc lumea fără ecrane, au trăit printre adulți care aveau acces la ecrane și au intrat în adolescență în plin avânt al rețelelor sociale. Au relaționat mai mult în scris sau prin intermediul ecranelor decât față-n față și, așa cum remarcă Sherry Turkle, s-ar putea ca pierderea dansului aproape-departe, să descrie o pierdere pe care nici măcar nu o simt, pentru că nu au cunoscut o altfel de lume (Turkle, S., 2015, p. 13). Dacă acestor copii, crescând, oamenii le-au fost accesibili mai degrabă prin distanța din online, oare chiar să nu existe un dor de apropiere reală din copilăria timpurie? Poate doar dacă și aceea a fost prea des întreruptă de distanță, iar dorul a fost negat pentru a evita frustrarea copleșitoare a nevoii de apropiere din realitate, mai ales când unele încercări de apropiere din realitate sunt anevoioase și poate aduc mai multă distanță.

În întâlnirea privirilor din lumea virtuală, recunoașterea mutuală este suspendată sau fragmentată și ajungem să înlocuim înțelegerea cu privirea, așa cum remarcă Bollas: „the use of sight to avoid insight” (Bollas, C., 2018, p. 60). Îl țesem pe celălalt în mintea noastră pornind de la identitatea virtuală pe care o prezintă, pe care o brodăm cu propriile fantasme, îl facem al nostru și tocmai asta ne lasă singuri, privați de întâlnirea reală cu celălalt. Căutându-l pe celălalt ajungem să ne apărăm de a fi văzuți, de a-l vedea pe celălalt și de întâlnirea însăși dintre noi. În același timp, prin anti-jocul compulsiv de a privi și a fi priviți, pornit din dorul de *obiectul transformator*: experiența copilului de a fi fost transformat în relația simbiotică cu mama (Bollas, C., 2017, p. 4), dar golit de sens prin natura privirii digitale, convertim introspecția în îndrăgostirea de privirea însăși: *sightophilia* (Bollas, C., 2018, p. 60). Iar fără transformare și fără introspecție, cum gândim?

## **Spațiul virtual și gândirea**

Rețelele sociale invită la o stare de conectare neîntreruptă, de „atenție parțială continuă” (Balick, A., 2013, p. 60), în care nu acordăm niciodată întreaga atenție unui lucru, dar nici nu ne desprindem cu totul. A fi conectat devine echivalentul lui a fi viu, a conta, a nu fi uitat. În această stare, corpul și psihicul intră într-un mod de funcționare apropiat de starea de alertă, având senzația unui pericol vag, dar constant. Turkle, observă în studiile sale că telefonul devine o prezență care începe să ne „mănânce timpul de gândire” (Turkle, S., 2011, p. 167), pentru că este acolo, disponibil oricând, cerând o parte din atenție chiar și în absența acțiunii (în exemplul său, când telefonul este pe masă, fără să fie folosit, el fragmentează atenția în conversație).

Ubicuitatea telefoanelor mobile face ca utilizarea rețelelor sociale să devină un act compulsiv, care nu lasă loc frustrării, dar nici dorinței: „Dorința se măsoară în termeni temporali: este despre anticipare și amânarea gratificării – iar în spațiul astfel creat suntem împinși să ne reprezentăm experiența, acolo unde gândirea, și nu acțiunea sau descărcarea, se poate dezvolta”. (Lemma, A., 2015, p. 575). Astfel ajungem să ne reprezentăm, înainte să putem reflecta asupra noastră, ingerăm și evacuăm senzații pe care nu le trăim psihic; evităm propriile dorințe, absențele care dor și frustrările, dinainte să le conștientizăm prin amortirea obținută din consumul de virtual, fie el activ sau pasiv. Așadar prin faptul ca rețelele sociale ne propun un spațiu virtual al omnipotenței asupra propriei reprezentări de sine, asupra celorlalți și asupra comunicării simulate, pierdem două lucruri fundamentale gândirii: ne amortim afectele care generează gândirea (frustrarea dorinței, lipsa) și, în general, contactul cu realitatea internă și externă.

În același timp deschiderea nelimitată la informație, fie ea și parțială, și expunerea constantă la experiențele private ale celorlalți, nu doar ne

îndepărtează de cei reali, dar ne și apropie prea mult de cei pe care nu-i cunoaștem, în lipsa contextului unei relații reale (cum este în cazul urmăririi influencerilor). Astfel oamenii care au crescut pe rețele au un soi de cunoaștere profundă sau înțelepciune despre lume, dar care pare să fi venit cu un cost mare dat de viteza necesară de procesare și de lipsa contextului care să dea sens subiectiv fiecărei experiențe.

În termenii lui Bion, prin a privi compulsiv ce se prezintă în lumea virtuală și a căuta acolo *conținerea*, acumulăm lacom *elemente beta* și atacăm *funcția alfa* în același timp, dar nu violent: o atacăm subtil și constant de fiecare dată când ne evităm pe noi înșine și pe celălalt. Când *funcția alfa* este perturbată, impresiile senzoriale și emoțiile trăite rămân netransformate, iar ele devin „*elemente beta* care nu pot fi folosite în gândurile visului, ci sunt utilizate în identificare proiectivă sau în punerile în act. Ele sunt obiecte care pot fi evacuate sau utilizate într-un tip de gândire ce se bazează pe manipularea a ceea ce este resimțit ca un lucru în sine, ca și cum o asemenea manipulare ar înlocui cuvintele sau ideile în sine.” (Bion, W., 1962, p. 6). Atunci când *elementele beta* nu sunt transformate în *elemente alfa*, sistemul de comunicare (internă și externă) este afectat. Refularea, reprimarea sau învățarea sunt periclitate, rămâne doar simțirea, dar „această hipersensibilitate nu reprezintă contactul cu realitatea” (Bion, W., 1962, p. 8), pentru că ea nu se transformă în înțelegere.

### **Anularea ordinii paterne în spațiul tranzițional al rețelelor sociale**

Așa cum am ilustrat anterior, rețelele sociale se așază psihic ca un spațiu tranzițional, care, mai ales în trecut, obișnuia să faciliteze întâlnirea și creativitatea, dar ale cărui dinamici s-au schimbat și a devenit un spațiu care amortește, supra-stimulează, seduce și provoacă dependență. Dacă l-am

compara cu spațiul tranzițional creat în relație cu mama, am vorbi despre o mamă sufocantă, căreia îi lipsește funcție relațională de tranziție înspre tată (Ogden, Th., 1994), pentru că nu poartă un tată în minte (limite, reguli, etică).

Când mintea se formează în cadrul unei *ordinii materne*, a conținerii și a reveriei, ea își continuă dezvoltarea prin adoptarea *ordinii paterne*, a simbolizării, a legii, a structurii și a externalității. Prin dialectica acestor tipuri de funcționare, mintea se poate contura ca o minte proprie care se joacă, creează și caută adevărul, având ea însăși trei tipuri de funcționare care colaborează: ordinea infantilă, ordinea maternă și ordinea paternă (Bollas, C. 1999). În acest tablou nu mai vorbim despre mama și tatăl din realitate, ci despre introiecte ale unor funcții din relațiile semnificative ale copilului, care devin moduri de organizare psihică, în relația cu sine și cu realitatea. Prin această triangulare democratică a minții, care se completează prin adoptarea *ordinii paterne*, copilul ajunge să se poziționeze ca individ în realitate, țesându-și un fir narativ al propriei subiectivități cu și prin împletirea acestor moduri de gândire parentale.

Însă ce se întâmplă adesea, nu doar intra-psihic, este că „dacă unul dintre cei trei membri ai triadei discutate mai sus devine prea influent sau, dacă o funcție este complet eliminată, atunci cunoașterea deplină nu mai este posibilă” (Bollas, C., 1999, p. 32). Se instaurează astfel o dictatură a minții care impune un adevăr sau un singur fel de a vedea lucrurile, anulând democrația cunoașterii prin dialogul celor trei moduri care nu se opun, ci se completează. Așa cum se vede mai clar în situațiile de traumă gestionate prin disociere, unde dialogul intern între părți nu mai e posibil, iar dictarea unei părți impune psihicului adevăruri parțiale, neadaptate la realitatea externă, protejând nucleul traumatic.

Integrarea sau eliminarea *ordinii paterne* dictează capacitatea de a simboliza și îi permite unei persoane să se trăiască pe sine ca fiind cineva

care își poate procesa trăirile și le poate transforma în gânduri. În acest fel, emoțiile sunt trăite drept creații personale care pot fi înțelese, ceea ce dezvoltă un sentiment de responsabilitate față de propriile acțiuni psihologice. Responsabilitatea față de sine devine posibilă prin acordarea la realitatea externă (prin ordinea paternă), care să poată fi în dialog cu cea internă (prin ordinea maternă).

Dacă privim prin această lentilă rețelele, observăm că ele nu vin cu limite, ci sunt construite pentru a fi consumate nelimitat, pentru a consuma la rândul lor atenția utilizatorului în scopul direcționării și monetizării. De altfel, o temă contemporană recurentă este dependența de a consuma sau de a publica în rețelele sociale, care coexistă cu dorința puternică de a putea pune limite nevoii de a petrece timp acolo. Prin urmare, propun ipoteza conform căreia rețelele sociale funcționează după o *ordine maternă* pervertită, care anulează posibilitatea unei *ordini paterne*.

Astfel privind rețelele sociale prin natura lor atât virtuală cât și reală, ele capătă un rol psihic de conținător matern (*holding*) pervertit, adică scopul lor inițial de a ușura tranziția dintre virtual (sau fantasmă) înspre real (scopul de a ajuta oamenii să relaționeze la distanță) este pervertit în a păstra utilizatorul în spațiul virtual, pentru a-l controla, prin *obiectul tranzițional* - identitatea virtuală. Prin urmare, *ordinea paternă* este fundamentală în susținerea procesului de separare de realitatea virtuală maternă și în facilitarea raportării la realitatea externă, cu limite și semnificații proprii

### **Anularea ordinii paterne și separarea**

Primul impact pe care îl are anularea ordinii paterne de către rețelele sociale, este atacul asupra gândirii - gândirea ca proces inconștient de procesare a propriilor trăiri, în sens bionian, de a transforma *elementele beta*

în *elemente alfa* și a le folosi în gândurile visului, cele care dau de fapt continuitate subiectivității. Ușurința accesului la rețelele sociale și dependența pe care o generează le fac arma perfectă împotriva gândirii: ele anulează frustrarea prin gratificare instantanee și sunt disponibile ca primă soluție pentru evitarea pierderii, separării, neputinței, dar și a reveriei sau dorului.

Accesăm rețelele sociale uneori obosiți, pentru un moment de relaxare, dar ajungem să fim prinși și aneștiați, iar astfel evităm apropierea de noi sau de celălalt a cărui prezență am putea-o căuta. Pe de altă parte, când accesăm rețelele convinși că se întâmplă mereu ceva interesant ce noi ratăm, evităm separarea de celălalt real prin iluzia apropierii de identitatea sa virtuală, amorțind dorința reîntâlnirii reale. Alteori nu e suficient să ținem vie legătura cu ceilalți în mintea noastră, vrem să ne asigurăm că ceilalți ne poartă în gând cu admirație, așa că începem să trăim în realitate ca să ne publicăm în rețele, pentru a ne păstra locul și existența în mintea celorlalți, de teama că altfel ne-ar uita.

Așadar mecanismele rețelilor sociale permit evitarea procesului necesar de perlaborare a respingerii, a separării sau chiar a apropierii de un celălalt real mai puțin controlabil; deci gândirea propriilor trăiri care, odată integrate întregesc și întăresc experiența subiectivă în relațiile cu ceilalți și cu realitatea.

În continuare, voi analiza trei subteme esențiale care ilustrează mecanismele prin care ordinea paternă este anulată în spațiul tranzițional al rețelilor sociale: privirea celuilalt și implicarea de a fi recunoscut; iluzia controlului omnipotent asupra identității virtuale și perceperea de către ceilalți; realitatea mixtă și interdependența realului și virtualului.

## Privirea celuilalt

Fie că avem nevoie de apreciere, de respect sau de joacă, căutam privirea celuilalt pentru a fi recunoscuți, în special în adolescență, când confuzia identitară și căutarea de sine și de celălalt este imperioasă. Atunci apare din nou nevoia acelei *recunoașteri mutuale* (Benjamin, J., 1988) în încercarea de a regăsi propria subiectivitate, oglindirea din privirea celuilalt subiectiv, atât de necesară în adolescență, când cerințele corpului și conflictele Oedipiene zdruncină din temelie identitatea infantilă și reconstruirea ei în această lume nouă, violentă și seducătoare senzorial. Tocmai de aceea rețelele sociale sunt un spațiu de experimentare, pentru că pun distanță între sine și corp și între sine și celălalt, în același timp în care lasă și un spațiu parțial de testare a recunoașterii.

Se întâmplă adesea să nu conteze părerea sau impresia majorității urmăritorilor, ci doar a anumitor oameni din rețele, cunoscuți în viața reală - așadar rețelele sociale augmentează realitatea (Lemma, A., 2015, p. 570), nu o falsifică sau înlocuiesc. Unii se pot cunoaște prin cum îi văd ceilalți, alții corectează nedreptăți din realitate, își creează un spațiu de joacă sau o scenă oratorică. Tocmai acest lucru a făcut ca rețelele dinainte de pandemie să creeze terenul pentru dependență și iluzia că sunt o parte indispensabilă a realității, în special pentru cei care atunci erau adolescenți și făceau tranziția din generală înspre liceu sau dispre liceu înspre facultate, iar acest spațiu le dădea o ancoră de control asupra imaginii lor și asupra incertitudinii vizavi de ceilalți. Ceea ce, desigur, le și răpea foarte mult din oportunitatea de a trăi cu nesiguranța, de a relaționa pe de-a-ntregul în carne și oase și de a gestiona apropierea și separarea în realitate, dar îi proteja de agresivitate și respingere, sau cel puțin le compensau prin momentele bune din rețele.

Rețelele sociale s-au prezentat ca un spațiu care promitea utilizatorilor că pot fi văzuți, validați și recunoscuți, astfel ele s-au constituit ca un mediu care poate facilita tranzițiile grele: ale adolescentului de la copilărie la viața adultă, ale adultului care își schimbă carieră, relațiile intime sau țara. Însă deși platformele au oferit acest spațiu și au facilitat uneori recunoașterea, fie ea parțială, au și eșuat în acest rol prin faptul că scopul lor nu a fost să faciliteze tranziția, ci să faciliteze evitarea frustrării, capturând astfel atenția și deturnând relația cu însăși realitatea. Prin urmare, prin lipsa intenționată a limitelor și gratificarea constantă prin personalizarea conținutului pentru a fi pe placul utilizatorului, rețelele fac imposibilă triangularea și desprinderea de acest spațiu. Acea desprindere ar reprezenta un pas spre maturizare, către acceptarea propriilor limite, a realității exterioare și interioare, fără nevoia de a le evita prin revenirea compulsivă la rețele.

### **Iluzia controlului omnipotent**

Controlul asupra identității virtuale ne poate duce cu gândul la forme de prezentare a unei variante ideale a sinelui sau doar a părților bune, însă prezentarea de sine poate la fel de bine să instige la dezacord, furie sau ură, care prin intermediul algoritmului rețelelor se transformă în popularitate. Abia când avem o audiență pentru care să performăm apare și intensitatea controlului reciproc: audiența este a noastră să ne asculte și să ne privească, dar și noi îi aparținem audienței, o purtăm în minte și îi dedicăm ce spunem sau facem, inclusiv în viața reală. Acest mod de a câștiga popularitatea este poate și cel mai în acord cu caracteristica obiectului tranzițional de a supraviețui distrugerii, în acest caz de a supune urii identitatea virtuală, ca mai apoi să fie câștigată (și meritată) „iubirea” (Winnicott, D.W., 2003).

Într-o variantă în care nu căutăm neapărat intensitatea, putem pur și simplu să ne ascundem arătându-ne în forma în care se arată oamenii de care ne place și pe care îi dorim să ne placă. Această modalitate de „arătare” încearcă să rezolve în primul rând dorința de a fi plăcut de ceilalți prin a fi ca ei, încercând apropierea; iar în al doilea rând, o posibilă confuzie sau respingere identitară. În special în adolescență, sentimentul de a nu ști cine suntem este puternic, dar la fel este și curiozitatea sau dorința de a ne descoperi prin intermediul celorlalți, mai ales în cazul în care nu a existat o recunoaștere a propriei subiectivități în relație cu părinții sau a existat o separare, o respingere semnificativă. Apoi mai sunt și cei care se arată așa cum sunt în momentele lor bune: creativi, ironici jucăuși sau amuzanți, pentru ca peste câțiva ani când vor fi crescut să se uite în urmă și să-și ascundă vechile postări, jenați de cât de mici erau, dar și mândri de autenticitatea și recunoașterea continuității identității lor.

Aceste forme de control asupra prezentării de sine nu sunt doar expresii ale creativității sau ale dorinței de recunoaștere, ci și modalități inconștiente prin care evităm frustrarea, vulnerabilitatea și pierderea, menținându-ne astfel într-un spațiu iluzoriu de control omnipotent, în afara *ordinii paterne* și la distanță de posibilitatea de a perlabora, transforma și crește din trăirile pe care le evităm și care, prin evitare repetată, par din ce în ce mai înfricoșătoare.

### **Realitatea mixtă**

Realitatea virtuală și cea comună au ajuns să se determine una pe cealaltă, ceea ce inevitabil modifică și raportarea psihică la această realitate nou creată. *Realitatea mixtă* este percepută deja ca având componentele ei virtuale și reale, inseparabile. Acum cultura pop nu mai este la TV, ci pe Instagram. Avem nevoie de repere comune pentru a glumi sau a discuta

despre noi înșine voalat, povestind despre persoanele cunoscute și viețile lor. Acum persoanele publice pot fi micro sau nano-influenceri, recunoscuți într-o comunitate formată după anume valori sau afinități, unele regăsite, altele create în comun. În acest fel apar *relațiile parasociale*: plasându-ne atât de aproape de ceea ce pare a fi viața privată a unor oameni, ne simțim aproape de ei, ne apar în vise, în gânduri și în discuții, deși cel mai adesea ei habar nu au de existența noastră, altfel decât ca parte din mulțimea de followeri. Iar acest mod de a relaționa „în gol”, sau de construire a unui obiect intern, este nou. Acum nu este doar fantasma care croșetează în jurul unor persoane publice cu apariții atent regizate, ci în jurul unor persoane care ajung să-și trăiască o bună parte din viața privată pentru identitatea virtuală, sub privirea audienței. Iar prin felul în care acest lucru modifică realitatea însăși și prin cât de frecventă este această dinamică acum, o face să devină un element important în construirea și menținerea dinamicii realității mixte.

Dacă timpul obiectiv are repere stabilite după care ne ghidăm, iar timpul subiectiv are ca reper propriul istoric scris în psihic și în corp, cum ne raportăm la timpul virtual? El este destul de similar ca mod cu timpul intern, dar falsificat prin faptul că asocierile dintre imaginile urmărite pe rețele de socializare nu sunt propriile imagini ale reveriei, imagini care urmează cursul inconștient dat de asocierile libere. Pe rețelele de socializare timpul fără direcție se scurge urmărind imagini asociate de algoritm pe baza interacțiunilor cu acest conținut scopul nefiind procesarea, ci captivarea până la amortirea gândirii (*brain rot*). Iar dacă prin consumul interminabil de conținut pe rețele sociale (*doom scrolling*) se ajunge la acumularea de *elemente beta*, care nu au spațiu de procesare cu o *funcție alfa* amortită, atunci conținutul urmărit întâlnește fantasmemele personale și ajunge să facă obiectul punerilor în act, cum ar fi cazul provocării Superman de pe TikTok care presupunea ca un copil să se arunce în față cu o mână în aer, iar ceilalți

să îl prindă, ceea ce mulți au făcut, iar unii au și ajuns la spital cu fracturi (Europa Liberă România, 2024).

Pe de altă parte când realitatea ne confruntă cu pierderi sau amenințări insuportabile cu separarea, rețelele sociale vin ca un colac de salvare care ne duce într-o lume alternativă unde pierderea nu există, separarea nu s-a întâmplat și putem pune altceva bun în loc, pentru a construi speranța că putem face față la ceea ce trăim. Uneori poate nu e o fugă, e un mic popas necesar pentru a lua o gură de aer, când altfel simțim că ne-am îneca în lipsă de alternative din realitate. Riscul este totuși acela ca spațiul alternativ de popas, prin seductivitatea sa, să devină noua locuință, mereu disponibilă să ne ia privirea de la ceea ce este greu de trăit.

Prin urmare, realitatea mixtă devine ea însăși o expresie a spațiului tranzițional pervertit: o realitate unde iluzia este trăită ca reală, iar diferențele dintre interior și exterior, virtual și real se estompează. Într-un astfel de spațiu, funcția de limitare, diferențiere și separare a *ordinii paterne* este erodată. Această contopire a planurilor susține iluzia de control omnipotent și de continuitate a sinelui, dar blochează ieșirea din lumea virtuală (infantilă, a fantasmei) și confruntarea cu limitele realității. Astfel, în loc să sprijine tranziția către o poziție matură, rețelele sociale, prin amestecul cu realitatea mențin utilizatorul într-un spațiu nediferențiat, nelimitat, în care procesul de gândire (metabolizarea propriilor trăiri) este suspendat în favoarea gratificării sau a evitării frustrării.

### **Ce ne rămâne**

Dacă rețelele sociale funcționează ca un spațiu tranzițional pervertit, care prin design anulează ordinea paternă, asta ne pune în fața unei epidemii de singurătate și a uneia de lipsă de responsabilitate. Așadar rolul nostru

de psihoterapeuți capătă și mai multă greutate în vremuri alienante. Cred că pentru a înțelege constant rolul rețelelor sociale în viața noastră și în activitatea clinică, avem nevoie să le luăm în serios atât răspândirea, cât și intensitatea cu care s-au implantat în viață psihică, într-un fel care depășește cu mult celelalte revoluții tehnologice de până acum, pe care le foloseam pentru evitare, distanțare, relaționare, cunoaștere. Pentru cei care nu folosesc rețelele sociale, riscul este să le demonizeze ratând-le beneficiile și atractivitatea, sau să le bagatelizeze ratând cât sunt de pervazive. Iar pentru cei ce le folosesc, riscul este să fie prea defensivi pentru a le privi critic și explorator, sau prea anesteziați de propria experiență cât să lase loc pentru a descoperi în activitatea clinică felul în care fiecare om folosește rețelele în maniera sa sau cum este el folosit de ele.

Realitatea mixtă, incomodă și confuzionantă pe care o trăim, ne arată că lumea s-a schimbat, iar pentru a putea reînvia întâlnirea dintre noi, contactul vizual, conversația și atingerea avem nevoie să descoperim cum le-am pierdut, ca apoi să le reconstruim împreună.

## BIBLIOGRAFIE

- Ahmed, T., Rahman, A., Hasan, M. M., & Akhter, S., (2023), *Impact of social media reels and short videos on self-esteem, behavior and mental health among Bangladeshi teenagers*, International Journal of Research Publication and Reviews, 4(8), 1563–1571.
- Balick, A. (2014), *The psychodynamics of social networking: Connected-up instantaneous culture and the self.*, Ed. Karnac Books, Londra
- Benjamin, J. (1988), *The bonds of love: Psychoanalysis, feminism, and the problem of domination*, Pantheon Book, New York.
- Bion, W. R. (1962), *Learning from Experience*, Karnac Books, Londra.

- Bollas, C. (1999), *The Mystery of Things*, Routledge, Londra
- Bollas, C. (2017), *The shadow of the object: Psychoanalysis of the unthought known*, Routledge, Londra
- Bollas, C. (2018), *Meaning and melancholia: Life in the age of bewilderment*, Routledge, Londra
- Cadwalladr, C., & Graham-Harrison, E. (2018, March 17), *Revealed: 50 million Facebook profiles harvested for Cambridge Analytica in major data breach*, The Guardian, <https://www.theguardian.com/news/2018/mar/17/cambridge-analytica-facebook-influence-us-election>
- Europa Liberă România. (2024, 3 decembrie), *Zeci de copii au ajuns la spital în București din cauza provocării „Superman” de pe TikTok*, europalibera.org, România, <https://romania.europalibera.org/a/zeci-de-copii-au-ajuns-la-spital-in-bucuresti-din-cauza-provocarii-superman-de-pe-tiktok/33224928.html>
- Hollway, W., & Jefferson, T. (2000), *Doing qualitative research differently: Free association, narrative and the interview method*, SAGE Publications, Londra
- Lemma, A. (2015), *Psychoanalysis in Times of Technoculture: Some Reflections on the Fate of the Body in Virtual Space*, Int. J. Psychoanal., (96) (3):569-582
- Lemma, A. (2017), *Psychoanalysis in the digital age: On the couch – Psychoanalytic practice and new media*, Routledge, Londra.
- Ogden, T. H. (1994), *Limita primitivă a experienței*, Ed. EDF, Binghamton și Cluj.
- Ressa, M. (2024), *Cum să înfrunți un dictator? Lupta pentru viitorul nostru*, Ed. ZYX Books, București

- Măruță, M. (2023), *Identitatea virtuală. Cum și de ce ne transformă rețelele de socializare*, Ed. Humanitas, București
- Turkle, S. (2005), *The second self: Computers and the human spirit*, MA: MIT Press, Cambridge
- Turkle, S. (2011), *Alone together: Why we expect more from technology and less from each other*, Basic Books, New York
- Turkle, S. (2015), *Reclaiming conversation: The power of talk in a digital age*, Penguin Press, New York.
- Winnicott, D. W. (2003), *De la pediatrie la psihanaliză*, Editura Trei, București.