

Эскапизм в психологии: современные подходы к определению и диагностике

Олькина Оксана Игоревна

Аспирант

Институт психологии РАН, Москва, Россия

E-mail: olkina.o@gmail.com

Современный человек находится в ситуации, когда, с одной стороны, он ограничен жёсткими рамками действительности, диктующей ему определённые поведенческие и смысло-жизненные шаблоны, с другой - наделён практически безграничной свободой в создании своей жизни и выборе своего «Я». Именно в этой точке возникает проблема эскапизма, как стратегии поведения или образа жизни в условиях современной культуры, когда неумение пользоваться своей свободой может привести к самоотчуждению, а умение - к самореализации.

Термин «эскапизм» в российской психологии впервые встречается в теоретических статьях В.С. Мухиной и рассматривается как форма приспособления в субъективно усложнённых условиях [1]. Зарубежные концепции рассматривают данный феномен как фактор мотивации участия личности в деятельности, либо собственно активность [4], [6]. Эмпирические исследования осуществляются в области киберпсихологии, где эскапизм определяется в качестве ведущей мотивации к участию в компьютерных играх [3], [5]. Поскольку в настоящий момент наблюдается недостаточная разработанность проблемы эскапизма и отсутствие валидных и надёжных психодиагностических методик его измерения, необходима специальная исследовательская работа по определению данного конструкта и разработке эффективных методов его диагностики.

С точки зрения системно-динамического подхода **эскапизм можно определить как активность личности, которая возникает вследствие внутриличностного конфликта с целью его минимизации и реализуется в форме погружения в субъективно альтернативную реальность. В структуре эскапизма можно предварительно выделить пять компонентов, в соответствии с которыми было выделено пять априорных субшкал опросника измерения склонности к эскапизму:**

- *Наличие внутриличностного конфликта* (примеры вопросов: «мне не хватает свободы для ощущения жизни во всём её многообразии», «я часто не удовлетворен тем, что мне приходится делать»);
- *Выбор стратегии ухода (избегания) данного конфликта в противовес его немедленному и непосредственному разрешению* («Я часто откладываю решение трудных вопросов», «повседневная суета вызывает во мне желание уйти в свой собственный внутренний мир»);
- *Склонность к восприятию жизненного мира как системы относительно автономных субъективных реальностей, интегрированных в единую целостность* («Мне необходимо отвлекаться от действительности, чтобы сохранять свою целостность», «мне проще справиться с проблемой, переключив внимание на что-то другое»);
- *Склонность к смещению вектора активности с внутриличностного конфликта на субъективно альтернативную реальность* («Моя жизнь напоминает сон, в котором события могут разворачиваться в нескольких измерениях», «представление о многомерности мира относится исключительно к области фантастики»);
- *Интенсивность погружения в субъективно альтернативную реальность* («Я не люблю тратить время на размышления, уводящие от реальной жизни», «Я могу

быть так погружен в свои мысли, что внешний мир перестает существовать для меня») [2].

Апробация и валидизация опросника проводилась в два этапа на общей выборке 421 человек. В итоговой версии он представляет собой набор из 40 утверждений, которые респонденту необходимо оценить по 5-ти балльной шкале. По результатам апробации получены высокие показатели одномоментной надёжности как отдельных субшкал, так и опросника в целом, что свидетельствует об однородности пунктов с точки зрения измеряемого психологического свойства. Также было доказано наличие теоретически прогнозируемых значимых эмпирических связей показателей склонности к эскапизму с показателями опросников субъективного благополучия, различных типов рефлексивности, потока, мотивации ухода и саморазвития. Тем не менее, структура опросника лишь отчасти соответствует теоретическим предположениям относительно содержания априорных субшкал, что требует дальнейшего совершенствования разработанной измерительной процедуры. Пятифакторная модель показала не вполне удовлетворительное соответствие выдвинутым предположениям относительно содержания априорных субшкал. По итогам процедуры апробации намечены перспективы совершенствования разработанной измерительной процедуры, включающие уточнение структуры компонентов эскапизма и соответствующих субшкал, оценку ретестовой надёжности, включение компонента активности и разработку соответствующих шкал для дифференциальной диагностики разных видов эскапизма, расширение исследований конструктивной валидности.

Источники и литература

- 1) Мухина В.С. Групповой эскапизм и индивидуальный аутизм – компоненты социального и личностного развития на этапах отрочества и юности Развитие личности. – М. 2004. - №1, с. 156-175.
- 2) Олькина О.И., Кардапольцева А.А. Эскапизм как психологический феномен: содержание конструкта, типология, методы диагностики// Материалы выступления на открытом экспертном семинаре Института Психологии РАН, 12.02.2016.
- 3) Dongdong L, Liao A., Khoo A. Examining the Influence of Actual-Ideal Self-Discrepancies, Depression, and Escapism, on Pathological Gaming Among Massively Multiplayer Online Adolescent Gamers. *CyberPsychology, behavior and social networking*. Vol. 14 #9. 2011, 535-539.
- 4) Evans, A. *This virtual life. Escapism and simulation in our media world*. London, Fusion Press, 2001.
- 5) Kaczmarek, L. D., Drajzkowski, D. MMORPG escapism predicts decreased Well-being: examination of gaming time, game realism beliefs, and online social support for offline problems. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 2014. 17(5), 298-302.
- 6) Stenseng F. *A Dualistic Approach to Leisure Activity Engagement – On The Dynamics of Passion, Escapism, and Life Satisfaction*. University of Oslo, Department of Psychology Faculty of Social Sciences University of Oslo, 2009.