

**Фурта І. Ю., м. Одеса**

студентка ОНУ ім. І.І. Мечникова

### **ЭСКАПІЗМ ЯК ПСИХОЛОГІЧНИЙ ЗАХИСТ**

Ескапізм, як втеча від реальності, – міждисциплінарне поняття. Він вивчається філософією, соціологією, психологією. На сьогоднішній день у психології про ескапізм, порівняно з іншими явищами, сказано дуже мало, і ця інформація дуже різноспрямована. Проте це не заважає ескапізму, як явищу, розповсюджуватися все більш стрімкими темпами.

Читання книг, прослуховування музики, перегляд фільмів та телепередач, похід на вечірку, туристична поїздка, комп'ютерна гра, просто серфінг у Інтернеті, навіть робота та тощо - все це може бути засобами ескапізму. Не визначено ще тієї межі, де діяльність перестає бути суто діяльністю та стає засобом ескапізму.

З ранніх використань терміна можна згадати роботу англійського поета й есеїста А. К. Бенсона, який у своєму збірнику (1915 р.) «Escape, and Other Essays» в есе так і названому «Escape» пише саме про це, нове для його епохи розуміння терміна «втеча». Він стверджує, що всі великі історії в літературі - це історії втечі або порятунку. Він згадує Йосипа, Одиссея, біблійного блудного сина, Бريدке Каченя; навіть історії кохання, стверджує він, це історії «втечі» від стану відсутності любові до її наявності.

Одним з перших цей термін використав відомий англійський письменник Дж. Р. Р. Толкін у своєму есе «Про чарівні казки» (1947 р.). Він вважав, що чарівні казки допомагають повернути душевну рівновагу. У цьому творі Толкін розглянув ескапізм як втечу від жахливої реальності. Він наголошував на тому, що ескапізм не є актом «дезертництва», але може бути навіть певним «героїзмом». Також він вважає, що «...найдавніше і найглибше бажання людини - здійснити Велику Втечу від реальності, а отже, від Смерті».

Психологічні основи ескапізму почали з'являтися у психоаналізі.

Засновник психоаналізу Зігмунд Фройд виявив та ввів такі захисти: проєкція, заперечення, раціоналізація, реактивне утворення, витіснення, регресія, сублімація, ідентифікація.

І у випадку заперечення, і у випадку раціоналізації ми зіштовхуємося з несвідомим прагненням індивіда втекти від реальності, змінити її або відкоригувати її згідно власним бажанням.

Відособлений тип, виділений Карен Хорні, багато в чому схожий на людину, що вдається до ескапізму у ситуації конфлікту з реальним світом: «Найважливіша функція невротичного відокремлення полягає в тому, щоб не допустити активізацію основних конфліктів. Це один з найрадикальніших

ефективних захистів, створених проти конфліктів. Являючи собою один з головних невротичних способів досягнення штучної гармонії, таке відокремлення в той же час являє спробу вирішення конфліктів за допомогою ухилення від них».

Віктор Франкл також описує проблемні відносини сучасної людини та об'єктивної реальності. Він вивчав «сене життя», та називав стан, при якому людина не відчуває сенсу життя, а лише порожнечу буття - «екзистенційний вакуум». Проте Франкл досить негативно ставився до ескапізму: «Страждаючі неврозами можуть використовувати мистецтво, як і спорт, спотворено. У той час як справжнє мистецтво і справжня насолода художніми цінностями збагачують людину, допомагаючи їй реалізувати найглибинніші пласти своїх можливостей, для хворого неврозом мистецтво - це лише можливість втекти від себе. У подібному випадку мистецтво служить лише ще одним способом самоодурманення».

Цікаві погляди відомого психолога Еріха Фромма на «відчуження». Він пише: «Під відчуженням я розумію такий тип життєвого досвіду, коли людина стає чужою для самої себе. Вона ніби відокремлюється від себе. Вона перестає бути центром власного світу, господарем своїх вчинків; навпаки - ці вчинки та їх наслідки підпорядковують її собі, їм вона кориться і деколи навіть перетворює їх в якийсь культ». Фромм каже про те, що сучасна людина відчуває себе товаром. Проте зовсім не відчуває себе активним діячем, носієм людських сил та здібностей. Сучасна людина загрузла повсякденності, та не має змоги подивитися на дійсно загальнолюдські проблеми.

Шапінская Є. Н. розглядає ескапізм як спосіб виходу з повсякденної рутини. Вона пише: «Виходи з повсякденних рутин можуть бути дуже різноманітними, починаючи від шаманських ритуалів у племінних співтовариствах до комп'ютерних ігор сучасності, але для підтримки соціальної стабільності вони повинні бути більш-менш короткочасними. Свято має закінчитися, гра перерватися, з подорожі людина повертається в свою країну.

Якщо такий порядок порушується, виникає загроза як стабільного існування індивіда, так і суспільства в цілому».

Досить популярно розглядати ескапізм разом із аутизмом. Такий підхід обрала сучасна вчена Мухіна В. С., вона вивчає аутизм (як феномен нормального онтогенезу людини) та ескапізм у дітей та підлітків. Вона наголошує на захисній функції «втечі»: «У ситуації ефекту невизначеності може відбутися регрес до більш ранньої структурної організації психіки, коли було природно співіснування реалістичного і аутистичного мислення».

Греков М. А. зазначає, що ескапізму сприяють ЗМІ та Інтернет (комп'ютерні ігри). Окрему роль надає сфері реклами: «Маркетинг втручається в ціннісне поле індивіда, розсіюючи і трансформуючи його. Сьогодні реклама не тільки спирається на ті чи інші цінності, а й формує їх. Реклама - це споживча міфологія, покликана забезпечити попит на безліч товарів (у тому числі непотрібних), які необхідно продати. Мотивовані на володіння речами, індивіди стають залежні від них і відчужені від себе»

Таким чином можна зробити висновок, що ескапізм – різновид психологічного захисту. При чому його дія не обов'язково спричинена психологічною травмою. Людина може захищатися від рутини повсякденності, від екзистенційної кризи, від непорозуміння, неприйняття соціуму. Ескапізм не можна оцінювати як «поганий» чи «хороший». Як будь-який психологічний захист ескапізм може допомагати людині долати проблеми, конфлікти, внутрішні і зовнішні, і як будь-який механізм ескапізм може стати патологічним, якщо особистість застрягне на ньому.