

УДК 159.922.2:002

DOI: 10.17072/2078-7898/2018-1-79-87

УРОВНЕВЫЙ АНАЛИЗ ASMR-ТЕХНОЛОГИИ И ОПРЕДЕЛЕНИЕ ЕЕ ЗНАЧЕНИЯ В СОВРЕМЕННОМ СОЦИАЛЬНОМ КОНТЕКСТЕ

Шкарин Дмитрий Леонидович

Центр развития тренинговых технологий (Екатеринбург)

В статье рассматривается новая медийная технология АСМР, получившая широкое распространение в интернет-среде после 2010 г. Автор дает краткое описание явления и определяет ключевые понятия, характеризующие данную технологию. Описываются дискуссии относительно АСМР и определяются основные спорные темы, окружающие это явление: сексуальная и аддиктивная подоплека технологии. Затем автор проводит уровневый анализ технологии АСМР: психофизиологические механизмы воздействия, психологические смыслы и ценности, социальное значение явления в современном медиа-контексте. В результате анализа сделано заключение: эффект технологии можно рассматривать как разновидность эффекта синестезии, в той её разновидности, где перекрещиваются связи между экстерорецепцией и интерорецепцией. Анализируются смысловые и ценностные поля, актуализируемые АСМР-воздействием. Последовательно рассмотрев содержание наиболее частых инструментов, используемых в АСМР, автор, приходит к выводу, что в результате воздействия актуализируются смысловые поля, относящиеся к раннему опыту пребывания в безопасной, комфортной социальной среде. Следующим шагом анализа является рассмотрение технологии АСМР в свете социально-философской проблематики интересубъективности. Подчеркивается, что реципиент медиавоздействия получает дефицитарный опыт признания, необходимый для полноценного обретения персональной идентичности. В ходе анализа социального значения технологии автор делает вывод, что АСМР является альтернативным ответом на агрессивную внешнюю массмедийную среду, которая наблюдается в современных СМИ. В качестве конструктивных рекомендаций предлагается воспользоваться находками технологии АСМР современным медиатеологам для создания более экологичной психосенсорной среды обитания. Подчеркивается ответственность СМИ за психологическое благополучие в обществе.

Ключевые слова: АСМР, интернет-технологии, медиавоздействие, массмедиа, брейнгазм, измененное состояние сознания, идентичность, самоидентичность, психосенсорное воздействие, транс, суггестия, гипноз, информационные технологии.

LEVEL ANALYSIS OF ASMR TECHNOLOGY AND ASCERTAINING ITS PLACE IN THE CONTEMPORARY SOCIAL CONTEXT

Dmitry L. Shkarin

Center of Development of Training Technologies (Ekaterinburg)

The article considers the new media technology of ASMR, widely spread in the Internet environment after 2010. The author gives a brief description of the phenomenon and defines the key concepts that characterize this technology. There is a description of the discussions on ASMR and the main controversial topics surrounding this phenomenon, including the sexual and addictive background of the technology. The author carries out a level analysis of the ASMR technology: psychophysiological mechanisms of influence, psychological meanings and values, the social significance of the phenomenon in the modern media context. The author concludes from the analysis that the effect of the technology can be regarded as a kind of synesthesia effect, in that version of it where the links between exteroceptions and interreceptions overlap. Then the author analyzes the semantic and value fields actualized by the ASMR. Having consistently considered the content of the most frequent tools used in ASMR, the author comes to conclusion that as a result of the impact the semantic fields related to the early experience of staying in a safe, comfortable social environment are restored. The next step in the analysis is the consideration of ASMR technology in the light of the social and philosophical issues of

inter-subjectivity. It is emphasized that the recipient of media influence experiences the feeling of deficit of recognition, necessary for the full-fledged acquisition of a personal identity. In analyzing the social significance of the technology, the author concludes that the ASMR is an alternative response to the aggressive external media environment that is observed in the modern media. The author gives positive recommendations suggesting using the findings of the ASMR technology by modern media technology to create a more environmentally friendly psycho-sensory habitat in modern society. The author highlights a big responsibility of the media for the psychological well-being of the society.

Keywords: ASMR, Internet technologies, media impact, mass media, braingasm, altered state of consciousness, identity, self-identity, psycho-sensory influence, trance, suggestion, hypnosis, information technologies.

В данной статье мы проанализируем технологию ASMR и вынесем суждение о значении этого явления в современном социальном контексте. ASMR — автономная сенсорная меридиональная реакция (ASMR, *autonomus sensory meridian response*). Будем использовать русскую транскрипцию этого термина — АСМР. Понятие АСМР введено в употребление в 2010 г., авторство названия принадлежит Дженнифер Алэн (Evelope Nomia), она же входит в число организаторов международного сообщества АСМР в социальной сети Facebook. Сам термин АСМР пока не получил официального статуса и научного определения, поэтому в статье мы будем апеллировать к исходному контексту его употребления в рамках самого сообщества. На блогах сообщества используется следующая дефиниция: «АСМР — это физическое ощущение, которое характеризуется приятным покалыванием, и, как правило, начинается в голове или коже головы» [Gibson С., 2014; ASMR...]. Соответственно в статье мы условимся считать термин АСМР собирательным обозначением ряда психофизиологических состояний, индуцируемых комплексом специфических воздействий: аудиовизуальных стимулов, подаваемых на пониженной громкости и адресно обращенных непосредственно к получателю. На данный момент времени речь идёт преимущественно о медийных воздействиях, хотя сеансы АСМР возможны и в живой среде. Лицо, осуществляющее воздействие, — АСМРтист (этот термин также взят нами из тезауруса самого АСМР-сообщества). Лицо, испытывающее воздействие, мы будем в дальнейшем называть реципиентом.

Сеансы воздействия снимаются на видео и оформляются в виде небольших видеороликов. Содержанием роликов, как правило, являются небольшие сцены, где АСМРтисты совершают разнообразные действия: рисуют, гадают, шуршат, шелестят всевозможными предметами и материалами, рассказывают сказки и истории, делятся полезными советами. При этом сеансы сопровождаются очень тихой речью, часто шепотом или с использованием нефонематических звуков. Ино-

гда действия проходят в форме ролевых игр, обращенных непосредственно к зрителю. Ролики выкладываются преимущественно на каналах YouTube, и лучшие из них имеют многомиллионные просмотры, а АСМРтисты получают многочисленных постоянных подписчиков. Реципиенты рассматривают свой опыт АСМР как вхождение в особые эмоциональные состояния приятной заторможенности и оцепенения, сопровождающиеся сенсорными покалываниями в виде мурашек на коже и вибрациями внутри головы; в каждом случае это очень индивидуально. Возникнув за рубежом, это движение в настоящее время получает широкое распространение в России, где его олицетворением является Мария GentleWhispering — наша соотечественница, которая проживает в США и ведет сеансы на двух языках — русском и английском [Gibson С., 2014; ASMR...].

Сам феномен АСМР до сих пор не получил развернутого социально-философского и социально-психологического анализа, несмотря на многочисленные дискуссии участников АСМР-сообществ и на внимание прессы и культурной общественности. Есть отдельные комментарии и со стороны научной общественности, в частности, специалистов научно-исследовательских центров, таких как Йельский и Шеффилдский университеты [Novella S., 2012; Лучко А., 2014]. Тематами обсуждения являются возможные причины АСМР-эффекта и описания самих состояний. Еще одной обсуждаемой темой является вопрос об эротическом подтексте АСМР-воздействия. Хотя многие АСМРтисты и реципиенты отрицают сексуальную подоплеку практики АСМР, распространенные в медиадискурсе, комментирующем данную практику, номинации «брейнгазм», «оргазм мозга», которые несут соответствующую коннотацию, косвенно свидетельствуют о присутствии в ней шлейфа эротизма [Лучко А., 2014]. И, наверное, самой острой дискуссионной темой является тема наркотического подobia АСМР-эффекта, на эту коннотацию наводят такие расхожие понятия, как «АСМР-мания», «АСМР-зависимость» [ASMR: Интернет-наркотики...].

Целью данной статьи является первичная интерпретация данного явления в научной терминологии. Мы проведем уровневый анализ феномена АСМР, рассмотрим психологическое и социальное значение этой технологии. Данный анализ поможет наметить специфические тенденции развития медиакоммуникаций со стороны формы и содержания их воздействия, а также затронуть актуальные социально-философские темы, касающиеся взаимодействия современного человека и медиасреды.

Психофизиологический уровень анализа АСМР-технологии

Определимся с ключевым для ASMR-технологии термином «триггер». В обыденном словоупотреблении слово «триггер» (trigger) означает защёлку, спусковой крючок. Внутри АСМР-сообщества оно активно используется в качестве рабочего термина, определяющего любой стимул, способный вызывать реакцию приятного расслабления и успокоения, оказывать суггестивное воздействие на реципиента [ASMR...]. Внутри сообщества триггеры упорядочиваются по критериям модальности восприятия и знака вызываемой эмоции. В роликах с АСМР-воздействием задействованы две модальности: визуальная (плавные движения, улыбки, блестящие предметы) и аудиальная (журчание воды, шелест, интимные интонации). Часто используется бинауральная подача звука, создающая эффект погружения в объемное звуковое поле.

Суть АСМР-воздействия — вызвать у реципиента с помощью триггеров реакции, захватывающие и остальные сенсорные модальности помимо зрительной и аудиальной, что в совокупности создаёт требуемое комплексное состояние необычного расслабления (зачарованности, замороженности, трансового оцепенения).

Отметим, что хорошо известны и отрицательные триггеры, способные вызывать индивидуальные произвольные реакции раздражения, дрожи (исп. *gñima*), идиосинкразии, нестерпимого отторжения (например, скрип пенопласта, вид некоторых насекомых, резкий голос), имеющие, на наш взгляд, родственную АСМР основу. Далее мы рассмотрим психофизиологическую природу этих феноменов.

Так как многие эффекты АСМР описываются на языке внутрителесных ощущений (вибрации, дрожь, внутренние покалывания, тяжесть внутри головы, общая обездвиженность), то уместно сконцентрироваться на внутренней сенсорике —

интерорецептивных и проприорецептивных сенсорных процессах. Относительно психофизиологических оснований мы считаем убедительными две объяснительные схемы: двухкомпонентная структура эмоциональных состояний и явление синестезии.

Двухкомпонентная структура эмоциональных состояний подразумевает восприятие внешнего объекта эмоции и одновременно восприятие субъективного отношения к этому объекту, что возможно только за счёт отражения внутренних состояний их телесного и психического носителя. Л.М. Веккер, автор системной информационной теории психических процессов, указывал на парадоксальное полимодальное единство: внешнего компонента, базирующегося на экстерорецептивных восприятиях, и внутреннего компонента, опирающегося на интеро- и проприорецептивные ощущения. «Если обратиться к поиску проявлений двухкомпонентности в области модальных характеристик эмоциональных явлений, то эмпирические описания, начиная с вундтовских, содержат экспериментальные свидетельства того, что практически все модальности представлены в феноменологической картине эмоционального явления. Поэтому есть основания говорить об их полимодальности. Однако в рамках этой полимодальности с достаточной определенностью проступает картина полярности или бимодальности состава модальных компонентов эмоционального явления. На одном полюсе этой бимодальной структуры представлены проприо- и интерорецептивная модальность, на другом полюсе — разные формы модальностей экстерорецептивных: тактильных, слуховых и зрительных по преимуществу» [Веккер Л.М., 1981, с. 123].

Это положение само по себе содержит ключ к пониманию психофизиологической природы эффектов АСМР. Автономность реакции АСМР можно понимать как необходимую привязку второго, внутреннего компонента в бимодальной структуре эмоциогенных восприятий. Однако пока остаются за кадром два важных вопроса: с чем связана разная степень выраженности эффектов у разных людей, с одной стороны, и чем обусловлен разброс реакций на одни и те же триггеры, с другой.

Разная степень выраженности эффектов имеет своими истоками асимметричность самой двухкомпонентной структуры эмоционального восприятия, что обусловлено естественным смещением фокуса внимания на внешнюю действительность. «Общий алфавит интеро- и проприорецеп-

тивных модальностей в силу принципиальной направленности психики преимущественно на внешний мир является существенно более бедным, чем алфавит языка модальностей экстерорецептивных. Эта большая ограниченность и бедность имеет не только количественные, но и качественные проявления. Они выражаются в том, опять-таки ввиду основной объектной направленности психики, что интерорецептивные сенсорные образы существенно более диффузны и расплывчаты по сравнению с экстерорецептивными. Субъект в двухкомпонентной структуре эмоционального гештальта не только, так сказать, прикрыт «одеждой» объекта, представленного в ее когнитивном компоненте, но и завуалирован диффузностью, смутностью и расплывчатостью сенсорных образований, составляющих модальность субъектного компонента» [Веккер Л.М., 1981, с. 141–142].

Для нас важно это обстоятельство, потому что оно подчеркивает полимодальный характер эмоциональных реакций и проясняет возможную причину разной степени восприимчивости к ASMR-эффектам в связи с разным багажом и, соответственно, «словарем» репрезентаций интерорецептивных ощущений разных индивидов. Кроме того, оно наводит на мысль, что обогащенный словарь таких репрезентаций может увеличивать уровень их дифференцированности и способствовать повышению чувствительности к субъективному компоненту эмоций [Нагорная А.В., 2014; Гудков Д.Б., 2007]. И наоборот, фиксация исключительно на экстерорецептивной составляющей, диктуемая доминантой нашей объектоориентированной цивилизации, значительно снижает внутреннюю чувствительность и может приводить к полному растворению себя как субъекта во внешней действительности. Возможно, желание противостоять этому растворению и является одним из мотивов участия в ASMR-движении.

Таким образом, первая объяснительная схема находит вполне рациональные основания внутренних эффектов от просмотра ASMR-роликов, особенно если учесть наличие изначальной установки реципиента получить именно внутренний сенсорный отклик и обеспечить для себя состояние релаксации. Эта установка автоматически смещает фокус внимания в область интерорецепторики и резонирует с внешним потоком воздействий со стороны ASMR-тиста. Но это не значит, что отклик невозможен без предустановки.

Остается вопрос, почему у разных реципиентов обнаруживается широкий разброс качествен-

ных описаний эффектов на одни и те же триггеры. Понятно, что в отличие от сферы экстерорецепторики сфера внутренней рецепции не подвергается и не может быть подвержена сильной социально обусловленной унификации. Было бы проблематично привести интерорецептивный опыт разных людей в полное соответствие. Внутренняя среда не разделяется с другими, как внешняя среда, к тому же она не имеет развитого словаря вербальных репрезентаций соответствующего опыта. На наш взгляд, ответ надо искать именно в синестетической природе эффектов ASMR как частном виде внутреннего сенсорного отклика на внешний поток стимуляции.

Синестезия как явление изучена и представлена в научной литературе достаточно полно [Галеев Б.М., 1992], поэтому мы не будем уходить в историю вопроса и остановимся только на необходимых для нашего анализа моментах. В основе синестезий находятся ассоциативные связки между ощущениями разных модальностей. Основными вариантами образования связок являются метафоры (несмежные ассоциации) и метонимии (ассоциации по смежности). Используя наложение двух типов связок на сенсорные ощущения, О.А. Елисеева [Елисеева О.А., 2013] приводит показательные примеры интермодальных переносов («сочный звук») и полимодальных переносов («мягкий на вид ковер»). Синестезиям соответствует интермодальный метафорический перенос, который более неожидан и субъективен, чем метонимический. Для нас здесь важно подчеркнуть, что когда в эффектах ASMR срабатывает механизм синестезии, то ассоциации у разных людей имеют непредсказуемый, индивидуальный характер, «каждый впадает в свое особенное детство».

Таким образом, можно утверждать, что ASMR-отклик является частным вариантом синестезии по линии интермодальной связки между хорошо отобранной ASMR-тистом экстерорецептивной стимуляцией и интрорецепцией реципиента.

Психологический уровень анализа ASMR-технологии

Теперь рассмотрим явление ASMR с его смысловой стороны, которая раскрывается в содержании сценарных воплощений. Нас интересует, в чем заключаются смысл и ценность погружения в ASMR-состояние для его любителей. Мы считаем, что центральное смысловое ядро сеансов ASMR связано с возрастной регрессией. Триггеры ласкового голоса, проявления заботы и внимания, поглаживания и убаюкивания волшебными и за-

бавными историями создают атмосферу защищенности и спокойствия, уюта и благополучия. Естественно, что это способствует снижению уровня тревожности и стресса. Сознание фиксирует текущий момент настоящего, которое максимально комфортно, и стремится удержать его как можно более длительное время. Многие реципиенты указывают именно на эту черту АСМР-эффекта — желание, чтобы оно не прекращалось, нежелание выходить из комфортного оцепенения.

Можно предположить, что одним из ведущих мотивов погружения в состояние АСМР является желание почувствовать себя в атмосфере уюта и безопасности. Как правило, мотив активизируется при стрессовой перегрузке агрессивными стимулами, поступающими из внешней среды. Этот момент подробно обсуждается антропологом Десмондом Моррисом в книге «Людской зверинец», посвященной особенностям поведения людей в современной урбанистической среде: *«Если стимулы слишком сильны, вы можете ослабить свои поведенческие реакции, снижая способность реагировать на эмоции, поступающие извне»* [Десмонд М., 2004, с. 249].

Остановимся на вопросе о сексуальной подоплеке АСМР. На первый взгляд на него указывают такие фасцинативные триггеры, как приближение к экрану лица и отдельных частей тела, касания себя и камеры, ласковое обращение к реципиенту, звуковые нефономатические сигналы явно эротического характера, такие как причмокивания, поцокивания. Речь АСМР-тиста наполнена фасцинациями и нефоносемантическими заигрываниями [Соковнин В.М., 2005]. Однако, на наш взгляд, этот триггерный ряд больше отсылает не к сексуальному взаимодействию, но опять-таки к опыту взаимодействия матери и младенца, где семантическая роль речи минимальна и практически нет знакового, символического кодирования контакта.

Частое использование формы ролевой игры через экран еще более приближает АСМР-сеансы к опыту живого непосредственного контакта матери и ребенка, не требующие никаких социально обусловленных преград по типу условностей, знаковых конвенций и т.п. Мы отмечаем огромный психотерапевтический потенциал игры без знаковых замещений. Необязательный, игровой способ без аналитико-синтетического осмысления переживания создаёт предпосылки для понимания условности любого, в том числе и нормативного прочтения возникающих состояний, что в конечном счёте работает на освобождение субъекта от жёстких социокультурных установок,

программирующих протекание эмоционального потока [Пятинин А.Э., Шкарин Д.Л., 2000]. «Субъективно новое отношение к установленному эпизоду описывается в предикатах “эфемерность”, “хрупкость”, “непрочность”, при этом данные предикаты описывают не восприятие виртуальной реальности, а **восприятие поверхности как поверхности**» [Шкарин Д.Л., 1997].

В этой связи уместно вспомнить о магических триггерах, таких как заклинания, гадания, шепот, зеркала и свечи. Несмотря на то что функция этих атрибутов — глубинный настрой реципиентов на приобщение к определенному сообществу и причастность к общим, в том числе вполне серьезным целям, для стороннего наблюдателя (и вне заложенного в них смысла — для самих участников) носят игровой характер. Восприятие же происходящего как игры освобождает от серьезного отношения к исполняемым ритуалам. АСМР-тисты выглядят скорее как детские сказочники, нежели реальные заклинатели [Черепанова И.Ю., 1996].

В нашей статье мы не стали рассматривать всё многообразие тематических контекстов АСМР-сеансов. Во-первых, этот ряд открыт и постоянно расширяется за счёт введения новых тем. В основном расширение идет за счет включения разнообразных несложных манипуляций: рисование, шитье и т.д. Во-вторых, складывается впечатление, что определяющее значение в АСМР-сеансах имеет не столько тематическое содержание, сколько фоновый эмоциональный контекст, в который эти содержания погружены. Вероятно, именно введение реципиента в беззаботное, уютное, «анабиотическое» состояние и является основной задачей, которая лежит в основе технологии АСМР.

Социальное значение АСМР-технологии

Завершив обзор психофизиологической и психологической подосновы технологии АСМР, поговорим о ее возможном значении в современном социальном контексте. Мы считаем, что многие аспекты технологии АСМР имеют высокий психотехнический и социотехнический потенциал вследствие того, что отражают и компенсируют некоторые негативные тенденции, проявляющиеся в массмедиа и обществе в целом.

Первое, что обращает на себя внимание, это противопоставление триггерной основы АСМР-технологии интонационной стилистике современных массмедиа и, шире, общей среды обитания современного человека. Мы уже упоминали в начале нашей статьи о том, что помимо модаль-

ной классификации и двухкомпонентой структуры эмоционального состояния сенсорное воздействие также кодировано двоичным оценочным значением, соответственно триггеры различаются по знаку, отрицательному и положительному. Естественно, что чем больше отрицательных стимулов воздействует на восприятие человека со стороны внешнего пространства, тем сильнее компенсаторная мотивация погрузиться в экологичную, комфортную сенсорную среду.

Современная политическая, новостная и даже рекламная риторика явно не учитывает или сознательно нарушает законы сенсорного благополучия, излишне активизируя фоновое отрицательное сопровождение сообщений. Можно было бы долго перечислять нарушающие экологичность восприятия стимулы, которые во многом целенаправленно запускаются медиаканалами в сознание и главным образом в бессознательное реципиентов. При этом они оказываются в ситуации, пользуясь терминологией рекламистов, «вынужденного пленника». По наблюдению Г. Маркузе, «...экспансия всех форм коллективного труда, общественной жизни и развлечений вторглась во внутреннее пространство личности и практически исключила возможность такой изоляции, в которой предоставленный самому себе индивид может думать, спрашивать, находить ответы на свои вопросы. Этот вид уединения — единственное условие, которое на основе удовлетворенных жизненных потребностей и способно придать смысл свободе и независимости мышления» [Маркузе Г., 2003, с. 316].

Технологии АСМР, конечно, также являют собой форму экспансии во внутреннее пространство субъекта, с той лишь разницей, что эта экспансия, как мы полагаем, является защитой от более жесткой экспансии навязанного фонового агрессивного контента и открывает возможность для раскрытия внутренних переживаний и освоения внутреннего чувственного поля, являющегося основой субъектности. Или, другими словами, пространство АСМР становится парадоксальным освобождением территории приватности изнутри самих медиа, где нарушение границ приватности является главным отличительным свойством, отмечаемым во множестве социологических исследований современных массмедиа.

При этом отход от доминанты символических репрезентаций в пользу чувственных компонентов роднит технологии АСМР со всеми прочими медийными технологиями, что становится выражением общего духа информационного общества.

Об этой характеристике современной эпохи красноречиво свидетельствует Б.М. Марков, предваряя следующими наблюдениями сборник очерков Ю. Хабермаса «Вовлечение другого»: «В таких делах, какими являются отношения к другому и тем более чужому, рациональных аргументов не всегда достаточно. Не абсолютизируем ли мы профессорскую модель коммуникации? Сегодня сомнения в ее универсальности зарождаются в связи с интенсивным развитием экранной культуры, которая расценивается книжными интеллектуалами как эрзац бестиализирующих зрелищ времен Римской империи. По отношению к аудиовизуальным средствам коммуникации недостаточна и техника деконструкции. Сила современных экранных медиумов по сравнению с книгой состоит в том, что они опираются на образ и звук. Она проистекает не из идей, истин или сущностей, она не предполагает рефлексии, т.е. переключение внимания с формы знака на его значение. В масс-медиа образы представляют сами себя и не отсылают к тому, чему учат в университете. Отсюда изображения вещей или политиков в рекламных роликах воздействуют по-иному, чем интеллектуальные знаки. Зритель видит красивую вещь или внушающее доверие лицо политика, слышит бархатный обещающий неземные блага голос, попадает под воздействие завораживающего взгляда. Идолократия, иконофилия, фетишизм — это, конечно, не современные феномены. Поражает парадоксальное возрождение сегодня какой-то примитивной магической, оккультной, магнетопатической техники производства визуальных знаков, которые не имеют никакого смысла и не требуют рефлексии, зато эффективно вызывают те или иные психические реакции» [Марков Б.М., 2001, с. 7].

И, наконец, наиболее значимый момент в оценке социального значения технологии АСМР уходит вглубь социально-философской проблематики интересубъективности. Ситуация социального взаимодействия включает в себя две траектории — признания и утверждения себя перед другим и другого перед собой. Рецепция сеанса АСМР высвечивает очень важную деталь: прекращение собственного сознательного отклика на другого при одновременной тотальной захваченности вниманием, «кликом» другого. И дело не в виртуальности образа АСМРтиста, являющегося по сути говорящей электронной картиной неизвестной личности, хотя и обращающейся к реципиенту самым прямым, адресным (вплоть до вокативов) способом. В медийном исполнении яс-

нее схватывается то, что присутствует и в других обыденных явлениях жизни, не требующих медиопосредничества. Погруженность в собственное присутствие при оберегающем и заботливом (пусть и иллюзорном) внимании, признании и обращении со стороны другого, собственная принимающая пассивность, активность другого, погружение в транс существования вне времени, словно стрижка в парикмахерской без необходимости ответной вербализации — ключ «переворачивания» ситуации конкуренции и борьбы за внимание, превращения ее в естественное сопresутствие без затратной волевой борьбы за самообнаружение и признание другого. Отсутствие необходимости отклика как раз и позволяет обостренно воспринимать свой сенсорный, досимволический отклик как источник исходной субъектности, обостренное чувство присутствия в противовес растворению собственной активности в повседневной жизни, подчиненной регламенту социальной необходимости.

«Культура неотделима от возникновения и развития отчуждения, она всегда существует только как компенсация, подмена настоящего его видимым воплощением. Культура воплощает в себе разрыв между целостностью и частями целого, превращающимися в принуждение. Время, язык, число, искусство — все это навязано культурой и давит нас, получив собственную, независимую от нас жизнь» [Зерзан Д., 2007, с. 184]. По сути, эта деталь и является квинтэссенцией технологии АСМР. Она пронизывает многие феномены, затронутые нами: и психофизиологическую потребность усиления заслоненного внешним объектом внутрисенсорного компонента субъектности восприятия, и погружение в парадосемантическую атмосферу коммуникации, и детскую непосредственность, и пассивную доступность, открытость присутствию другого без необходимости защиты и отклика. В некотором смысле все эти моменты можно было бы обобщить как сублимированную, симулятивную форму удовлетворения потребности живого чувства себя в современном мире функциональности.

Основные выводы из уровня анализа АСМР-технологии

Как явствует из проведенного нами анализа, за самой технологией АСМР-воздействия нет ничего мистического и не поддающегося рациональному объяснению. С точки зрения психофизиологии эффект АСМР расценивается нами как интермодальная связка поступающего извне эксте-

рорецептивного потока с интерорецептивными ощущениями. Поскольку этот тип связки составляет разновидность синестезии, то он имеет ярко выраженный индивидуальный характер. Но это не отменяет действенность и полимодальной связки, которая работает как чувственная метонимия, ассоциация по смежности. Это более типовой фоновый отклик, и по интенсивности он может уступать интермодальному переносу. Но что объединяет оба типа отклика, так это его знак — отрицательный или положительный. И АСМР-эффект направлен на положительный полюс сенсорного отклика.

Здесь также обнаруживается значимость развития внутренней чувствительности для личности в целом, поскольку именно освоение внутреннего опыта укрепляет самоидентичность субъекта, не позволяя ему раствориться во внешнем опыте, тогда как именно объектная составляющая является доминантой современного общества. Свидетельством тому является современная индустрия развлечений, перегружающая сенсорнику современного человека и фактически поглощающая его сознание без остатка.

Мы отмечаем, что смысловое поле, актуализируемое технологией АСМР, затрагивает безопасную среду и позитивный опыт контакта в родительски-детских отношениях. В результате максимально имитируется атмосфера любви и заботы, актуализируется первичный опыт незнакового взаимодействия, опыт непосредственного контакта. Под воздействием положительных сенсорных стимулов сознание осуществляет регрессию в детское состояние, характеризующееся беззаботностью и максимальной степенью комфорта.

Исходя из вышесказанного, мы считаем, что полезно развести сам сенсорный эффект, которому, собственно, и соответствует термин АСМР (автономная сенсорная меридиональная реакция), и триггерную основу воздействия. Логичней было бы называть технологию не по эффектам восприятия, а по инструментальному наполнению. В этом смысле АСМР — технология медиавоздействия, родственная классическим процедурам наведения транса. В инструментальном плане в рамках этой технологии осуществляется целенаправленный поиск, отбор и синтез стимулов, направленных на получение безусловно положительных (по знаку) откликов в сенсорной системе реципиента.

Заклучение

Анализ технологии АСМР показывает, что вопрос сенсорного благополучия является актуальной в современном обществе темой. Современные медиа ответственны не только за формы и содержание сообщений, но и за те психосенсорные отклики, которые они формируют у реципиентов. Нам представляется, что дальнейшее изучение данной технологии могло бы протекать по двум направлениям:

1. Изучение технологического инструментария и инвентаризация сенсорных стимулов, полезных для использования при создании медиасообщений.

2. Исследование реакций реципиентов на данные стимулы и создание адекватного словаря описания внутреннего сенсорного пространства.

Список литературы

Веккер Л.М. Психические процессы. Т. 3: Субъект. Переживание. Действие. Сознание. Л.: Изд-во ЛГУ, 1981. 324 с.

Галеев Б.М. Проблема синестезии в эстетике // Современный Лаокоон: эстетические проблемы синестезии. М.: Изд-во МГУ, 1992. С. 5–9.

Гудков Д.Б., Ковшова М.Л. Телесный код русской культуры: материалы к словарю. М.: Гнозис, 2007. 288 с.

Елисеева О.А. Метонимические и метафорические способы описания характера концептуализации чувственного восприятия // Филологические науки. Вопросы теории и практики. 2013. № 5(23), ч. 1. С. 62–65.

Зерзан Д. Первобытный человек будущего. М.: Гилея, 2007. 224 с.

Лучко А. Что такое брейнгазм, и как его достичь. Эксперты рассказывают об ASMR / Look At Me. 2014. 23 янв. URL: <http://www.lookatme.ru/mag/live/interweb/199771-asmr> (дата обращения: 29.03.2017).

Марков Б.М. В поисках другого // Хабермас Ю. Вовлечение другого. Очерки политической теории. СПб.: Наука, 2001. С. 5–44.

Маркузе Г. Одномерный человек. М.: АСТ, 2003. 331 с.

Моррис Д. Людской зверинец. СПб.: Амфора, 2004. 287 с.

Нагорная А.В. Дискурс невыразимого: вербалика внутрителесных ощущений. М.: Ленанд, 2014. 320 с.

Пятинин А.Э., Шкарин Д.Л. Языковое творчество как психотерапевтический приём // Язык. Система. Личность: материалы Всерос. конф. Екатеринбург, 2000. С. 282–287.

Соковнин В.М. Фасцинология. Екатеринбург: Изд-во Урал. ун-та, 2005. 400 с.

Черепанова И.Ю. Дом колдуньи. Язык творческого Бессознательного. М.: КСП, 1996. 384 с.

Шкарин Д.Л. О трансформациях поверхности картин // Журнал практического психолога. 1997. № 5. С. 45–48.

ASMR / Reddit. URL: <https://www.reddit.com/r/asmr/> (accessed: 29.03.2017).

ASMR: Интернет-наркотики, которые никто не запретит / Дом фактов. 2016. 15 фев. URL: <http://domfactov.com/asmr-internet-narkotiki-kotoryie-nikto-ne-zapretit.html> (дата обращения: 29.03.2017).

Gibson C. A whisper, then tingles, then 87 million YouTube views: Meet the star of ASMR // The Washington Post. 2014. Dec. 15. URL: http://www.washingtonpost.com/lifestyle/style/a-whisper-then-tingles-then-87-million-youtube-views-meet-the-star-of-asmr/2014/12/12/0c85d54a-7b33-11e4-b821-503cc7efed9e_story.html (accessed: 29.03.2017).

Novella S. ASMR / Neurologica. 2012. Mar. 12. URL: <http://www.webcitation.org/6Hm17Mom7> (accessed: 29.03.2017).

Получено 03.04.2017

References

ASMR: Internet-narkotiki, kotoryye nikto ne zapretit [Internet drugs that no one will prohibit]. *Dom factov* [The house of facts]. 2016, Feb 15. Available at: <http://domfactov.com/asmr-internet-narkotiki-kotoryie-nikto-ne-zapretit.html> (accessed 29.03.2017). (In Russian).

ASMR / Reddit. Available at: <https://www.reddit.com/r/asmr/> (accessed 29.03.2017). (In English).

Cherepanova I. Yu. (1996). *Dom koldun'i. Yazyk tvorcheskogo Bessoznatel'nogo* [The house of the witch. The language of the creative Unconscious]. Moscow, KSP Publ., 384 p. (In Russian).

Elyseeva O. A. (2003). *Metonimicheskie i metaforicheskie sposoby opisaniya haraktera kontseptualizatsii chuvstvennogo vospriyatiya*. [Metonymic and metaphorical ways of describing the nature of the conceptualization of sensory perception]. *Filologicheskie nauki. Voprosy teorii i praktiki* [Philology. Questions of theory and practice]. No. 5(23), part 1, pp. 62–65. (In Russian).

Galeev B. M. (1992). *Problema sinestezii v estetike* [The problem of synaesthesia in aesthetics]. *Sovremennyy Laokoon: esteticheskie problemy sinestezii* [Contemporary Laocoon: aesthetic problems of synaesthesia]. Moscow, Moscow State University Publ., pp. 5–9. (In Russian).

Gibson C. (2014). A whisper, then tingles, then 87 million YouTube views: Meet the star of ASMR. *The Washington Post*. Dec. 15. Available at: <http://www.washingtonpost.com/lifestyle/style/a->

whisper-then-tingles-then-87-million-youtube-views-meet-the-star-of-asmr/2014/12/12/0c85d54a-7b33-11e4-b821-503cc7efed9e_story.html (accessed 29.03.2017). (In English).

Gudkov D.B. Kovshova M.L. (2007). *Telesnyy kod russkoy kul'tury: materialy k slovaryu* [The corporal code of Russian culture: materials for the dictionary]. Moscow, Gnosis Publ., 288 p. (In Russian).

Luchko A. (2014). *Chto takoe breyngazm, i kak ego dostich'.* *Eksperty rasskazyvayut ob ASRM* [What is the braingasm, and how to achieve it. Experts talk about ASRM]. Look At Me. Jun. 23. Available at: <http://www.lookatme.ru/mag/live/interweb/199771-asmr> (accessed 29.03.2017). (In Russian).

Marcuse G. (2003). *Odnomernyy chelovek* [One-Dimensional Man]. Moscow, AST Publ., 331 p. (In Russian).

Markov B.M. (2001). *V poiskah drugogo* [In search of the other]. *Habermas J. Vovlechenie drugogo. Ocherki politicheskoy teorii.* [Habermas J. Involvement of another. Essays on political theory]. St. Petersburg, Science Publ., pp. 5–44. (In Russian).

Morris D. (2004). *Lyudskoy zverinets* [The Human Zoo]. St. Petersburg, Amphora Publ., 287 p. (In Russian).

Nagornaya A.V. (2014). *Diskurs nevyrazimogo: verbalika vnutritelesnykh oshchushcheniy* [The dis-

course of the inexpressible: the verbal of inner intuitive sensations]. Moscow, Lenand Publ., 320 p. (In Russian).

Novella S. (2012). ASMR / Neurologica. Mar. 12. Available at: <http://www.webcitation.org/6Hm17Mom7> (accessed 29.03.2017). (In English).

Pyatinin A.E., Shkarin D.L. (2000). *Yazykovoie tvorchestvo kak psikhoterapevticheskiy priyom* [Language creativity as a psychotherapeutic device]. *Yazyk. Sistema. Lichnost'* [Language. System. Personality]. Ekaterinburg, pp. 282–287. (In Russian).

Shkarin D.L. (1997). *O transformatsiyah poverkhnosti kartin* [On the transformations of the surface of paintings]. *Zhurnal prakticheskogo psikhologa* [Journal of practical psychologist.]. No. 5, pp. 45–48. (In Russian).

Sokovnin V.M. (2005). *Fastsinologiya* [Fascinology]. Ekaterinburg, Ural University Publ., 400 p. (In Russian).

Vekker L.M. (1981). *Psikhicheskiye protsessy. T. 3. Sub'yekt. Perekhivaniye. Deystviye. Soznaniye* [Mental processes. Vol. 3: Subject. Experience. Act. Consciousness]. Leningrad, Leningrad University Publ., 324 p. (In Russian).

Zerzan D. (2007). *Pervobytnyy chelovek budushchego* [Primitive man of the future]. Moscow, Gilea Publ., 224 p. (In Russian).

Received 03.04.2017

Об авторе

Шкарин Дмитрий Леонидович
психолог-консультант

Центр развития тренинговых технологий,
620142, Екатеринбург, ул. Большакова, 61;
e-mail: dshkarin@mail.ru
ORCID: 0000-0001-6619-984X

About the author

Dmitry L. Shkarin
consultant psychologist

Center of Development of Training Technologies,
61, Bolshakov str., Ekaterinburg, 620142, Russia;
e-mail: dshkarin@mail.ru
ORCID: 0000-0001-6619-984X

Просьба сослаться на эту статью в русскоязычных источниках следующим образом:

Шкарин Д.Л. Уровневый анализ ASMR-технологии и определение ее значения в современном социальном контексте // Вестник Пермского университета. Философия. Психология. Социология. 2018. Вып. 1. С. 79–87. DOI: 10.17072/2078-7898/2018-1-79-87

For citation:

Shkarin D.L. Level analysis of ASMR technology and ascertaining its place in the contemporary social context // Perm University Herald. Series «Philosophy. Psychology. Sociology». 2018. Iss. 1. P. 79–87. DOI: 10.17072/2078-7898/2018-1-79-87