

УДК 316.621

ЭСКАПИЗМ КАК ПРЕДМЕТ ИССЛЕДОВАНИЯ В СОВРЕМЕННОЙ НАУЧНОЙ ПСИХОЛОГИИ¹

© 2017 г. О. И. Теславская^{а*}, А. А. Кардапольцева^{а***}, Е. В. Беловол^{б***},
Т. Н. Савченко^{а****}

^а Федеральное государственное бюджетное учреждение науки Институт психологии РАН;
129366, Москва, ул. Ярославская, д. 13, Россия.

^б Московский педагогический государственный университет;
119991, Москва, ул. Малая Пироговская, 1/1, Россия.

* Аспирант. E-mail: teslavskaia@gmail.com

** Аспирант. E-mail: a.kardapolitseva@gmail.com

*** Кандидат психологических наук, профессор кафедры психологии развития. E-mail: belovol@mail.ru

**** Кандидат психологических наук, ведущий научный сотрудник. E-mail: t.n.savchenko@yahoo.com

Поступила 12.09.2016

Аннотация. Проведен междисциплинарный анализ научных подходов к феномену эскапизма в философии, социологии, литературоведении, российской и зарубежной психологии. Выделены основные подходы к исследованию феномена эскапизма: “нейтральный” – имманентное свойство сознания личности и общества в целом (философский); “негативный” – стратегия отщепления от основного социума и ухода в различные субкультурные и маргинальные сообщества (социологический); “позитивный” – средство достижения внутреннего равновесия (литературоведческий); “амбивалентный” – эскапизм как воображение, необходимый для творческой деятельности уход от реальности при одновременной опасности чрезмерных мечтаний (психологический). Развитие видеоигровой индустрии сделало исследования эскапизма более осязаемыми, продемонстрировав слияние его интра- и интерпсихического аспекта в форме погружения в онлайн-игры, что обусловило узкий, преимущественно негативный ракурс рассмотрения данного феномена в качестве мотивации избегания. Показано, что эскапизм может пониматься как форма активности личности, которая возникает вследствие несогласования реальных и желаемых ценностных структур разного уровня в целях его уменьшения, и реализуется путем погружения в субъективно альтернативную реальность. Специфика данной активности состоит в том, что она предполагает построение альтернативного образа Я личности; ориентирована на процесс и приводит к потоковому переживанию на определенном этапе осуществления. В структуре эскапизма выделяются следующие измерения: причины возникновения эскапистской активности (тип и степень несогласования между реальными и желаемыми ценностно-мотивационными структурами); конструктивный/деструктивный исход эскапистской активности в определенном временном промежутке; уровень осознанности; локализация субъективно-альтернативной реальности, уровень интенсивности погружения и его периодичность; количество участников.

Ключевые слова: эскапизм, субъективно-альтернативная реальность, воображение, фантазия, мечтание, состояние потока, смена идентичности, образ Я, уход от реальности, бегство от реальности, психологическая защита, копинг-стратегия, внутриличностный конфликт, видеоигры, ролевые игры живого действия.

DOI: 10.7868/S0205959217060058

Современный человек находится в ситуации, когда, с одной стороны, он наделен практически безграничной свободой в выборе жизненного пути и способа самореализации, с другой – ограничен рамками социума, диктующего ему поведенческие

и смысложизненные шаблоны. В попытках установить баланс между этими крайностями и адаптироваться к противоречивой действительности человек зачастую испытывает сильный дискомфорт. Поиск путей его преодоления заставляет личность искать новые возможности существования и переступать границу единственной реальности, которая

¹ Работа выполнена при поддержке РФФИ (Отделение гуманитарных и общественных наук), проект № 16-06-01085.

оказывается слишком тесной для реализации личностного потенциала. В связи с таким стремлением выйти за пределы “здесь и сейчас” и возникает проблема эскапизма, которую ярко проиллюстрировал риторическим вопросом к общественности писатель Н. Гейман: “Если бы вы оказались в неразрешимой ситуации, в неприятном месте, среди людей, которые не желали вам ничего хорошего, и кто-то предложил бы вам временный уход отсюда, неужели бы вы его не приняли?” [38].

С проявлениями эскапизма, который в наиболее общем смысле означает “стремление личности уйти из реального мира в более радостный или безопасный” [45], человеческое общество знакомо достаточно давно. В частности, его описание в форме отречения от мирского жития можно найти в трудах богослова И. Лествичника (VI в.н.э). Отложение попечений о мире, странничество, по мнению мыслителя, представляет собой первые ступени добродетелей, по которым христианин должен восходить на пути к духовному совершенству: “Все, усердно оставившие житейское, без сомнения, сделали это или ради будущего царствия, или по множеству грехов своих, или из любви к Богу” [26, с. 29–30]. В современном социуме эскапизм в глобальном проявлении реализуется в форме отречения от мира ради постижения высшей истины – в этом случае его основным оплотом становятся конфессиональные сообщества с развитым институтом монашества либо отшельничества, предполагающее отказ от благ цивилизации и уединение (дауншифтинг). В качестве менее масштабных, инструментальных вариантов эскапизма можно привести занятия, подразумевающие временное “отключение” от реальности и погружение в воображаемые миры: чтение, прослушивание музыки, просмотр произведений искусства. В 1980-е годы своеобразной “библией эскапизма” стали романы жанра фэнтези Д.Р.Р. Толкина, уводящие читателя за рамки обыденности в легендарный мир Средиземья, а в начале XXI столетия в связи с бурным развитием информационно-коммуникационных технологий эскапизм все чаще осуществляется при помощи погружения в виртуальную и дополненную реальность (видеоигры).

Несмотря на наличие упоминаний об уходе от реальности в фундаментальных работах и попыток его изучения, следует признать, что эта научная проблема на протяжении долгого периода времени в современной российской психологии изучается фрагментарно. На данный момент нет единого, признанного определения понятия “эскапизм”, отсутствует его комплексная, эмпирически обоснованная модель. Поэтому *основная цель*

статьи – выделение эскапизма в качестве отдельного предмета исследований в современной психологии (включая формулировку определения, описание психологического содержания и измерений данного феномена).

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ ПОДХОДОВ К ФЕНОМЕНУ ЭСКАПИЗМА В РАЗЛИЧНЫХ ОТРАСЛЯХ ГУМАНИТАРНОГО ЗНАНИЯ

В современных работах по *философии* проблема эскапизма активно разрабатывается, большинством исследователей он определяется как “неотъемлемое свойство сознания” [31], обязательный компонент отдельной человеческой мысли и культуры в целом [43], вплоть до того, что вся история человечества характеризуется как “история эскапизма” [19]. И.Г. Колесникова утверждает, что человек не может быть лишен эскапистского сознания, поскольку это означало бы, что у него полностью отсутствует фантазия [10]. Таким образом, подчеркивается универсальная природа эскапизма как имманентная для сущности человека, когда под действием обстоятельств личность внутренне себя изолирует от социума, “стремится вырваться из привычных рамок своего обыденного мира и оказаться в некоем другом – воображаемом” [31]. Объяснение эскапизма как психического явления происходит через его определение в качестве интенции, стремления личности погружаться в альтернативную реальность с помощью воображения. Ее возникновение объясняется социальными или внутриличностными причинами: неудовлетворенностью и стремлением обрести свободу, найти баланс между свободой своих действий и ответственностью перед другими [16], страхом перед неизведанным и глубинным, экзистенциальным чувством “заброшенности” и нахождения не в свое время [31], острой реакцией на невыносимые социальные условия: невозможностью общества удовлетворить базовые психологические потребности индивида, его репрессивным воздействием на человека [19]; потребительской культурой и медианасыщенностью [7].

Кроме того, эскапизм также рассматривается как активность или деятельность: по мнению Е.А. Башаровой, это “осознанная деятельность, направленная на создание новой субъективной реальности – совокупности идеальных явлений, сотворенных сознанием и существующих в человеческом сознании, а также тот откладываемый и накапливаемый в сознании продукт, который возникает в результате активного освоения

объективной действительности, ее отражения в познавательном отношении» [1, с. 73]. Разработаны различные классификации эскапизма, позволяющие получить представление о его деятельных формах. Д.Г. Литинская выделяет инструментальный (служащий адаптации) и экзистенциальный (осознанный разрыв связей с другими и миром в ситуации смыслоутраты) эскапизм, крайним вариантом которого является суицид [17]. Е.О. Труфанова выделяет “мягкий” (ведущий к отходу от предписанной социальной активности: чтение книг, фильмы, путешествия, творчество т.д.) и “жесткий” (полный уход в “другой мир” с трансформацией Я [31]. Р.Е. Мантов выделяет три вида эскапизма: физический — изменение состояния сознания посредством специальных практик либо употребления психоактивных веществ, психофизический — интернет и компьютерные игры, эстетический — воздействие на психику произведений искусства [19]. Е.А. Башарова выделяет активный (направленный на некую социальную группу), пассивный (направленный вовнутрь, на самого индивида) и компенсаторный (временное снятие напряжения без четкого направления) эскапизм [1]. Е.Н. Шапинская в качестве эскапизма рассматривает погружение в киберпространство, делая акцент на проблеме самоидентификации и подчеркивая сложность возврата к “первичной” реальности из виртуальных миров [34].

Социологи фокусируются преимущественно на внешних причинах ухода от реальности, или общественно-культурной среды. Он определяется как “социальное явление, заключающееся в стремлении индивида или части социальной группы уйти от общепринятых стандартов общественной жизни” [5, с. 396], “принципиальное отклонение от институционального порядка” [2, с. 46]. Социологи склонны фокусироваться на негативных последствиях эскапизма. Так, согласно П. Бергеру и Т. Лукману, уход от реальности — это отклонение, которое “можно назвать моральной испорченностью, умственной болезнью или полным невежеством” [2, с. 110]. Данной позиции придерживается Н.В. Нятина, с точки зрения которой эскапизм приводит к депривации, составляющей основу девиантного поведения и общей деградации личности [24, с. 136]. Проблема эскапизма в социологии чаще всего поднимается в контексте ухода молодежи в субкультурные объединения. А.И. Кравченко отождествляет эскапизм и ретритизм и рассматривает его как “мирный бунт одиночек” в качестве одного из идеологических компонентов субкультуры хиппи [13, с. 588]. С.А. Сергеев на примере ролевого движения говорит о том, что оно продолжает российскую романтико-эскапистскую традицию ухода из “основного” социума

в альтернативные группы ввиду «невозможности реализовать себя “в большой жизни” и рассогласования системы ценностей человека с ценностями, которые пропагандируются в современном мире» [29, с. 98]. Е.А. Окладникова рассматривает инструментальную форму эскапизма как вариант социальной практики, к которой относит деятельность субкультур, многочисленные формы делинквентного поведения, реализацию социальных экологических практик, ролевые игры живого действия [25, с. 75].

В отличие от социологов, *литераторы*, напротив, говорят о необходимости ухода от реальности для внутренней жизни личности. Родоначальник фэнтези, автор трилогии “Властелин колец” Дж. Р. Толкин считал эскапизм одной из основных функций волшебной сказки, призванных восстанавливать психическое равновесие читателя [30]. Н. Гейман утверждает, что эскапистская литература дает возможность посеять недовольство реальным миром, которое затем будет побуждать подрастающее поколение улучшать общество [38]. Особый акцент на побеге от реальности делает Ф.М. Достоевский, говоря о том, что порой необходимо предаваться мечтам: “Неужели же вы думаете, что я бы мог жить, если бы не мечтал? Да я бы застрелился, если б не это. ...Он — он спился, он не вынес. Я — мечтатель, я выношу. Я бы вынес” [9, с. 331]. Исследователь М.В. Кустова обобщает их идеи и приходит к выводу о психотерапевтичности фэнтези, отмечая, что эскапизм составляет основу чтения современного человека, т.к. вызывает у читателя интерес к чтению, позволяет снять напряжение и защищает от тревог об опасностях современной жизни [14, с. 70].

ЭСКАПИЗМ КАК ПРОЦЕСС ВООБРАЖЕНИЯ (ФАНТАЗИИ) В КЛАССИЧЕСКОЙ ОТЕЧЕСТВЕННОЙ ПСИХОЛОГИИ

Перед началом анализа подходов к уходу от реальности в отечественной психологии следует пояснить, что данный термин имеет иностранное происхождение (от англ. “to escape”) и вошел в практику употребления относительно недавно: в толковых словарях он закрепляется только с 1960-х годов. Тем не менее в трудах отечественных ученых близкое по смыслу выражение “ухода, побега от действительности” начало использоваться уже в начале XX в., и в целях приобщения к анализу работ выдающихся российских психологов мы считаем правомерным его отождествление с синонимичным зарубежным термином “эскапизм”.

Упоминания об уходе от реальности с помощью воображения (фантазии) существуют в ряде работ, связанных с необходимостью разрешения дилеммы о соотношении его деструктивно-компенсаторной и конструктивно-побуждающей функции, иными словами, приводят ли мечты к достижению желаемого либо уводят, порождая “маниловщину”. Так, С.Л. Рубинштейн различал пустую “мечтательность”, которая служит для того, чтобы заслониться от реального дела, и действительное воображение, мечты которого служат толчком к действию и получают воплощение в творческой деятельности [27, с. 243]. Р.Г. Натадзе в своих исследованиях роли воображения в формировании побудительной установки использует определения “создание нового образа” и “отлет от действительности”. В первом случае рассматривается стремление к творческому преобразованию действительности, во втором – бегство в мир фантазии. С его точки зрения такое поведение, по аналогии с Доном Кихотом, находится за гранью нормы, однако установка в этом случае также возникает, поскольку субъект воспринимает иллюзорные образы так же, как реальные [23]. Ц.П. Короленко и Г.В. Фролова выделили активное и пассивное воображение: активное уходит корнями в сферу жизненно значимых адаптивных механизмов мозга и составляет основу творчества, поддается волевому контролю. В образах пассивного воображения реализуются неудовлетворенные, неосознанные потребности. Так, людям, перенесшим потерю близкого человека, свойственно представлять, что он вновь жив. Образ этого человека, эмоциональная насыщенность которого усиливается вследствие своей противоположности с действительностью, является компенсацией, смягчая утрату [12]. А.В. Петровский и М.Б. Беркинблит считали фантазию необходимым инструментом творчества, в то же время предостерегая, что пассивные мечтания играют роль инструмента бегства в мир иллюзий, когда “воображение как бы отпускает завесу между человеком и действительной жизнью”. [3, с. 83]. Можно заметить, что ключевыми моментами, которые определяют “вредность” или “полезность” образов воображения, выступают, активный/пассивный характер протекания данного процесса и его частных образов – мечтаний и грез, а также наличие/отсутствие общественно полезного продукта.

В целом взгляды на проблему ухода от реальности и погружения в мечты в отечественных работах амбивалентны. Констатируется полярность двух его функций: невозможность творчества без “отлета от реальности”, с одной стороны, с другой – опасность чрезмерных мечтаний для личности. Нельзя не упомянуть уникальную работу,

интегрирующую данные противоположные грани. В эмпирическом исследовании Б.И. Додонова и его коллег, посвященном связи мечтаний с эмоциональной направленностью личности, сделан вывод о том, что процесс воображения (мечтание) может выполнять компенсаторную функцию, но в то же время мешает полностью отказаться от цели, поскольку в нем создаются внутренние модели желаемого будущего, обладающие побуждающей силой. Принимая во внимание процессуальность мечты, Б.И. Додонов утверждает: будучи изначально реакцией на травмирующую ситуацию, она затем становится внутренней потребностью личности. Функции мечты, таким образом, диалектически изменчивы: они могут ослаблять эмоциональное напряжение личности, помогая легче перенести неудачу, но в то же время удерживают эту цель в сознании [8, с. 47–50].

ЭСКАПИЗМ В СОВРЕМЕННЫХ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ИССЛЕДОВАНИЯХ

Современные российские психологи рассматривают эскапизм в рамках работ по возрастной психологии, продолжая придерживаться линии размышлений Л.С. Выготского, считавшего полезными “деятельные” детские мечтания, но подчеркивавшего опасность воображения в переходном возрасте, поскольку бегство в фантазию “отвращает волю подростка от мира действительного” [6, с. 27]. Одна из первых публикаций с упоминанием термина “эскапизм” – работа В.С. Мухиной (2002), где она определяет его как “форму приспособления в субъективно усложненных условиях” [21, с. 104] и выделяет “групповой эскапизм” (уход группы подростков от действительности) и “аутизм” (индивидуальный уход из реального мира в воображаемый), при этом обе формы связаны со стремлением к избеганию тяжелых мыслей и отношений, проявляются в желании создавать образы, доставляющие удовольствие. В.С. Мухина также подчеркивает, что, хотя в эскапизме заключена опасность обособления от общества – капсулирование, в целом он должен рассматриваться как феномен, сопровождающий нормальное онтогенетическое развитие [22, с. 172]. Сходным образом Д.А. Кутузова определяет эскапизм как форму решения задачи по становлению самоопределения на этапе юности и рассматривает его в широком – социологическом смысле и узком – как психологическую защиту в рамках метастратегии совладания – самореализации [15]. Л.С. Ручко определяет эскапизм как специфическую копинг-стратегию, предполагающую

“изменение когниции социальной ситуации на более привлекательную когницию ситуационно-ролевой игры” [4, с. 113]. В целом этой группой ученых эскапизм рассматривается как механизм адаптации взрослеющей личности к условиям непростой действительности.

В зарубежных работах также прослеживается упомянутая выше амбивалентность взглядов на эскапизм. В них эскапизм приобретает деятельную осязаемость: они ведутся в контексте участия личности в различных видах хобби. А. Эванс, объясняя возникновение эскапизма особенностями современного медиаобщества, выделяет его виды: уклонение (избегание другой деятельности); пассивный (не требует усилий: например, просмотр телевизора); активный (смена деятельности); экстремальный (употребление наркотиков, прыжки с крыш) эскапизм. Он выделяет здоровый и нездоровый эскапизм, который отличают: прокрастинация, психоз (трудности в дифференциации реальной и виртуальной жизни), отрицание и изоляция, аддикция [37]. Ф. Стенсенг разработал дуалистическую модель увлеченности досуговой деятельностью, предлагая два измерения эскапизма: самоподавление (уход от негативных эмоций) и самораскрытие (мотивируется получением позитивного опыта и увлеченностью) [41]. Результаты серии его исследований ($N_1 = 205$, $N_2 = 377$) подтвердили взаимосвязь эскапизма как самоподавления с неблагоприятием, сниженной эмоциональной саморегуляцией и подверженностью депрессивному расстройству, в то время как самораскрытие связано с субъективной удовлетворенностью жизнью [42].

Отдельную группу исследований эскапизма представляют собой работы, посвященные участию личности в массовых многопользовательских ролевых онлайн-играх (*MMORPG*). Н. Йее по результатам апробации авторского опросника *MTPI (Motivation of play inventory)* сделал вывод о том, что эскапизм является самым сильным предиктором интернет-игровой зависимости [46]. Позднее В. Кальдо и Д. Хагстром провели повторное исследование и пришли к заключению о том, что в детерминации дистресса и удовлетворенности жизнью фактор негативного эскапизма имеет несравненно большее значение, предложив определять его исключительно как избегающее поведение [39]. Согласно данным исследователей из Сингапура ($N = 161$), эскапизм наряду с расхождением фактического и идеального представления о себе и депрессией выступает в качестве ключевой детерминанты патологической видеоигровой зависимости у подростков [36]. Широкомасштабное

польское исследование ($N = 1056$) также показало, что игроки с эскапистской мотивацией проводят в сети больше времени за счет увеличения доли социальной поддержки онлайн по сравнению с реальным миром [40].

Таким образом, в киберпсихологии, где эскапизм изучается в контексте увлечения видеоиграми, он предстает в виде мотивации к уходу от проблем, приобретая болезненный оттенок. Словное понимание эскапизма — в качестве психологической защиты, регулятивной системы стабилизации личности, направленной на устранение или сведение к минимуму чувства тревоги, связанного с осознанием конфликта, заложено в ряде психометрических тестов (*MMPI*, *СМИЛ*, оценке социальной адаптации Роджерса—Даймонда). Отметим, однако, что даже в сфере исследований виртуальной игровой реальности осуществляются попытки доказательства позитивных последствий эскапизма. Так, развивая подход А. Эванса, группа нидерландских ученых выделяет причинно-обусловленный и следственно-обусловленный эскапизм. Первая форма осуществляется в целях ухода, вторая — для выхода за пределы реальности с помощью погружения в деятельность или фантазию для получения удовольствия. По их мнению, второй вариант эскапизма является продуктивным и способствует самореализации [44].

ЭСКАПИЗМ КАК ФОРМА АКТИВНОСТИ ЛИЧНОСТИ В ЛОГИКЕ СУБЪЕКТНО-ДЕЯТЕЛЬНОСТНОГО ПОДХОДА

Проанализировав подходы к определению эскапизма, можно увидеть, что они весьма диффузны: не только в различных науках, но в рамках отдельной науки и даже единичной публикации могут наблюдаться методологически противоречивые определения данного феномена, а его психологическое наполнение раскрывается через разные психические явления. Для его дальнейшего изучения представляется целесообразным, опираясь на вышеописанные исследования, интегрировать их в единую концепцию, позволяющую, с одной стороны, всесторонне описать явление эскапизма и охватить весь спектр его форм, с другой — четко высветить его психологическую сущность и отграничить от близких, но не тождественных понятий. Для комплексной характеристики эскапизма представляется целесообразным применение субъектно-деятельностного подхода (С.Л. Рубинштейн) к исследованию психического. С одной стороны, эскапизм проявляется в виде процесса погружения в воображаемый мир, с другой — не может

рассматриваться без учета деятельностной составляющей, то есть специфики конкретной формы данного погружения. С данной позиции эскапизм может пониматься как *форма активности личности, которая возникает вследствие рассогласования реальных и желаемых ценностных структур разного уровня в целях его уменьшения и реализуется путем погружения в субъективно альтернативную реальность*.

Субъектно-деятельностный подход в исследовании эскапизма особенно актуален в связи с появлением и развитием новых, ранее неизвестных человечеству форм эскапизма, в первую очередь, погружения в видеоигры. Представляется неслучайным большое количество исследований данного феномена в области виртуальных игровых технологий. Если до этого эскапизм протекал по большей части интрапсихически (исключительно в виде мечтания, фантазирования) внутри сознания отдельного индивида, то после массового распространения видеоигр в 1980-е годы у исследователей появилась возможность (и необходимость) изучения деятельного, “осязаемого”, и, соответственно, эмпирически наблюдаемого эскапизма в виртуальную реальность — объективную, а не локализованную интрапсихически (как это происходило раньше при чтении книг фэнтези) — идеальную среду для проекции множества индивидуальных субъективно альтернативных реальностей интернет-пользователей [11].

Процессуальная сторона эскапистской активности характеризуется через расщепление действительности в сознании индивида на субъективно реальную и субъективно альтернативную (понимаемую как систему образов и взаимосвязей между ними), в которую осуществляется погружение, означающее изменение смысловой “системы координат”, актуализацию другого личностного контекста [11, с. 18]. Субъективными основаниями для выделения различных миров в эскапистском сознании в первую очередь выступают образы Я субъекта. И.Г. Колесникова отмечает, что эскапизм — это “созидательная для субъекта активность, позволяющая ему задействовать потенциально содержащуюся множественность Я: эмпирическое, теоретическое, абсолютное, трансцендентное” [10, с. 58]. Е.О. Труфанова также пишет о том, что особую роль в качестве “разграничителя” реальностей играет образ Я субъекта, без его формирования и смены созидательная эскапистская активность невозможна [32].

Таким образом, погружение в субъективно альтернативную реальность при эскапизме всегда подразумевает изменение образа Я личности — важнейшего,

с точки зрения М. Чиксентмихайи, элемента сознания, отражающего иерархию мотивов и целей, охватывающего все, что побывало в сознании: воспоминания, действия, желания, переживания [33]. Сразу подчеркнем отличие эскапизма от диссоциативных расстройств и других патологий сознания, т.к. в случае эскапизма решение о “бегстве” принимается добровольно и осознанно: эскапистское сознание не просто “бежит”, а отправляется в путешествие, которое ведет его к новым открытиям, осуществляя творческое конструирование субъективной реальности. Заметим также, что эскапистская активность реализуется при помощи воображения и регулируется им, но не тождественна ему, т.к. деятельность воображения далеко не всегда включает в себя конструирование альтернативного Я личности, но вместе с этим охватывает более широкий спектр образов (например, абстрактных научных схем), которые не всегда представлены в отдельно взятой субъективно альтернативной реальности индивида.

Характерная черта **деятельностной стороны** эскапистской активности состоит в том, что она осуществляется свободно, индивид действует исключительно ради самой деятельности, точнее, эмоций, которые возникают в ходе нее. Она осуществляется без усилий, даже если этому препятствуют внешние факторы, выражена ориентация на процесс, а не на результат [33, с. 36]. В этом смысле эскапистская деятельность наиболее сопоставима с различными увлечениями, или хобби, которыми человек занимается исключительно ради развлечения и самореализации, когда удовольствие велико настолько, что люди готовы платить за него деньги. Важным индикатором, характеризующим специфику деятельностной стороны эскапизма, является появление на кульминационном этапе ее протекания переживания “потока”, описанное М. Чиксентмихайи. Его отличают высокая степень концентрации внимания на образах субъективно альтернативной реальности, слияние действия и осознанности, искаженное восприятие времени, ощущение полного контроля над ситуацией.

Эскапистская деятельность и содержание образов субъективно-альтернативной реальности, которые строятся в ходе ее осуществления, субъектно (прежде всего мотивационно) обусловлены, в них реализуется отношение человека к окружающей реальности и задачам, которые она перед ним ставит, проявляющееся в его индивидуальных мотивах, потребностях и ценностно-смысловых установках. Исходная точка ее возникновения — потребность в снятии рассогласования в реальных и желаемых ценностных структурах. Из проанализированных выше работ, его наличие в качестве базисной предпосылки возникновения эскапизма упоминает

целый ряд исследователей [1, 4, 29, 35 и др.]. В целом представляя естественное состояние субъекта, в крайней степени выраженности данное рассогласование может приводить к внутриличностному конфликту [28] – провоцируемому внешней средой состоянию дезинтеграции личности, которое выражается в обострении существовавших ранее или в возникновении новых противоречий между ее различными сторонами и свойствами [20].

Следует пояснить, что эскапизм представляет не отклонение от нормы, а скорее адекватную реакцию на неадекватную ситуацию, поскольку возникает, когда внешние обстоятельства (природные, социальные, жизненные и др.) ставят под угрозу удовлетворение глубоких и активных мотивов и потребностей. Выражаясь словами Дж.Р.Р. Толкина, “ошибочно отождествлять бегство пленника из темницы, который пытается во что бы то ни стало из нее выбраться, а если ему это не удается, говорит и думает не о надзирателях и тюремных решетках, а о чем-то ином, и бегство дезертира с поля боя” [30, с. 283]. Неслучаен бурный расцвет движения толкинистов (позднее – ролевого)² в “лихие” 90-е, возникший на фоне перестроечного хаоса. В.А. Луков, отмечает, что “на фоне дискредитации образов советской юношеской литературы, дававшей образцы для поведения молодому человеку в определенной нормативно-ценностной системе... мифологизации Толкина оказались востребованными, поскольку повторяли близкую конструкцию – вполне завершенную и идейно освященную, легко воспроизводимую в ролевом поведении” [18, с. 86]. Проще говоря, люди осуществляли эскапистскую деятельность не потому, что поставили своей целью уход от реальности в противовес мажоритарной культуре, они видели в этом единственный способ разрешить возникшие морально-ценностные дилеммы. Воссоздание данных мифологизаций в ходе ролевых игр живого действия с возможностью временной смены идентичности позволяли молодежи вновь обрести ценностные образцы, удовлетворить потребности в резко утраченной идеологии.

² Движение толкинистов, которое позднее трансформировалось в субкультуру ролевиков, распространилось на территории СССР в конце 1980-х г. прошлого века, накануне “перестроечной эпохи”, после появления легендарного произведения жанра фэнтези “Властелин колец” Дж.Р.Р. Толкина. Основной формой деятельности ролевиков являются ролевые игры живого действия (*Live Action Role Playing, LARP*), предполагающие виртуальное удвоение жизненных сюжетов, “отключение” от реального мира и погружение в субъективно альтернативную реальность – исторически достоверную либо полностью вымышленную.

Стоит также отметить, что в случае успешного разрешения внутриличностных противоречий в ходе эскапистской активности индивид может найти положительное откровение своих собственных духовных исканий и поступков, достичь ощутимого уменьшения рассогласования и нового жизненного качества. Так, Н.Н. Королева отмечает, что переход личности в субъективно альтернативную реальность, использование ее смысловых координат для понимания реальности дает возможность выхода из кризиса, разрешения создавшихся социальных и внутриличностных противоречий при возвращении в реальный мир [11]. С.Л. Боуман также подчеркивает, что эскапизм в ролевых играх носит позитивный характер, поскольку позволяет их участникам удовлетворять потребности в аффилиации, приобретать навыки решения проблем и исследовать собственную идентичность [35].

Представляется верной идея Б.И. Додонова о том, что погружение в воображаемый мир может изначально выполнять роль компенсаторного механизма, и в этом смысле эскапизм на определенном отрезке времени безусловно может рассматриваться как психологическая защита – непроизвольная реакция бегства от трудностей, основной целью которой становится не разрешение проблемы, а восстановление психоэмоционального равновесия. Однако, следуя мысли Б.И. Додонова, польза данного процесса заключается в том, что он не дает человеку полностью отказаться от цели, поскольку именно в нем могут создаваться внутренние модели желаемого будущего и инструменты для уменьшения ценностно-смыслового рассогласования, обладающие мотивирующей силой к разрешению проблемы. Иными словами, даже если изначально эскапизм стал реакцией на травмирующую ситуацию невыносимого рассогласования реального и желаемого, затем он может стать внутренней потребностью личности, помогая актуализировать в сознании образ цели и инструменты для ее достижения, в итоге трансформируясь в совладающее поведение. Тогда судить о характере протекания эскапистской деятельности можно постфактум, оценив ее итоги: если после ее осуществления в течение отдельно взятого промежутка времени субъектом были осуществлены действия по минимизации исходного рассогласования, можно предположить, что эскапизм носил конструктивную форму; если же минимизации рассогласования не последовало, значит эскапизм, вероятнее всего, носил компенсаторный характер, и может впоследствии перетечь в деструктивную форму, приводя к крайней степени обострения внутренних противоречий. В данном

случае задачей помогающих специалистов, согласно Б.И. Додонову, становится поиск “механизма своевременного переключения” эскапизма с его замещающей формы на мотивационную [8].

Таким образом, эскапизм является многомерной характеристикой, и в структуре данного понятия можно выделить следующие измерения (шкалы):

– *Причины возникновения эскапистской активности* (тип и степень рассогласования между реальными и желаемыми ценностно-мотивационными структурами личности);

– *Исход эскапистской активности* на определенном временном промежутке (конструктивный/компенсаторный);

– *Уровень осознанности* (эскапизм осуществляется преимущественно произвольно, осознанно, либо непроизвольно, неосознанно);

– *Локализация субъективно-альтернативной реальности* (осуществляется исключительно интрапсихически – не выходит за границы воображаемого мира субъекта; интерпсихически – например, в виртуальной реальности, с помощью погружения в видеоигры, либо в физическом пространстве, в ролевых играх живого действия, предполагающих трансфер субъективно-альтернативной реальности в физическое пространство, что способствует более глубокому погружению в игровой мир);

– *Уровень интенсивности погружения* в субъективно-альтернативную реальность (глубина и длительность состояния потока и смены идентичности);

– *Периодичность эскапизма* (разово – например, прочтении книги; эпизодически; систематически; хронически; глобально – здесь уже может идти речь об экзистенциальном эскапизме, описанном Д.Г. Литинской как осознанном отрыве от общества – например, при дауншифтинге, монашестве либо – в самой крайней форме – суициде);

– *Количество участников* (личность, малая группа, большая группа, массовый эскапизм – например, при погружении в многопользовательские видеоигры, в которые одновременно играют сотни тысяч людей).

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Анализ теоретических представлений об эскапизме в философии, социологии, литературоведении, классической и современной отечественной психологии, а также в зарубежных эмпирических психологических работах выявил отсутствие

единой методологической платформы. Условно можно выделить основные подходы:

1) *“Нейтральный”* – эскапизм как имманентное свойство сознания, интенция отдельной личности и общества в целом, выполняющая адаптивную функцию (философский);

2) *“Негативный”* – эскапизм как стратегия поведения, проявляющаяся в виде отщепления от “основного социума” и ухода в различные субкультурные и маргинальные сообщества; отклонение от нормы, признак дезадаптации (социологический);

3) *“Позитивный”* – эскапизм как копинг, средство достижения внутреннего равновесия, не как процесс не “бегства от...”, а “стремления к...”, в котором личностью движет жажда гармонии (литература и литературоведение);

4) *“Амбивалентный”* – уход от реальности тождествен процессу воображения в двух его полях: фантазия признается необходимым элементом творческой деятельности, при этом подчеркивается опасность “застревания” в мире грез, которая может привести к последующей деградациии (характерен для классической отечественной психологии).

Психологическая сущность эскапизма раскрывается в нескольких вариантах: как свойство сознания, интенция (стремление уйти от общества или проблем), форма поведения, активность или деятельность сознания, психический процесс, психическое состояние, психологическая защита или мотив избегания трудностей, механизм адаптации (копинг), деятельность, выступающая альтернативой рутинному времяпрепровождению (хобби). Бурное развитие видеоигровой индустрии сделало данный феномен и его исследования более “осязаемыми”, продемонстрировав слияние интра- и интерпсихических аспектов эскапизма в форме погружения в массовые многопользовательские онлайн-игры: возможно, поэтому большая часть зарубежных эмпирических исследований эскапизма посвящена участию молодых людей в многопользовательских онлайн-ролевых играх (*MMORPG*). Однако это обусловило чрезвычайно узкий и преимущественно негативный ракурс рассмотрения данного феномена в качестве мотивации избегания трудностей и бегства в виртуальный мир. Тем не менее предпринимаются попытки уравнивания данной точки зрения позитивным взглядом на эскапизм: в первую очередь, за счет расширения спектра его возможных деятельностных форм в противовес концентрации исключительно на видеоиграх, и изучению его вклада в самореализацию личности.

С нашей точки зрения, специфика эскапистской активности характеризуется через единство процессуально-деятельной стороны данного психического феномена и заключается в том, что она, во-первых, всегда предполагает построение альтернативного образа Я личности и его смену в ходе погружения в субъективно альтернативную реальность; во-вторых, ориентирована на процесс и на определенном этапе приводит к потоковому переживанию различной степени интенсивности. Предложенное нами определение эскапизма как формы активности личности, возникающей вследствие рассогласования реальных и желаемых ценностных структур разного уровня в целях его уменьшения и реализующейся путем погружения в субъективно альтернативную реальность, безусловно, не претендует на окончательность, и его формулировка будет уточняться по мере накопления эмпирических результатов исследований в данной области.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. *Башарова Е.А.* Эскапизм: новые подходы к исследованию // Вестник Ивановского государственного университета. Серия "Гуманитарные науки". 2014. № 2 (14). С. 71–76.
2. *Бергер П., Лукман Т.* Социальное конструирование реальности // Трактат по социологии знания / Пер. Е. Руткевич. М.: Медиум, 1995.
3. *Беркинблит М.Б., Петровский А.В.* Психология фантазии. М.: Политиздат, 1968.
4. *Бобрышева Л.С. (Ручко Л.С.).* Эскапизм в досуговом поведении молодежи (на примере участия в ролевых играх). // Социальные технологии в сфере культуры и досуга: Опыт. Проблемы. Инновации. Материалы Всерос. научн.-практ. конф. Тамбов: Изд-во Тамб. ун-та, 2001. С. 112–115.
5. Большая актуальная политическая энциклопедия / Под общ. ред. А. Белякова и О. Матвейчева. М.: Эксмо, 2009. С. 396.
6. *Выготский Л.С.* Воображение и творчество в детском возрасте. СПб.: Союз, 1997.
7. *Греков М.А.* Феномен эскапизма в медианасыщенном обществе: Дисс. ... канд. филос. наук. Омск, 2008.
8. *Додонов Б.И.* Эмоция как ценность. М.: Политиздат, 1978. С. 47–50.
9. *Достоевский Ф.М.* наброски и планы 1874–1879. Мечтатель. Собр. соч.: в 15 т. Т. 10. М., Наука, 1991. С. 332.
10. *Колесникова И.Г.* Эскапизм как средство самоидентификации и идентичности личности в контексте философской антропологии // Наука. Искусство. Культура. 2016. № 2 (10). С. 57–62.
11. *Королева Н.Н.* Психосемиотика субъективных реальностей личности: Автореферат дисс. ... д-ра психол. наук. СПб., 2006.
12. *Короленко Ц.П., Фролова Г.В.* Вселенная внутри тебя. Новосибирск, 1979. С. 103–121.
13. *Кравченко А.И.* Социология девиантности: глоссарий. М.: МГУ, 2003.
14. *Кустова М.В.* Литературный эскапизм как основа чтения современного человека / Книга и мировая цивилизация // Материалы междунар. науч. конф. по пробл. книговед. М.: Наука, 2004. Т. 1. С. 67–70.
15. *Кутузова Д.А.* Эскапизм как форма самоопределения в подростковом и юношеском возрасте / Материалы между мол. молодежного науч. форума. М.: МГУ, 2010. URL: <http://www.centri-obrazovaniya.ru/kutuzova.html> (дата обращения: 11.07.2017).
16. *Литинская Д.Г.* Экзистенциальный эскапизм как социокультурный феномен современного общества: Дисс. ... канд. филос. наук. М., 2012.
17. *Литинская Д.Г.* Типы современного эскапизма и феномен экзистенциального эскапизма // Ярославский педагогический вестник. 2012. № 1. Т. 1. С. 308–311.
18. *Луков В.А.* Особенности молодежных субкультур в России // Социологические исследования. 2002. № 10. С. 79–87.
19. *Мантов Р.Е.* Виды эскапизма и современное искусство. На материале кинематографа: Дисс. ... канд. филос. наук. М., 2003. С. 45–66.
20. *Мерлин В.С.* Проблемы экспериментальной психологии личности. Пермь: Пермский пед. ин-т, 1970.
21. *Мухина В.С.* Аутизм как компонент психического и личностного развития на этапах детства, отрочества, юности // Развитие личности. 2002. № 3. С. 103–112.
22. *Мухина В.С.* Групповой эскапизм и индивидуальный аутизм – компоненты социального и личностного развития на этапах отрочества и юности // Развитие личности. 2004. № 1. С. 156–175.
23. *Натадзе Р.Г.* Воображение как фактор поведения. Тбилиси, 1972. С. 5–12.
24. *Нятина Н.В.* Эскапизм – отклонение в социализации молодежи // Вестник КемГУ. 2013. № 2 (54). Т. 1. С. 133–136.
25. *Окладникова Е.А.* Социальный эскапизм современной российской городской молодежи: факторы, практики, следствия // Вестник Нижегородского университета им. Н.И. Лобачевского. Серия Социальные науки. 2014. № 3 (35). С. 74–83.
26. *Преп. Иоанн Лествичник.* Лествица, возводящая на небо. М.: Артос-Медиа, 2009.

27. *Рубинштейн С.Л.* Основы общей психологии. СПб: Питер, 2000.
28. *Савченко Т.Н., Головина Г.М.* Субъективное качество жизни: подходы, методы оценки, прикладные исследования М.: Изд-во “Институт психологии РАН”, 2006.
29. *Сергеев С.А.* Молодежные субкультуры в республике Татарстан // Социологические исследования. 1998. № 11. С. 95–102.
30. *Толкин Дж.Р.Р.* О волшебных сказках // Лист работы Мелкина и другие волшебные сказки // Пер. с англ. С. Кошелева, ред. И. Тогоева. М.: РИФ, 1991. С. 280–290.
31. *Труфанова Е.О.* Эскапизм и эскапистское сознание: к определению понятий // Философия и культура. 2012. № 3. С. 96–107. URL: http://www.nbpublish.com/view_post_225.html (дата обращения: 11.07.2017).
32. *Труфанова Е.О.* Расщепленное сознание как междисциплинарная проблема // Философия науки и техники. 2014. № 1 (19). С. 183–198.
33. *Чиксентмихайи М.* Поток: Психология оптимального переживания / Пер. с англ. 2-е изд. М.: Альпина нон-фикшн, 2011.
34. *Шапинская Е.Н.* Эскапизм в киберпространстве: безграничные возможности и новые опасности. URL: <http://www.intelros.ru/readroom/kulturologicheskij-zhurnal/kul2-2013/21642-eskapizm-v-kiberprostranstve-bezgranichnye-vozmozhnosti-i-novye-opasnosti.html> (дата обращения: 11.07.2017).
35. *Bowman S.L.* The functions of Role-Playing Games. How participants create community, solve problems and explore identity. N. Carolina: McFarland&Co, 2010.
36. *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. 2011. V. 14. № 9. P. 535–539.
37. *Evans A.* This virtual life. Escapism and simulation in our media world. London: Fusion Press, 2001.
38. *Gaiman N.* Why our future depends on libraries, reading and daydreaming. URL: <http://www.theguardian.com/books/2013/oct/15/neil-gaiman-future-libraries-reading-daydreaming> (дата обращения: 11.07.2017).
39. *Hagstrom D., Kaldo V.* Escapism among players of MMORPGs – conceptual clarification, its relation to mental health factors, and development of a new measure // Cyberpsychology, behavior and social networking. 2014. V. 17 (1). P. 19–25.
40. *Kaczmarek L.D., Drązkowski 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. V. 17 (5). P. 298–302.
41. *Stenseng F.A.* Dualistic approach to leisure activity engagement – on the dynamics of passion, escapism, and life satisfaction. Oslo: University of Oslo, Faculty of Social Sciences, 2009.
42. *Stenseng F., Rise J., Kraft P.* The dark side of leisure: obsessive passion and its covariates and outcomes // Leisure studies. 2011. V. 30 (1). P. 49–62.
43. *Tuan Y.F.* Escapism. London: The Johns Hopkins University Press, 2000.
44. *Warmelink H., Hartevald C., Mayer I.* Press enter or escape to play: deconstructing escapism in multiplayer gaming / Breaking new ground: innovation in games, play practice and theory // Proceedings of DiGRA. 2009. URL: <http://www.digra.org/wp-content/uploads/digital-library/09287.04129.pdf> (дата обращения: 11.07.2017).
45. What is escapism? Psychology dictionary. URL: <http://psychologydictionary.org/escapism/> (дата обращения: 11.07.2017).
46. *Yee N.* Motivations for play in online games. // CyberPsychology & behavior. 2006. № 9. P. 772–775.

ESCAPISM AS A RESEARCH SUBJECT IN CONTEMPORARY PSYCHOLOGY¹

O. I. Teslavskaja^{a*}, A. A. Kardapoltseva^{***}, E. V. Belovol^{b***},
T. N. Savchenko^{a****}

^a*Institute of Psychology of Russian Academy of Sciences; 129366 Yaroslavskaya str. 13, Moscow, Russia.*

^b*Moscow State Pedagogical University; 119991 Malaya Pirogovskaya str. 1/1, Moscow, Russia*

^{*}*Post-graduate student. E-mail: teslavskaja@gmail.com*

^{**}*Post-graduate student. E-mail: a.kardapoltseva@gmail.com*

^{***}*Candidate of Science (Psychol.), Prof. of Laboratory of Developmental Psychology*

E-mail: belovol@mail.ru

^{****}*Candidate of Science (Psychol.), Leading researcher*

E-mail: t.n.savchenko@yahoo.com

Received 12.09.2016

Abstract. The interdisciplinary analysis of scientific approaches to the escapism phenomena in philosophy, sociology, literature studies, and psychology has been conducted. General tendencies in the understanding of escapism have been distinguished – “neutral”, as an immanent attribute of mind of an individual and humanity (philosophical); “negative” – as a strategy of detachment of the major society with going to subcultures and marginal communities (sociological); “positive” – as a way to achieve inner balance (literature studies); “ambivalent” – escapism as fantasy, or imagination, the essential basis for creativity, which may become destructive for a person who uses it excessively (Russian psychology). The fast evolution of videogaming industry made the research of escapism far more tangible. With its intra- and interpsychic aspect merged, escapism in most nowadays empirical studies has been reduced to a motivation of avoiding life difficulties in a context of submerging into MMORPGs. In the article, it is shown that the specifics of escapism can be characterized via integrity of its processual and activity aspect, and is much wider than the avoidance motivation. It can be characterized as a form of personal activity which occurs due to mismatch between real and desired values of different level for its diminution, and realizes by submerging into subjectively alternative reality. The specifics of escapism are that the activity implies the building of alternative self-image; is process-oriented and leads to the flow experience. Among the main dimensions in the structure of escapism are: reasons of occurrence (type and level of mismatch between real and desired motivational-value structures); positive/negative outcome of escapist activity in certain time period; level of consciousness; localization of subjectively alternative reality (virtual/physical); intensiveness and frequency of submerging; quantity of participants.

Keywords: Escapism, subjectively alternative reality, imagination, fantasy, daydreaming, flow experience, identity shift, self-image, avoiding reality, run from reality, psychological defense, coping, intrapersonal conflict, MMORPG, LARP.

REFERENCES

1. *Basharova E.A.* Eskapizm: novye podhody k issledovaniyu // Vestnik Ivanovskogo gosudarstvennogo universiteta. Ceriya “Gumanitarnye nauki”. 2014. № 2 (14). P. 71–76. (In Russian)
2. *Berger P., Lukman T.* Socialnoe konstruirovanie realnosti // Traktat po sociologii znaniya / Per. E. Rutkevich. Moscow: Medium, 1995. (In Russian)
3. *Berkinblit M.B., Petrovskij A.V.* Psihologiya fantazii. Moscow: Politizdat, 1968. (In Russian)
4. *Bobrysheva L.S. (Ruchko L.S.).* Eskapizm v dosugovom povedenii molodezhi (na primere uchastiya v rolevykh igrakh) // Socialnye tekhnologii v sfere kultury i dosuga: Opyt. Problemy. Innovacii. Materialy Vseros. nauchn.-prakt.konf. Tambov: Izd-vo Tamb. un-ta, 2001. P. 112–115. (In Russian)
5. *Bolshaya aktualnaya politicheskaya enciklopediya / Pod obshch. red. A. Belyakova i O. Matvejcheva.* Moscow: Eksmo, 2009. P. 396. (In Russian)
6. *Vygotskij L.S.* Voobrazhenie i tvorchestvo v detskom vozraste. St. Petersburg: Soyuz, 1997. (In Russian)
7. *Grekov M.A.* Fenomen eskapizma v medianasyshchenom obshchestve: Diss. ... kand. filos. nauk. Omsk, 2008. (In Russian)
8. *Dodonov B.I.* Emociya kak cennost. Moscow: Politizdat, 1978. P. 47–50. (In Russian)
9. *Dostoevskij F.M.* Nabroski i plany 1874–1879. Mechtatel. Sobr. soch.: v 15 t. V. 10. Moscow: Nauka, 1991. P. 332. (In Russian)
10. *Kolesnikova I.G.* Eskapizm kak sredstvo samoidentifikacii i identichnosti lichnosti v kontekste filosofskoj

¹ This research was supported by the Russian Foundation for Basic Research via grant 16-06-01085.

- antropologii // Nauka. Iskusstvo. Kultura. 2016. № 2 (10). P. 57–62. (In Russian)
11. *Koroleva N.N.* Psihosemiotika sub"ektivnyh real'nostej lichnosti: Avtoreferat diss. ... d-ra psihol. nauk. St. Petersburg: 2006. (In Russian)
 12. *Korolenko C.P., Frolova G.V.* Vselennaya vnutri tebya. Novosibirsk, 1979. P. 103–121. (In Russian)
 13. *Kravchenko A.I.* Sociologiya deviantnosti: glossarij. Moscow: MGU, 2003. (In Russian)
 14. *Kustova M.V.* Literaturnyj eskapizm kak osnova chteniya sovremennogo cheloveka / Kniga i mirovaya civilizaciya // Materialy mezhdunar. nauch. konf. po probl. knigoved. Moscow: Nauka, 2004. Vol. 1. P. 67–70. (In Russian)
 15. *Kutuzova D.A.* Eskapizm kak forma samoopredeleniya v podrostkovom i yunosheskom vozraste / Materialy mezhd. molodezhnogo nauchn. foruma. Moscow: MGU, 2010. URL: <http://www.centri-obrazovaniya.ru/kutuzova.html> (data obrashcheniya: 11.07.2017). (In Russian)
 16. *Litinskaya D.G.* Ekzistencial'nyj eskapizm kak sociokul'turnyj fenomen sovremennogo obshchestva: Diss. ... kand. filos. nauk. Moscow, 2012. (In Russian)
 17. *Litinskaya D.G.* Tipy sovremennogo eskapizma i fenomen ekzistencial'nogo eskapizma // Yaroslavskij pedagogicheskij vestnik. 2012. № 1. Vol. 1. P. 308–311. (In Russian)
 18. *Lukov V.A.* Osobennosti molodezhnyh subkultur v Rossii // Sociologicheskie issledovaniya. 2002. № 10. P. 79–87. (In Russian)
 19. *Mantov R.E.* Vidy eskapizma i sovremennoe iskusstvo. Na materiale kinematografa: Diss. ... kand. filos. nauk. Moscow, 2003. P. 45–66. (In Russian)
 20. *Merlin V.S.* Problemy eksperimentalnoj psihologii lichnosti. Perm': Permskij ped. in-t, 1970. (In Russian)
 21. *Muhina V.S.* Autizm kak komponent psihicheskogo i lichnostnogo razvitiya na etapah detstva, otrochestva, yunosti // Razvitie lichnosti. 2002. № 3. P. 103–112. (In Russian)
 22. *Muhina V.S.* Gruppovoj eskapizm i individual'nyj autizm – komponenty social'nogo i lichnostnogo razvitiya na etapah otrochestva i yunosti // Razvitie lichnosti. 2004. № 1. P. 156–175. (In Russian)
 23. *Natadze R.G.* Voobrazhenie kak faktor povedeniya. Tbilisi, 1972. P. 5–12. (In Russian)
 24. *Nyatina N.V.* Eskapizm — otklonenie v socializacii molodezhi // Vestnik KemGU. 2013. № 2 (54). Vol. 1. P. 133–136. (In Russian)
 25. *Okladnikova E.A.* Socialnyj eskapizm sovremennoj rossijskoj gorodskoj molodezhi: faktory, praktiki, sledstviya // Vestnik Nizhegorodskogo universiteta im. N.I. Lobachevskogo. Seriya Social'nye nauki. 2014. № 3 (35). P. 74–83. (In Russian)
 26. Prep. Ioann Lestvichnik. Lestvica, vozvodyashchaya na nebo. Moscow: Artos-Media, 2009. (In Russian)
 27. *Rubinshtejn S.L.* Osnovy obshchej psihologii. St. Petersburg: Piter, 2000. (In Russian)
 28. *Savchenko T.N., Golovina G.M.* Subektivnoe kachestvo zhizni: podhody, metody ocenki, prikladnye issledovaniya Moscow: Izd-vo "Institut psihologii RAN", 2006. (In Russian)
 29. *Sergeev S.A.* Molodezhnye subkul'tury v respublike Tatarstan // Sociologicheskie issledovaniya. 1998. № 11. P. 95–102. (In Russian)
 30. *Tolkin Dzh.R.R.* O volshebnyh skazkah. // List raboty Melkina i drugie volshebnye skazki // Per. s angl. S. Kosheleva, red. I. Togojeva. Moscow: RIF, 1991. P. 280–290. (In Russian)
 31. *Trufanova E.O.* Eskapizm i eskapistское soznanie: k opredeleniyu ponyatij // Filosofiya i kul'tura. 2012. № 3. P. 96–107. URL: http://www.nbpublish.com/view_post_225.html (data obrashcheniya: 11.07.2017). (In Russian)
 32. *Trufanova E.O.* Rasshcheplennoe soznanie kak mezhdisciplinarnaya problema // Filosofiya nauki i tekhniki. 2014. № 1 (19). P. 183–198. (In Russian)
 33. *Chiksentmihaji M.* Potok: Psihologiya optimalnogo perezhivaniya / Per. s angl. 2-e izd. Moscow: Alpina non-fikshn, 2011. (In Russian)
 34. *Shapinskaya E.N.* Eskapizm v kiberprostranstve: bezgranichnye vozmozhnosti i novye opasnosti. URL: <http://www.intelros.ru/readroom/kulturologicheskij-zhurnal/kul2-2013/21642-eskapizm-v-kiberprostranstve-bezgranichnye-vozmozhnosti-i-novye-opasnosti.html> (data obrashcheniya: 11.07.2017). (In Russian)
 35. *Bowman S.L.* The functions of Role-Playing Games. How participants create community, solve problems and explore identity. N. Carolina: McFarland&Co, 2010.
 36. *Dongdong L., Liau 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. 2011. Vol. 14. № 9. P. 535–539.
 37. *Evans A.* This virtual life. Escapism and simulation in our media world. London: Fusion Press, 2001.
 38. *Gaiman N.* Why our future depends on libraries, reading and daydreaming. URL: <http://www.theguardian.com/books/2013/oct/15/neil-gaiman-future-libraries-reading-daydreaming> (data obrashcheniya: 11.07.2017).
 39. *Hagstrom D., Kaldo V.* Escapism among players of MMORPGs — conceptual clarification, its relation to mental health factors, and development of a new measure // Cyberpsychology, behavior and social networking. 2014. V. 17 (1). P. 19–25.
 40. *Kaczmarek L.D., Drązkowski 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. V. 17 (5). P. 298–302.

41. *Stenseng F.A.* Dualistic approach to leisure activity engagement – on the dynamics of passion, escapism, and life satisfaction. Oslo: University of Oslo, Faculty of Social Sciences, 2009.
42. *Stenseng F., Rise J., Kraft P.* The dark side of leisure: obsessive passion and its covariates and outcomes // *Leisure studies*. 2011. V. 30 (1). P. 49–62.
43. *Tuan Y.F.* Escapism. London: The Johns Hopkins University Press, 2000.
44. *Warmelink H., Hartevald C., Mayer I.* Press enter or escape to play: deconstructing escapism in multiplayer gaming / Breaking new ground: innovation in games, play practice and theory // *Proceedings of DiGRA*. 2009. URL: <http://www.digra.org/wp-content/uploads/digital-library/09287.04129.pdf> (data obrashcheniya: 11.07.2017).
45. What is escapism? Psychology dictionary. URL: <http://psychologydictionary.org/escapism/> (data obrashcheniya: 11.07.2017).
46. *Yee N.* Motivations for play in online games // *CyberPsychology & behavior*. 2006. № 9. P. 772–775.