

Ольга Брейнингер

Сетевой этикет, триггеры и новый мир

Проведенное Facebook несколько лет назад исследование показало, что даже по тому, как люди смеются в сети, можно определить их возраст. По статистике, пользователи, прибегающие к аббревиатуре LOL, старше тех, кто выбирает другие формы «цифрового смеха», пишет в The Guardian специалист по цифровому этикету (и редактор Wired) Виктория Терк.

Терк написала книгу «Digital Etiquette», в которой заглянула в самые темные уголки нашего цифрового существования: непрочитанные письма, оборванные на полуслове переписки, видеозвонки, сториз и даже комментарии. Это далеко не единственный случай интереса к цифровому этикету — мода на него в последнее время широко распространяется и в России. В русскоязычной Википедии уже появилась страница для цифрового этикета — редкий случай, когда мы опередили Вики на английском. Цифровой этикет обсуждают в блогах, о цифровом этикете пишут книги.

Для литературного блогинга, как и для любого сетевого явления, сетевой этикет важен тем, что помогает (или когда-нибудь сможет помочь — чуть менее утопичная идея) отрегулировать множество разнокалиберных вопросов, возникающих в нашей цифровой реальности. Вопросы относительно мелких и частных — например, этично ли тегать автора на негативном отзыве? И вопросов не совсем мелких и частных, как показало прошедшее лето: например, является ли личным высказывание, сделанное на личной странице в фейсбуке? Развернувшаяся вокруг последнего кейса дискуссия выхватила, как видеоискатель фотоаппарата, важную черту современной сетевой реальности: поколенческий разлом в ней проходит как раз по линии переосмысления личного и частного пространства.

Личного пространства больше нет — это постепенно становится неоспоримым фактом. Нет нигде, но особенно — в сети. Если в оффлайне еще можно скрыться, задернуть шторы, закрыть дверь на ключ и выключить свет, то виртуальное пространство постоянно заставляет тебя *существовать* — вне зависимости от видимости, зримого присутствия или включенности в ситуацию. Тебя нет — но в мессенджер сыплются сообщения. Ты в оффлайне — но лента друзей продолжает автоматически обновляться. Ты вернешься — и экран телефона покажет тебе все, что ты пропустил, пока отсутствовал. Пока уходил в физическую реальность. Пока жил. Отчасти для того, чтобы не сходить с ума под грузом всего, что происходит в цифровой жизни, пока тебя там нет, и придумали цифровой этикет. И еще для того, чтобы мы, забрасывая реплики и сообщения в темноту чужого смартфона, не забывали видеть в этой тени контуры реального, живого человека.

Факт номер два: на обратной стороне медали под названием «цифровой этикет» выведены слова «триггер» и «буллинг». Хотя с первого взгляда и может показаться, что цифровой этикет — это очередная «проблема третьего мира» и занятие для тех, у кого нет занятий посерьезнее (читай — проблем за пределами виртуальной реальности),

попытки регулировать общение в цифровом пространстве родились не на пустом месте. Идея цифрового этикета — логичная инициатива саморегулирования виртуальной публичной сферы, где цена маленькой ошибки или потери контроля — раздраженная переписка в чате, едкий комментарий, черный список, бан или отписка. Цена большой ошибки или отсутствия контроля — интернет-буллинг, травля, агрессия и реальный вред, наносимый реальным людям — наносимый именно потому, что за окном смартфона легко не различить живого человека, по которому бьют набранные едва ли не наугад строчки из другого смартфона.

«Триггеры», «буллинг» — из самых маркированных слов нашего времени, широкое повсеместное использование которых сегодня уже начинает их когнитивно обесценивать. Утверждение «меня триггерит» стало почти синонимичным фразе «меня раздражает», за одним-единственным отличием: глагол «триггерить» сегодня фактически становится безличным. Субъект в нем есть — меня триггерит, тебя триггерит. А вот объект, в отличие от глагола «раздражать» (который требует обязательного пояснения — что раздражает, как, почему) — не очевиден. «Меня сегодня триггерит»: меня — триггерит, а почему — неизвестно. Причины скрываются где-то по ту сторону, в темноте смартфона.

Еще четверть века назад психиатр, один из ведущих специалистов по проблемам посттравматического стресса и психотравмы доктор Бессел ван дер Колк так объяснял биологическую природу триггеров и посттравматического расстройства: о ПТСР можно говорить тогда, когда интенсивные эмоциональные реакции на пережитый стресс мешают интеграции этого опыта в существующие паттерны памяти. В этом случае воспоминания о травматическом событии отделены от сознания и сохраняются в форме каких-то телесных реакций (гнев, паника) или визуальных образов (кошмарные сновидения, флэшбеки). Триггер же — это психологический стимул, событие, которое вызывает у человека повторное прохождение через травматическое переживание даже вне его связи с реальной причиной травмы.

Блогерское сообщество в последнее время часто триггерит. Идут, по меткому замечанию одного автора из инстаграма, волны блогерских войн, которые что-то разбивают на своем пути, а обо что-то разбиваются сами. Такая пассионарность и лабильность являются ничем иным как показателем юности сообщества — которое во многом и осознает себя группой, обретая способность к коллективному действию, в конфликте, в столкновении, в утверждении границ (кстати сказать, это выражение — еще одна визитная карточка времени). Границ, как и положено в сети, номинально не существуют, но именно в тот момент, когда их пересекают, границы дают о себе знать — и борьба за них становится борьбой за самоидентификацию, за возможность утвердить и свое «я» для себя, и оптику его видения для других.

Однако важно понимать, что триггеры тоже не появляются из ниоткуда, а возникают там, где есть опыт боли и страх повторного ее переживания. Где есть та информация, соприкоснуться с которой человек не в силах. А поскольку мы живем в мире, где человек яростно информационно перегружен, можно утверждать, что боль вызывает уже само состояние чрезмерной нагруженности информацией — состояние, которое мы не в силах вынести и в котором, между тем, постоянно находимся — двойственность, из которой рождается сложная природа сетевой чувствительности. Боль нужно прорабатывать, чтобы не впасть в циклическое проживание меланхолии — а на прорабатывание, как правило, нет ресурса: временного, эмоционального. Ведь для накопления ресурса нужна пустота, а пустоты в нашей жизни нет: никогда не заканчиваются падающие в смартфон сообщения, новости и новые и новые триггеры.

Если задуматься, из всего этого возникает довольно невротичная картина существования в цифровой среде, которая становится естественной жизненной средой для новых молодых. Отсутствие баланса, нарушенное внутреннее равновесие,

странная дорога, с которой не сойти и которая не соединяет людей, а соединяет только экраны смартфонов, — из этого набора элементов не построишь стабильные коммуникации или хоть сколько-нибудь понятную картину мира. Отсюда — повышенная чувствительность, состояние «меня триггерит» и необходимость цифрового этикета, способного хоть немного отрегулировать постоянную циркуляцию боли.

Поколенческий разлом сегодня — это история отцов и детей наоборот. Если раньше юность восставала, играя «мускулами», готовясь ломать и переворачивать, сбрасывать с парохода, уничтожать и менять, — то сегодня все наоборот. Теперь поколенческий разлом проходит между закаленными старшими, которых парадоксально усиливает ощущение, что есть *мой* мир, частный — и есть все снаружи. И что есть мир настоящий, а есть покушающийся на него симулякр жизни — смартфон. По другую сторону — истерзанные в общем личном и общем частном пространстве молодые люди: им некуда спрятаться, и их мир жестоко хрупко устроен — ни от чего и нигде нет защиты, да и чувствительность — из-за постоянной информационной перегруженности — истончена до восковой бумаги. Появление же общих инфоповодов — когда каждого триггерит по отдельности и при этом всех вместе — рискует спровоцировать защитный буллинг. Более здоровых механизмов управления эмоциями в сети пока не существует.

Цифровой этикет, триггеры и буллинг — все принадлежат к той аморфной массе понятий, из которых мы сейчас вырабатываем свою новую реальность.

Хорошая ли это реальность? Не уверена.

Плохая? Тоже не уверена — может ли данность быть хорошей или плохой?

Но такие исходные нам достались, и работать нужно с тем, что есть, — не пытаясь цепляться за осколки старого мира, сохранившегося по частным углам личных физических реальностей.

Альтернативной картины мира для вас у меня нет и не будет.