

Секция «Тенденции прикладных исследований психологии личности»

Эскапизм как психический феномен

Латыпова Мария Викторовна

Студент (бакалавр)

Ульяновский государственный университет, Ульяновск, Россия

E-mail: wolfygirl@gmail.com

Актуальность исследования. Актуальность исследования эскапизма обусловлена его широкой распространённостью в современном обществе, его потенциальным влиянием на психическое здоровье и адаптацию личности, а также недостаточной изученностью данного феномена. Возобновление углублённого изучения данного психического феномена необходимо, так как это может помочь людям, страдающим от деструктивного эскапизма, и обеспечить дополнительные данные о воображении и человеческом сознании в целом.

Проблема: как и почему человеческая психика порождает и использует эскапизм

Объектом исследования является воображение и эскапизм.

Предметом исследования являются причины возникновения эскапизма и его влияние на психику, мироощущение и повседневную жизнь человека.

Цель исследования: выявление причины появления и исследование специфики эскапизма.

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.

Задачи исследования:

1. Выявить причины возникновения эскапизма.

2. Определить, есть ли взаимосвязь с психическими расстройствами и нейроотличностью

3. Выяснить, как эскапизм влияет на повседневную жизнь человека

4. Рассмотреть эскапизм как один из видов воображения.

Воображение - это процесс воспроизведения и преобразования хранящихся в памяти образов предметов или явлений действительности, создание на этой основе в новых сочетаниях и связях новых образов новых предметов, явлений, действий, условий деятельности. Проще говоря, воображение можно определить как способность создавать образы, идеи или сценарии, которых нет в настоящем моменте или нет возможности воспроизвести их в реальности. Специфичность этого психического процесса заключается в том, что воображение, вероятно, характерно только для человека и связано с деятельностью организма, будучи в то же время самым "психическим" из всех психических процессов и состояний. Последнее означает, что ни в чём другом, кроме воображения, не проявляется идеальный и загадочный характер психики.

Однако порой воображение из необходимого и полезного механизма адаптации и развития, превращается в серьёзную проблему, сводящую к минимуму контакт индивида с реальностью.

В современном мире, где жизнь быстро меняется, уровень с тресса высокий, много неопределенности и информации становятся всё больше, исследователи в психологии и психиатрии все чаще обращают внимание на явление эскапизма. Эта тенденция особенно заметна 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 временными защитными механизмами, позволяющими 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 статье 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.