

НАРУШЕННОЕ ВОПЛОЩЕНИЕ ТЕЛЕСНОГО Я КАК ТРИГГЕР СТРЕССА

© Ребеко Т.А.

Кандидат психологических наук, ведущий научный сотрудник,
лаборатория психологии способностей и ментальных ресурсов им. В.Н. Дружинина,
Институт психологии РАН, Москва, Россия
rebekota@ipran.ru; ORCID: 0000-0002-0219-4254

Рассматриваются концепции воплощения в философии и психологии в соотнесении с понятием аттрактора. Предполагается, что нарушенное воплощение сопряжено с дефектными проявлениями как соматических, так и психических состояний. Рассматриваются уровневые модели, в которых воплощение анализируется с точки зрения двух осей: вертикальной — как опыта самопринадлежности, и горизонтальной — как опыта самоагентности в форме взаимоотношений с внешним миром. Опыт воплощения/нарушенного воплощения обнаруживает себя в состояниях клаустрофобии/агорафобии, в формах моторной активности. На материале психосоматики кожных заболеваний, отношения к ногтевой пластине, алекситимии, татуажа, нарушений пищевого поведения доказывается, что опыт нарушенного воплощения сопряжен с когнитивными стилями и копингами.

Ключевые слова: воплощение/нарушенное воплощение, аттрактор, самопринадлежность/самоагентность, состояния клаустрофобии/агорафобии, атопический дерматит/псориаз, алекситимия, татуаж, моторная активность, нарушения пищевого поведения

Введение

Мы исходим из предположения о том, что связь телесности и ментальности представляет неравновесную динамическую систему, в которой сознательное-бессознательное, соматическое-психическое находятся во взаимодействии.

В теории динамических систем под аттрактором понимается устойчивый узел, который отвечает за стабильность и равновесие системы. В коннекционистских моделях под аттрактором понимается собственное состояние системы, характеризующееся минимумом циркулирующей активации (Mangold-Allwinn, 1995). Любой аттрактор имеет предельные характеристики, выход за пределы которых ведет в «срыву» системы в катастрофический режим функционирования. В том случае, если аттрактор имеет узкий диапазон вариативности, то система теряет устойчивость. Само понятие «стресс» предполагает выход «за пределы», тогда «стрессогенные факторы» можно рассматривать как репеллеры. В психологии личности выделены разные механизмы, отвечающие за поддержание равновесия (копинги, защиты), а также базовые характеристики личности, такие как жизнестойкость и стрессоустойчивость, которые можно рассматривать как аттракторы.

Мы хотим показать на эмпирическом и теоретическом материале, как сужение диапазона телесности приводит систему к состоянию

«странного аттрактора», т.е. близкому к «срыву» при незначительных изменениях взаимодействия человека с миром. По аналогии с понятием «tacit knowledge», хорошо разработанным в когнитивной психологии, мы предлагаем ввести понятие «имплицитный стресс». Под этим мы понимаем такое состояние, при котором нет манифестируемых признаков стрессового расстройства, однако «зона риска» оказывается очень широкой. Иными словами, структурные дефекты телесности, находящиеся в латентном состоянии, могут проявиться в дезадаптивном функционировании при определенных (провоцирующих) обстоятельствах.

Справедливости ради стоит сказать, что любой соматический/психический симптом — это уже знак неравновесного состояния. Теоретическая проблема, которую мы ставим в данной работе, состоит в определении телесности как аттрактора/репеллера, которые предопределяют динамику когнитивно-соматической системы и варианты сохранения устойчивости. Говоря о когнитивно-соматической системе, мы имеем в качестве протофеномена модели ЭУС (Пономарёв, 1983) и «эмоции-сознание» (Alexandrov, Sams, 2005), в которых исходно постулируется уровневая организации ментального опыта при разном вкладе телесного (соматического) и ментального (когнитивного).

Репрезентация телесности формируется и изменяется в течение жизни, но при этом в каждый период и в разных ситуациях ментальная репрезентация тела и его границ является относительно стабильной, что позволяет строить адаптивные стратегии взаимодействия с внешним миром. Мы исходили из того, что «в субъективном опыте фиксируются структуры пространства...», и «этот опыт проецируется на актуальное собственное состояние» (Прохоров, 2021, с. 31).

Теоретические предпосылки

Теоретическим конструктом, описывающим вклад телесности в психическое функционирование, является воплощение. Поэтому воплощение можно рассматривать как аттрактор, а нарушенное воплощение как репеллер или как триггер стресса.

Философская категория «воплощение» позволяет объединить адаптационные/дезадаптационные механизмы как «соматического», так и «психического». В философии принцип холистического единства психики (*mind*) и тела нашел выражение в понятии «воплощение», которое получило развитие в работах Мориса Мерло-Понти (*Civitarese, Ferro, 2014*). Согласно его концепции «плоть представляет собой локус пересечения, то место, где дихотомии субъекта и объекта, “я” и “другое” на мгновение путаются, ...как стержень, где некто одновременно является видящим и видимым» (*Romanyshyn, 2010, p. 45*).

Анализируя философию М. Мерло-Понти, М. Сабан вводит понятие плоти (в отличие от тела), с помощью которого описывается исходное единство как «общее воплощенное поле» (*Saban, 2010, p. 116*). Автор указывает на то, что «воплощенная самость существенно и радикально вплетена в мир, и невозможно сказать, где она начинается и где заканчивается».

В. Подорога указывает, что вплетенность телесного в психическое нельзя метрически изобразить. По словам автора, «Мерло-Понти пытается разработать целый словарь топологических понятий: “скручивание, наматывание, удвоение”, “реверсия”, “реконверсия”, “сгибание, оборачивание, разворот” и т.п. Цель здесь одна — найти язык, который учел бы изначальную непредопределенность взаимодействия перцептивно-телесного поля, его колебание, смену направлений силовых векторов, вихри, которые его захватывают и не дают ему стать устойчивым и прозрачным» (*Подорога, 1995, с. 155*).

А. Сато и А. Ясуда (*Sato, Yasuda, 2005*) предложили выделить два относительно независимых

модуля. Первый — «чувство самопринадлежности» — описывает феноменологию опыта переживания (или опыта претерпевания) как относящегося к себе. Второй — «чувство самоагентности» — описывается как переживание того, что «я являюсь тем, что вызывает или порождает действие». С. Галлахер определяет чувство владения телом (*ownership*) как ощущение того, что именно мое тело переживает какой-то опыт, в отличие от самоорганизации, которая связана с ощущением того, что я совершаю какое-то действие (цит.: по *Connolly, 2013, p. 637*). Ссылаясь на С. Галлахера, А. Коннолли указывает, что «основа человеческого взаимодействия и понимания других людей уже заложена определенными воплощенными практиками — практиками эмоциональными, сенсомоторными, перцептивными и неконцептуальными» (там же, р. 643).

Л. Фляйшер приводит мнение М. Солмса о различии между разными модусами репрезентации тела: один относится к внешнему телу — трехмерной репрезентации самости, переживаемой как объект, а другой — к внутреннему телу (внутренней автономной среде) или опыту, который не является объектом восприятия (пока он не экстернализован), но является состоянием и субъектом восприятия. «Репрезентации внешнего и внутреннего тела являются двунаправленными и способствуют созданию ощущения постоянства тела или самости» (*Fleischer, 2017, p. 191*). Идею сплетенности и совместности внешнего и внутреннего тела развивает В. Подорога. «Дистанция от “Я-чувства” до “моего тела” определяется в зависимости от второй дистанции — от “моего тела” до “тела Другого” — дублирует как внутреннее то, что уже произошло во внешнем» (*Максимова и др., 2019, с. 147*).

Идея о том, что разные способы включенности телесного опыта создают разные узоры ситуативной репрезентации развивается в собственно когнитивных работах. Было показано, что как характер взаимодействия, так и построение когнитивной модели ситуации зависит от того, воспринимается ли ситуация с точки зрения первого или третьего лица, как соотносятся эгоцентрическая и аллоцентрическая позиции (*Tversky, Hard, 2009*).

Работы по ситуативному (*Adams, 2010*) и социальному познанию (*Spaulding, 2011*) свидетельствуют о том, что воплощенные практики лежат в основе человеческого взаимодействия. «Эти воплощенные практики составляют наш основной доступ к пониманию других и продолжают делать это даже после того, как мы постигнем мыслитель-

ные способности» (Connolly, 2013, p. 643). «Телесность, не являясь телом, обнаруживается как условие многомерности самого тела. Благодаря собственной медиальности телесность собирает тело, преобразует его, обнаруживая все новые его возможности, новые образы, неочевидные для разума» (Зенец и др., с. 38).

Некоторые авторы предлагают рассматривать отношение человека к своему телу как соотношение двух осей: вертикальной и горизонтальной (Civitarese, Ferro, 2014). Вертикальная ось — это отношение с собой, со своими телесными ощущениями и переживаниями, а горизонтальная ось — это соотношение с другими, с социальным миром в целом. Вертикальные и горизонтальные отношения конституционно неразрывны и находятся во взаимных и динамических отношениях (Ломбарди, 2022).

Сходную идею развивает Е. Хэмлин (Hamlin, 2022). Автор исследует, как тело воспринимается исходя из его поверхности, сравнивая Телесное Я с анатомическим гомункулусом. Психическая репрезентация тела возникает из репрезентации «как вертикальной, так и горизонтальной оси», при этом вертикальная ось отвечает за «отношение между эго и собственным телом, а горизонтальная ось отвечает за отношение между Эго и внешними объектами».

С. Майзен полагает, что процесс воплощения «требует включения как аффективной (вертикальной), так и реляционной, интерперсональной (горизонтальной) оси» (Mizen, 2014, p. 362). «... полагаю, что воплощенная аффективная “вертикальная” ось и межличностная “горизонтальная” ось отношений являются взаимозависимыми компонентами процесса, посредством которого происходит символизация» (там же). По мысли автора, обе эти оси исходно взаимозависимые компоненты, посредством которых происходит процесс символизации и находятся во взаимодействии. Вертикальные и горизонтальные отношения конституционно неразрывны и находятся во взаимных и динамических отношениях.

Описание психического опыта как сопряжения двух ортогональных осей предлагается в модели М.А. Холодной и Е.В. Соловьевой на примере эмпатии (Холодная, Соловьева, 2024). Это позволило авторам выделить конструктивные и деструктивные аспекты эмпатии. Один полюс ориентирован на Я, второй — на мир, Другого. Сходной позиции придерживается Е.А. Сергиенко (Сергиенко, 2021). Автор вводит две ранние формы структуры Я, которые являются двумя аспектами взаимодействия с миром. Я—экологическое, по словам авто-

ра, специфицирует описание системы «Я—физический мир», «Я—интерперсональное — системы «Я—социальный мир»».

Мы разделяем точку зрения, согласно которой взаимодействие двух осей телесности — вертикальной (связь с собственным телом) и горизонтальной (связь с миром) можно использовать в качестве объяснительного принципа. Тем самым общеметодологическая концепция сопряженности человека и внешнего мира расширяется на опыт телесности и постулируется как телесная сопряженность.

В том случае, если «нормативное» воплощение потерпело неудачу, то человек предпринимает попытки компенсаторного воплощения. М.П. Ливайн и Н. Пайран (Levine, Piran, 2004) ввели конструкт «нарушенное воплощение» (*disrupted embodiment*) и понимали под ним недоверие к своему телу, опыт нарушенного переживания своего тела как источника значимых потребностей, удовольствия, ухода и силы.

Таким образом, можно предположить, что соматическая и психическая репрезентация, включая дефекты и компенсации, порождают разнообразные профили воплощения.

Эмпирические исследования

Ниже приводятся результаты некоторых эмпирических исследований, выполненных нами в парадигме квазиэксперимента. В большинстве исследований использовались следующие бланковые методики:

- Методика «Я—структурный тест Аммона» (ISTA), шкалы «Внешнее Я—отграничение» и «Внутреннее Я—отграничение» (конструктивные, деструктивные и дефицитарные);
- Методика «Диагностика телесного Я» (Лыбко, 2008). Выделенные два фактора можно кратко охарактеризовать как «Самопринятие своего телесного Я» и «Влияние Другого на отношение к своему телу» (Лыбко, 2008).
- Методика «Включенные фигуры» (Холодная, 2004);
- Методика «Диапазон эквивалентности» (модификация Колги) (Холодная, 2004).

В случае дефицитарного воплощения по каждой из осей, а также в случае дефектного их сочленения, мы имеем разные профили нарушенного воплощения и можем предвидеть потенциальные зоны репеллентности. Например, дефект вертикальной оси «позволяет понять, почему некоторые пациенты будут чрезмерно заикливаться на физических аспектах в ущерб возможности по по-

строению мыслей (что-то вроде телесной атаки на мыслительные связи). У других, напротив, разовьется ментализация, которая, можно сказать, становится чрезмерной, поскольку она отключена от физических переживаний (например, в случае изоляции, интеллектуального всемогущества или даже психотического мышления)» (Lombardi, Sanchez-Cardenas, 2006, p. 816–817).

Дефицитарное воплощение при алекситимии

Алекситимия характеризуется недифференцированностью чувственного опыта или дефектом «вертикальной оси» (в модели Феррари). В наших исследованиях было показано, что существует надежная связь сопряжения между уровнем алекситимии и репрезентацией границы по шкале «Телесное Я» ($H(4, N=52)=30,39; p=0,0$). Респонденты с низкими значениями по параметру алекситимии имеют высокие показатели по шкале «Телесное Я», а лица с высокими значениями по шкале алекситимии имеют низкие значения по шкале «Телесное Я».

Существует надежная связь сопряжения между уровнем алекситимии и полюсами когнитивных стилей: $H(4, N=52)=32,03; p=0,0$. Среди респондентов с низкими значениями по параметру «алекситимия» надежно преобладают продуктивные стилевые субгруппы («категоризаторы» и «детализаторы»). Среди респондентов с высокими значениями по параметру «алекситимия» надежно преобладают непродуктивные стилевые субгруппы «глобалисты» и «детализаторы».

Факт преобладания «детализаторов» согласуется с результатом, полученным в исследовании Н.Е. Максимовой с соавторами (Максимова и др., 2019). Авторы показали, что в том случае, если дифференциация на ранних этапах формирования психологических структур происходит сверх быстро, это мешает последующему развитию когнитивных структур (ср. телесная атака на мыслительные связи). А некоторым теоретическим «аналогом», объясняющим преобладания когнитивного стиля «глобалисты», может служить феномен «обратимой системной дедифференциации», которая «характеризует состояние стресса» (Александров и др., 2017).

Недифференцированная телесность и татуировки

В этом же исследовании получен результат о сопряженной связи между уровнем алекситимии и количеством татуировок: $H(4, N=52)=30,8; p=0,0$. Лица с низкими значениями по параметру

алекситимии не имеют татуировок, лица с высокими значениями по параметру алекситимии имеют большое количество татуировок. Также обнаружен контраст между количеством татуировок и когнитивными стилями: $H(2, N=52)=27,01; p=0,0$. Лица с максимальным количеством татуировок надежно принадлежат к группе «детализаторов».

Выявленная связь алекситимии и татуажа с недифференцированной границей «Телесного Я» и непродуктивными полюсами когнитивных стилей позволяют предположить, что при невоплощенном чувственном опыте (вертикальные связи) происходит деформация горизонтальных связей: когнитивная переработка происходит либо чрезмерно детально, либо чрезмерно глобально.

По данным методики «Я–структурный тест Аммона» (ISTA), нами был получен факт «размытости границ» «Телесного Я». Лица с большим количеством татуировок имеют пониженные значения по шкалам внешнего/ внутреннего конструктивного Я–отграничения, но имеют повышенные значения по шкалам внешнего и внутреннего дефицитарного Я–отграничения. Таким образом, «практику» нанесения татуировок мы рассматриваем как попытку телесного «самоопределения», как компенсацию опыта «развоплощенности» посредством боли. По словам В. Подороги, «чтобы иметь, нужно уже быть... тогда *Etre* предшествует *Avoir* и определяет его. Можно сказать так: чтобы иметь, нужно обладать “Я–чувством”» (Подорога, 1995, с. 146).

Нарушенное воплощение и двигательная активность (фитнес)

В многочисленных исследованиях показано, что к телу можно относиться функционально, но при этом не обладать «чувством самопринадлежности». В случае нарушенного воплощения компенсацией может служить функциональное использование тела.

Энн Альварес показала, что ранний травматический опыт проявляется в репетитивных и фиксированных движениях, которые можно рассматривать как «защиту от тревоги» (Alvarez, 1999, p. 71). Если ментальный образ тела остался неинтегрированным, то его объединение может происходить посредством движений «объединяющих верх и низ тела» (Sandri, 1994, p. 101).

Одно из наших исследований посвящено выявлению связи между репрезентацией телесности и стилем двигательной активности. В исследовании участвовало две группы респондентов (38 женщин), которые различались в зависимо-

сти от предпочтительной формы занятия фитнеса: тренажеры или активные движения (танцы, спортивные игры). Полученные результаты (с помощью бланковой методики (Лыбко, 2008)) позволяют утверждать, что группа женщин, предпочитающая занятия на тренажерах, достоверно меньше ориентируется на себя по сравнению с контрастной группой ($H(1, N=38)=18,6; p=0,0$), а также характеризуется когнитивным стилем полезависимость ($H(1, N=38)=9,2; p=0,002$) и фиксированность ($F(1,36)=18,2; p=0,0$). Видимо, мы можем предположить, что ригидный модус взаимоотношения с внешним миром (горизонтальная ось) в случае занятий на тренажерах, сопряжен с нарушенным воплощением по «вертикальной оси» (ориентация на себя).

Интерперсональный аспект воплощения (кожные заболевания, отношение к ногтевой пластине)

В следующих исследованиях изучается связь воплощения с репрезентацией пространства. По словам Р. Сандри, именно телесный опыт (включая все модальности, и особенно, опыт движений) позволяет перейти к репрезентации психического пространства с его необходимыми атрибутами, такими как «внутри — снаружи», «наличие — отсутствие» (Sandri, 1994). Многие авторы выделяют два полюса: тенденция к слиянию/инкапсуляции. Исследование проводилось на группе респондентов с кожными заболеваниями — атопический дерматит (АД) и псориаз (ПС).

Мы исходили из того, что кожа репрезентирует как соматический, так и интерсоциальный (горизонтальный) аспект воплощения. По материалам бланковых методик доказывается, что телесную границу в группе «атопический дерматит» можно интерпретировать как сверхпроницаемую. Следовательно, респонденты в группе АД отражают тенденцию к слиянию (выраженное доминирование мнений другого в репрезентации собственного Я, потребность в защите, эмоциональная реакция на стрессовую ситуацию и избегание конфликтов), а в группе «псориаз» — к инкапсуляции (Ребеко, 2019, 2022).

Полученные выводы подтверждаются результатами исследования, проведенного с помощью методики «Стратегии совладающего поведения» (ССП) Т.Л. Крюковой. Между группами получены достоверные различия по параметру «Дистанцирование» ($H(2, N=72)=43,73; p=0,0$) и «поиск социальной поддержки» ($H(2, N=72)=51,87; p=0,0$). В группе АД эти копинги принимают сверхниз-

кие значения. В группе же ПС копинги «Дистанцирование», «Самоконтроль» и «Положительная переоценка» принимает сверхвысокие значения (Ребеко, 2016).

Близкие по выводам результаты о соотносительности тенденций к слиянию/инкапсуляции с границами «Телесного Я» были получены на другом эмпирическом материале. Респонденты различались своим отношением к ногтевой пластине. Ногти, как и кожа, выражают двойной смысл — соматический и культурный. Ограничимся здесь только некоторыми выводами. Были выделены две контрастные группы: лица, повреждающие ногтевую пластину («грызение ногтей» — ГР) и лица, наращивающие сверхдлинные, царапающие ногти (ЦАР). Исследование проводилось с помощью гугл-формы.

По шкале «Самопринятие образа телесного Я» группа «ГР» демонстрирует сверхнизкие значения, по сравнению с группой «ЦАР» ($H(3, N=464)=16,46; p=0,0$). Согласно интерпретации методики, группа «ГР» «сомневается в ценности собственного тела», они характеризуются «потерей интереса к своим телесным ощущениям» (вертикальная ось). Полученные результаты позволяют отнести группу лиц, повреждающих ногтевую пластину, к тем, кто реализует тенденцию к слиянию. В группе респондентов со сверхдлинными ногтями выявлена доминирующая тенденция к инкапсуляции, когда ногти служат для ограждения личного пространства (Ребеко, 2024).

Воплощение и репрезентация пространства

Тенденции к слиянию/инкапсуляции мы соотносим с репрезентацией пространства и с латентными личностными трудностями. На материале нарушения пищевого поведения нами были получены некоторые данные, которые позволяют соотносить тенденции к слиянию/инкапсуляции с такими психологическими характеристиками как агорафобия/клаустрофобия. Стремление освободиться от клаустрофобических страхов, по словам Ф. Романо (Romano, 2013), «выражается в анорексичном поведении, при котором отрицание своего тела с его чувствами и желаниями приводит к потере контакта с ним» (там же, р. 8). Поведенчески это проявляется в тенденция к инкапсуляции.

В случае агорафобии — «другой» массово отрицается и инкорпорируется, становится неотличимым от «Я», это просто расширение представления о собственном жизненном пространстве, что проявляется как тенденция к слиянию. Л. Джорданелли (Giordanelli L.) соотносит агорафобию

с «чрезвычайно примитивным повреждением “Телесного Эго”», и описывает это как «фобию собственного тела, воспринимаемого как пространство, границы которого не могут быть установлены по отношению к внешнему пространству» (Giordanelli, 1992, p. 1000). По словам автора, все «агорафобические пациенты не принимают свои тела» (там же, p. 1004).

Мы полагаем возможным провести «параллели» между состоянием клаустрофобии, тенденцией к слиянию и с нарушением пищевого поведения (по типу переедания). В дипломной работе Аныкиной А.В., выполненной под нашим руководством, показано, что женщины, страдающие ожирением, имеют симбиотические отношения с родителями, ненадежный тип привязанности и спутанную гендерную идентичность (Ребеко, Аныкина, 2009).

Согласно С. Дьен, пациенты с булимией «... по-видимому, живут в психической реальности, где отсутствуют ментальные репрезентации эмоций, которые они испытывали. И они не способны осознать полный смысл своего эмоционального переживания» (Diena, 2015). Результаты других исследований, полученные с помощью бланковых методик на респондентах с нарушениями пищевого поведения (по типу переедания), согласуются с портретом лиц, реализующих тенденцию к слиянию. В частности, они демонстрируют полюс медленного когнитивного стиля (Ребеко, 2016), что согласуется с литературными данными о личностной импульсивности.

По нашим данным, при высоких значениях переменной «Переедание» происходит слияние двух переменных, отвечающих за разные модули репрезентации тела (с опорой «на себя» и с опорой «на другого») ($F(2,29)=11,17; p\leq 0,002$). Следовательно, правомерно предположить, что нарушение пищевого поведения (по типу переедания) необходимо сопряжено с неумением дифференцировать себя от других. Пациенты с НПП не в состоянии контролировать и регулировать свои взаимоотношения с окружающими людьми, и они удерживают контроль над свои

ми агрессивными чувствами путем переедания (Каменецкая, Ребеко, 2015).

Также нами были получены результаты о связи НПП (по типу переедания) с когнитивными стилями. Так, когнитивный стиль полезависимый/фиксированный сопряжен с выраженной недифференцированностью при репрезентации тела ($F(6,58)=12,04; p=0,0$) (Каменецкая, Ребеко, 2015). Таким образом, можно допустить, что телесная недифференцированность является репеллером в познавательной активности, а переедание можно рассматривать в качестве регулятора напряжения.

Заключение

Совокупный анализ результатов свидетельствует о том, что нарушенное воплощение имеет разные формы проявления — как психосоматическое (алекситимия, кожные заболевания), так и поведенческое (татуировки, выбор формы фитнеса, нарушение пищевого поведения). Любые формы нарушенного воплощения порождают своеобразный профиль компенсации/дефекта, в котором собственно соматические и психические факторы имеют разный вес.

По словам Марины Амор, соматические состояния и симптомы рассматриваются как часть сети взаимоотношений «Я–с–другими» и как имплицитный способ познания, присущий и необходимый для интегрированного самоощущения (Amore, 2012, p. 243).

Нарушение телесного воплощения выражается в искажении репрезентации границы и объема, в репрезентации личного и физического пространства, в когнитивных стилях как метакогнитивных механизмах процесса переработки информации и способах построения концептуального знания, в репрезентации движений и построении собственной двигательной активности.

Все формы нарушенного воплощения могут быть потенциальными узлами «поломки» сомато-когнитивной системы, которые могут проявиться в компенсаторном/дезадаптивном функционировании.

Литература:

1. Александров Ю.И., Сварник О.Е., Знаменская И.И., Колбенева М.Г., Арутюнова К.Р., Крылов А.К., Булава А.И. Регрессия как этап развития. М: Издательство «Институт психологии РАН», 2017.
2. Зенец Н.Г., Лобова Т.Г., Чалдышкина М.В. Проблема телесности: от мифологемы к философии // Современные исследования социальных проблем. 2020. Т. 12. № 2. С. 26–43. URL: <https://journal-s.org/index.php/mrsp/article/view/12611>
3. Каменецкая Е.В., Ребеко Т.А. Репрезентация телесного Я и защита Эго при нарушении пищевого поведения // Экспериментальная психология. 2015. Т. 8. № 3. С. 118–128.

4. *Ломбарди Р.* Тело, аффект, мышление. Размышления о некоторых гипотезах Матте-Бланко и Феррари // Журнал Практической Психологии и Психоанализа. 2022. № 2. URL: <https://psyjournal.ru/articles/telo-affekt-myshlenie-razmyshleniya-o-nekotoryh-gipotezah-matte-blanko-i-ferrari>
5. *Лыбко И. В.* Методика «Диагностика телесного Я» // Психологическая диагностика: Научно-методический и практический журнал. 2008. № 3. С. 5–21.
6. *Максимова Н. Е., Александров И. О., Заварнова Ю. А., Свиридов В. С., Турубар Д. С.* Дифференциация и организация психологических структур при взаимодействии индивида с новыми предметными областями. Часть I. Свойства аутореплицирующихся структур и их операционализация // Психологический журнал. 2019. Т. 40. № 1. С. 15–27.
7. *Подорога В.* Феноменология тела Введение в философскую антропологию. Материалы лекционных курсов 1992–1994 годов. М.: AdMarginem, 1995.
8. *Пономарев Я. А.* Методологическое введение в психологию. М.: Наука, 1983.
9. *Прохоров А. О.* Ментальные репрезентации психических состояний. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2021.
10. *Ребеко Т. А., Аныкина А. В.* Адаптация русскоязычной версии опросника «Мысли и паттерны поведения» для лиц, страдающих ожирением // Психологический журнал. 2009. Т. 30. № 1. С. 106–118.
11. *Ребеко Т. А.* Структура телесной репрезентации и когнитивные стили // Психологический журнал. 2016. Т. 37. № 6. С. 47–57.
12. *Ребеко Т. А.* Кожные заболевания и способы совладания (копинги) // Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. 2019. Т. 25. № 4. С. 118–125.
13. *Ребеко Т. А.* Психосоматика кожных заболеваний и репрезентация психического пространства // Психологический журнал. 2022. Т. 43. № 4. С. 59–69.
14. *Ребеко Т. А.* Отношение к ногтям как репрезентация границы телесного Я // Психологический журнал. 2024. Т. 45. № 1. С. 62–73.
15. *Сергиенко Е. А.* Психическое развитие с позиций системно-субъектного подхода. М.: Издательство «Институт психологии РАН», 2021.
16. *Холодная М. А., Соловьева Е. В.* Конструктивные и деструктивные аспекты эмпатии как следствие ее многомерной природы // Психологический журнал. 2024. Т. 45. № 1. С. 32–45.
17. *Холодная М. А.* Когнитивные стили. О природе индивидуального ума. учеб. пособие. М.; СПб.: Питер, 2004.
18. *Adams Fr.* Embodied cognition // Phenomenology and the Cognitive Sciences. 2010. V. 9. P. 619–628.
19. *Alexandrov Y. I., Sams M. E.* Emotions and consciousness: Ends of a continuum // Cognitive Brain Research. 2005. V. 25. P. 387–405.
20. *Alvarez A.* Disorder, deviance and personality. Factors in the persistence and modifiability of autism // Autism and Personality. London: Routledge, 1999. P. 62–78.
21. *Amore M.* Clinical Scenarios of «Remembering»: Somatic States as a Process of Emerging Memory // Psychoanalytic Dialogues. 2012. V. 22(2). P. 238–252.
22. *Civitaresse G., Ferro A.* Between «other» and «other»: Merleau-Ponty as a Precursor of the Analytic Field // Fort Da. 2014. V. 20(1). P. 9–29.
23. *Connolly A.* Out of the Body: Embodiment and its Vicissitudes // Journal of Analytical Psychology. 2013. V. 58(5). P. 636–656.
24. *Diana S.* Emptiness in Bulimia: Clinical Vicissitudes and Theoretical Implications // Romanian Journal of Psychoanalysis. 2015. V. 8(2). P. 183–215.
25. *Fleischer L.* Body Image and Transience: Frozen in Time // Canadian Journal of Psychoanalysis. 2017. V. 25(1). P. 189–211.
26. *Giordanelli L.* On Agoraphobia // Rivista di Psicoanalisi. 1992. V. 38(4). P. 986–1012.
27. *Hamlin E.* Hollow Women, Stuffed Women: Body Image and the Imagined Body in Patients with Eating Disorders // British Journal of Psychotherapy. 2022. V. 38. P. 61–78.
28. *Levine M. P., Piran N.* The role of body image in the prevention of eating disorders // Body Image. 2004. V. 1(1). P. 57–70.
29. *Lombardi R., Sanchez-Cardenas M.* From the Eclipse of the Body to the Dawn of Thoughtd Armando B. Ferrari // Revue française Psychanalyse. 2006. V. 70(3). P. 815–819.
30. *Mangold-Allwinn R.* Flexible Konzepte. Experimente, Modelle, Simulationen. Goettingen: Hogrefe, 1995.

31. *Mizen C.S.* Towards a Relational Affective Theory of personality disorder // *Psychoanalytic Psychotherapy*. 2014. V. 28(4). P. 357–378.
32. *Romano F.* Anorexia and Bulimia: Two Aspects of Adolescence // *British Journal of Psychotherapy*. 2013. V. 29(1). P. 5–24.
33. *Romanyshyn R.* The body in Psychotherapy. Contribution of Merlo-Ponty // *Body, mind and healing after Jung. A space of Questions* / Ed. By Jones R. A. London–NY: Routledge. 2010. P. 41–61.
34. *Saban M.* Staging the Self. Performance, individuation, and embodiment // *Body, mind and healing after Jung. A space of Questions* / Ed. by Jones R. A. 2010. P. 110–126.
35. *Sato A., Yasuda A.* Illusion of sense of self-agency: discrepancy between the predicted and actual sensory consequences of actions modulates the sense of self-agency, but not the sense of self-ownership // *Cognition*. 2005. V. 94. № 3. P. 241–255.
36. *Sandri R.* *Penser avec des bebes*. Lyon: Editions Eres, 1994.
37. *Spaulding Sh.* Embodied Social Cognition // *Philosophical Topics*. 2011. V. 39. № 1. P. 141–162.
38. *Tversky B., Hard Br.M.* Embodied and disembodied cognition: Spatial perspective-taking // *Cognition*. 2009. V.110. № 1. P. 1–130.

DISTURBED EMBODIMENT OF THE BODY SELF AS A STRESS TRIGGER

© Tatyana A. Rebeko

Candidate of Psychological Sciences, Leading Researcher,
V.N. Druzhinin Laboratory of Psychology of Abilities and Mental Resources,
Institute of Psychology of the Russian Academy of Sciences, Moscow, Russia
rebekota@ipran.ru; ORCID: 0000-0002-0219-4254

The concepts of embodiment in philosophy and psychology are considered in relation to the concept of an attractor. It is assumed that impaired embodiment is associated with defective manifestations of both somatic and mental states. The level models are considered in which embodiment is analyzed from the point of view of two axes: vertical — as the experience of self-belonging, and horizontal — as the experience of self-agency in the form of relationships with the outside world. The experience of embodiment/disturbed embodiment reveals itself in states of claustrophobia/agoraphobia, in forms of motor activity. Based on the psychosomatics of skin diseases, attitudes towards the nail plate, alexithymia, tattooing, and eating disorders, it is proved that the experience of impaired embodiment is associated with cognitive styles and copings.

Keywords: embodiment/impaired embodiment, attractor, self-belonging/self-agency, states of claustrophobia/agoraphobia, atopic dermatitis/psoriasis, alexithymia, tattooing, motor activity, eating disorders

REFERENCES

1. *Aleksandrov Yu.I., Svarnik O.E., Znamenskaya I.I., Kolbeneva M.G., Arutyunova K.R., Krylov A.K., Bulava A.I.* (2017). Regression as a stage of development. Moscow: Publishing House «Institute of Psychology of the Russian Academy of Sciences».
2. *Zenets N.G., Lobova T.G., Chaldyshkina M.V.* (2020). The problem of corporeality: from mythologem to philosopheme // *Modern studies of social problems*. V. 12. № 2. P. 26–43. URL: <https://journal-s.org/index.php/mrsp/article/view/12611>
3. *Kamenetskaya E.V., Rebeko T.A.* (2015). Representation of the bodily Self and Ego defense in eating disorders // *Experimental Psychology*. V. 8. № 3. P. 118–128.
4. *Lombardi R.* (2022). Body, affect, thinking. Reflections on some hypotheses of Matte-Blanco and Ferrari // *Journal of Practical Psychology and Psychoanalysis*. № 2. URL: <https://psyjournal.ru/articles/telo-affekt-myshlenie-razmyshleniya-o-nekotoryh-gipotezah-matte-blanko-i-ferrari>

5. *Lybko I. V.* (2008). Methodology «Diagnostics of the bodily Self» // Psychological diagnostics: Scientific, methodological and practical journal. № 3. P. 5–21.
6. *Maksimova N. E., Aleksandrov I. O., Zavarnova Yu. A., Sviridov V. S., Turubar D. S.* (2019). Differentiation and organization of psychological structures in the interaction of an individual with new subject areas. Part I. Properties of self-replicating structures and their operationalization // Psychological Journal. V. 40. № 1. P. 15–27.
7. *Podoroga V.* (1995). Phenomenology of the body. Introduction to philosophical anthropology. Materials of lecture courses from 1992–1994. Moscow: AdMarginem.
8. *Ponomarev Ya. A.* (1983). Methodological introduction to psychology. Moscow: Nauka.
9. *Prokhorov A. O.* (2021). Mental representations of mental states. M.: Publishing house «Institute of Psychology of the Russian Academy of Sciences».
10. *Rebeko T. A., Anykina A. V.* (2009). Adaptation of the Russian-language version of the questionnaire «Thoughts and patterns of behavior» for individuals suffering from obesity // Psychological journal. V. 30. № 1. P. 106–118.
11. *Rebeko T. A.* (2016). The structure of body representation and cognitive styles // Psychological journal. V. 37. № 6. P. 47–57.
12. *Rebeko T. A.* (2019). Skin diseases and coping methods (copings) // Bulletin of Kostroma State University. Series: Pedagogy. Psychology. Sociokinetics. V. 25. № 4. P. 118–125.
13. *Rebeko T. A.* (2022). Psychosomatics of Skin Diseases and Representation of Mental Space // Psychological Journal. V. 43. № 4. P. 59–69.
14. *Rebeko T. A.* (2024). Attitude to Nails as a Representation of the Boundary of the Body Self // Psychological Journal. V. 45. № 1. P. 62–73.
15. *Sergienko E. A.* (2021). Mental Development from the Standpoint of the Systemic-Subjective Approach. Moscow: Publishing House «Institute of Psychology of the Russian Academy of Sciences».
16. *Kholodnaya M. A., Solovieva E. V.* (2024). Constructive and destructive aspects of empathy as a consequence of its multidimensional nature // Psychological journal. V. 45. № 1. P. 32–45.
17. *Kholodnaya M. A.* (2004). Cognitive styles. On the nature of the individual mind. textbook. Moscow; St. Petersburg: Piter.
18. *Adams Fr.* (2010). Embodied cognition // Phenomenology and the Cognitive Sciences. V. 9. P. 619–628.
19. *Alexandrov Y. I., Sams M. E.* (2005). Emotions and consciousness: Ends of a continuum // Cognitive Brain Research. V. 25. P. 387–405.
20. *Alvarez A.* (1999). Disorder, deviance and personality. Factors in the persistence and modifiability of autism // Autism and Personality. London: Routledge. P. 62–78.
21. *Amore M.* (2012). Clinical Scenarios of «Remembering»: Somatic States as a Process of Emerging Memory // Psychoanalytic Dialogues. V. 22(2). P. 238–252.
22. *Civitaresse G., Ferro A.* (2014). Between «other» and «other»: Merleau-Ponty as a Precursor of the Analytic Field // Fort Da. V. 20(1). P. 9–29.
23. *Connolly A.* (2013). Out of the Body: Embodiment and its Vicissitudes // Journal of Analytical Psychology. V. 58(5). P. 636–656.
24. *Diana S.* (2015). Emptiness in Bulimia: Clinical Vicissitudes and Theoretical Implications // Romanian Journal of Psychoanalysis. V. 8(2). P. 183–215.
25. *Fleischer L.* (2017). Body Image and Transience: Frozen in Time // Canadian Journal of Psychoanalysis. V. 25(1). P. 189–211.
26. *Giordanelli L.* (1992). On Agoraphobia // Rivista di Psicoanalisi. V. 38(4). P. 986–1012.
27. *Hamlin E.* (2022). Hollow Women, Stuffed Women: Body Image and the Imagined Body in Patients with Eating Disorders // British Journal of Psychotherapy. V. 38. P. 61–78.
28. *Levine M. P., Piran N.* (2004). The role of body image in the prevention of eating disorders // Body Image. V. 1(1). P. 57–70.
29. *Lombardi R., Sanchez-Cardenas M.* (2006). From the Eclipse of the Body to the Dawn of Thought Armando B. Ferrari // Revue française Psychanalyse. V. 70(3). P. 815–819.
30. *Mangold-Allwinn R.* (1995). Flexible Konzepte. Experimente, Modelle, Simulationen. Goettingen: Hogrefe.
31. *Mizen C. S.* (2014). Towards a Relational Affective Theory of personality disorder // Psychoanalytic Psychotherapy. V. 28(4). P. 357–378.

32. *Romano F.* (2013). Anorexia and Bulimia: Two Aspects of Adolescence // *British Journal of Psychotherapy*. V. 29(1). P. 5–24.
33. *Romanyshyn R.* (2010). The body in Psychotherapy. Contribution of Merlo-Ponty // *Body, mind and healing after Jung. A space of Questions* / Ed. By Jones R. A. London–NY: Routledge. P. 41–61.
34. *Saban M.* (2010). Staging the Self. Performance, individuation, and embodiment // *Body, mind and healing after Jung. A space of Questions* / Ed. by Jones R. A. P. 110–126.
35. *Sato A., Yasuda A.* (2005). Illusion of sense of self-agency: discrepancy between the predicted and actual sensory consequences of actions modulates the sense of self-agency, but not the sense of self-ownership // *Cognition*. V. 94. № 3. P. 241–255.
36. *Sandri R.* (1994). *Penser avec des bebes*. Lyon: Editions Eres.
37. *Spaulding Sh.* (2011). Embodied Social Cognition // *Philosophical Topics*. V. 39. № 1. P. 141–162.
38. *Tversky B., Hard Br.M.* (2009). Embodied and disembodied cognition: Spatial perspective-taking // *Cognition*. V.110. № 1. P. 1–130.