

Секция «Тенденции прикладных исследований психологии личности»

Эскапизм как психический феномен

Латыпова Мария Викторовна

Студент (бакалавр)

Ульяновский государственный университет, Ульяновск, Россия

E-mail: wolfygir@gmail.com

Тема: эскапизм как психический феномен

Актуальность: Актуальность исследования эскапизма обусловлена его широкой распространенностью в современном обществе, его потенциальным влиянием на психическое здоровье и адаптацию личности, а также недостаточной изученностью данного феномена.

Проблема исследования: как и почему человеческая психика порождает и использует эскапизм

Цель исследования: выявить причины появления различных форм эскапизма, его влияние на повседневную жизнь человека и способы его контроля.

Методы исследования: теоретический, психодиагностический

Выборка и база исследования: респонденты от 16 до 30 и старше 30 лет

Практическая значимость: Исследование поможет разработать более эффективные методы психотерапии для людей, использующих эскапизм как неконструктивную стратегию совладания со стрессом.

В современном мире, где жизнь быстро меняется, уровень стресса высокий, много неопределенности и информации становится всё больше, исследователи в психологии и психиатрии все чаще обращают внимание на явление эскапизма. Эта тенденция особенно заметно проявляется при глобализации и росте технологий которые с одной стороны открывают новые пути для роста человека а с другой создают источники волнений и напряжения.

Под эскапизмом, в широком смысле, понимается психологическая копинг-стратегия, характеризующаяся стремлением индивида к уходу от неприятной, болезненной или воспринимаемой как невыносимой реальности в альтернативные миры – мир фантазий, развлечений, искусства или искусственно созданных иллюзий. Этот уход может проявляться в различных формах поведения, начиная от безобидного кратковременного погружения в чтение или просмотр фильмов и заканчивая патологическими формами, такими как чрезмерное увлечение виртуальной реальностью (например, онлайн-играми, социальными сетями), злоупотребление психоактивными веществами (алкоголем, наркотиками), компульсивные формы поведения (шопоголизм, переедание) или экстремальный уход в религиозные или эзотерические практики.

Данная тенденция, проявляясь в столь разнообразных формах поведения, представляет собой важную проблему для понимания механизмов адаптации и дезадаптации личности. В то время как кратковременный и умеренный эскапизм может служить временным защитным механизмом, позволяющим справиться с негативными эмоциями и восстановить ресурсы, хронический и неконтролируемый уход от реальности может приводить к избеганию решения реальных проблем, социальной изоляции, ухудшению психического здоровья и развитию различных форм зависимостей.

В связи с этим, в данной работе предпринята попытка систематизировать существующие научные подходы к изучению эскапизма, выявить и классифицировать его ключевые характеристики и формы проявления, определить потенциальные детерминанты (личностные, социальные, культурные) и оценить его потенциальные последствия для психического здоровья и социальной адаптации индивида. В частности, будет рассмотрена

взаимосвязь между эскапизмом, копинг-стратегиями, личностными чертами (например, нейротизмом, интроверсией), уровнем стресса и субъективным благополучием. Кроме того, будет предложен теоретический анализ механизмов, посредством которых эскапизм может оказывать как адаптивное, так и дезадаптивное влияние на личность.