

Ляшова Маргарита Сергеевна

студентка

ФГБОУ ВО «Кубанский государственный университет»

г. Краснодар, Краснодарский край

НАРУШЕНИЕ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ АДАПТАЦИИ КАК ФАКТОР ПОДРОСТКОВОГО ЭСКАПИЗМА

***Аннотация:** в статье представлены результаты теоретико-эмпирического исследования влияния нарушения социально-психологической адаптации на формирование эскапизма у подростков. В теоретической части статьи проведен анализ подходов к понятию и видам эскапизма, рассмотрены особенности подросткового возраста как группы риска по развитию эскапизма, изучены механизмы влияния социально-психологической дезадаптации на уход от реальности. В эмпирической части выявлено, что низкий уровень социально-психологической адаптации способствует проявлению у подростков склонности к таким компонентам эскапизма, как неудовлетворённость и избегание, уход в альтернативную социальную реальность, а также формированию высокого уровня эскапистских тенденций.*

***Ключевые слова:** подростковый возраст, эскапизм, нарушение социально-психологической адаптации.*

Современное российское общество сталкивается с множеством социальных вызовов, среди которых значимое место занимает проблема подросткового эскапизма – психологического ухода личности от реальности. Сложные социальные условия жизни, характеризующиеся высокими требованиями к успешности, размытостью ценностных ориентиров и ростом социальной напряжённости, способствуют значительному росту эскапистских настроений среди несовершеннолетних [1; 3].

В зарубежных и отечественных исследованиях эскапизм рассматривается как многомерный феномен. Согласно теории совладания со стрессом Р. Лазаруса

и С. Фолкман, эскапизм понимается как пассивная стратегия избегания [5]. Двойственная модель Ф. Стенсенга различает деструктивный тип, связанный с подавлением эмоций, и конструктивный тип, предполагающий расширение самосознания [8]. Теория самобегства объясняет эскапизм снижением уровня самоосознания для избавления от негативных эмоций при рассогласовании реального и идеального образа Я, что особенно актуально в подростковом возрасте [1; 6].

Среди отечественных исследователей, изучающих эскапизм и его связь с адаптацией, можно выделить Д.В. Балыкова, Е.В. Беловол, А.А. Кардапольцеву, О.В. Колотову, Т.Н. Савченко, О.И. Теславскую, И.Р. Сорокину, Д.Н. Глухова, а также зарубежных авторов – Р. Лазаруса, С. Фолкман, Ф. Стенсенга [1–4; 6–8].

О.В. Колотова рассматривает эскапизм как особую форму протестной активности личности, в рамках которой интеллектуализированная враждебность выступает значимым предиктором ухода от реальности [3; 4]. Автор подчёркивает, что подростковый эскапизм возникает вследствие рассогласования реальных и желаемых ценностных структур, а также неспособности индивида эффективно совладать с хроническим стрессом и фрустрацией [4].

Т.Н. Савченко и О.И. Теславская определяют эскапизм как уход личности от реальности в различные формы активности, замещающие непосредственное взаимодействие с миром [6]. Они выделяют несколько ключевых аспектов: эскапизм как бегство от себя (самоподавление), как диссоциация, как избегающий копинг-стиль, как стратегия ухода от конфликтов и как компенсаторное фантазирование. Разработанная ими методика позволяет измерить уровень эскапизма через шкалы неудовлетворённости и избегания, альтернативной социальной реальности и состояния потока [6].

Д.В. Балыков отмечает, что эскапизм представляет собой социально-культурное явление, вызванное чрезмерным стрессом или психическими отклонениями, которое проявляется в желании личности самоизолироваться и уйти в мир фантазий и иллюзий [1].

Е.В. Беловол и А.А. Кардапольцева вводят различие «хорошего» и «плохого» эскапизма на основе эмпирической верификации двойственной модели, показывая, что конструктивный эскапизм может выполнять временную психопрофилактическую функцию, а деструктивный ведёт к социальной дезадаптации [2].

И.Р. Сорокина и Д.Н. Глухов подчёркивают, что эскапизм представляет собой неконструктивный способ поведения, неосознанное возражение подростков против общепринятых норм и ценностей, которое проявляется в уходе от существующей социальной действительности в свою собственную реальность посредством отторжения или изоляции [7].

В работах К. Роджерса и Р. Даймонда социально-психологическая адаптация включает шкалу «склонность к уходу от проблем», которая напрямую измеряет эскапистские тенденции в структуре адаптации [6; 7].

В целом проведённый анализ литературы показал, что проблеме влияния социально-психологической адаптации на эскапизм подростков посвящено значительное количество исследований, однако остаются недостаточно изученными специфические механизмы связи дезадаптации с различными формами ухода от реальности. Полученные в настоящей работе данные позволяют частично восполнить этот пробел и подтвердить на эмпирическом уровне теоретические положения о роли социальной дезадаптации как значимого фактора риска формирования подросткового эскапизма [3; 6].

Эмпирическое исследование было посвящено изучению нарушения социально-психологической адаптации как фактора подросткового эскапизма.

На первом этапе исследования с помощью опросника социально-психологической адаптации К. Роджерса и Р. Даймонда были подобраны две группы респондентов подросткового возраста: социально адаптированные (11 человек, интегральный показатель социально-психологической адаптации 68% и выше) и социально неадаптированные (19 человек, интегральный показатель социально-психологической адаптации 49% и ниже). На втором этапе в данных группах изучались показатели склонности к эскапизму с помощью опросника уровня выра-

женности эскапизма О.И. Теславской и Т.Н. Савченко (шкалы: «Неудовлетворённость и избегание», «Альтернативная социальная реальность», «Состояние потока» и интегральный показатель). На третьем этапе были выявлены особенности и различия в склонности к эскапизму у социально адаптированных и социально неадаптированных подростков.

Результаты опросника социально-психологической адаптации К. Роджерса и Р. Даймонда (СПА) и опросника уровня выраженности эскапизма О.И. Теславской и Т.Н. Савченко представлены в таблице 1.

Таблица 1

Процентное распределение социально адаптированных и социально неадаптированных подростков по уровням выраженности показателей эскапизма

Показатели склонности к эскапизму	Группа подростков социально адаптированных(N=11)			Группа подростков социально неадаптированных(N=19)		
	Низкий уровень	Средний уровень	Высокий уровень	Низкий уровень	Средний уровень	Высокий уровень
Неудовлетворенность и избегание	64%	27%	9%	11%	42%	47%
Альтернативная социальная реальность	55%	36%	9%	16%	47%	37%
Состояние Потока	45%	46%	9%	32%	42%	26%
Интегральный показатель эскапизма	64%	36%	0%	16%	58%	26%

По данным, представленным в таблице 1, можно выявить следующие тенденции в выраженности склонности к эскапизму у социально адаптированных и социально неадаптированных подростков.

У социально неадаптированных подростков наблюдаются более высокие показатели склонности к эскапизму по сравнению со сверстниками из группы адаптированных. Так, высокий уровень по шкале «Неудовлетворенность и избегание» выражен у 47% социально неадаптированных подростков, тогда как в группе адаптированных данный показатель составляет лишь 9%. Высокий уровень по шкале «Альтернативная социальная реальность» также выше в группе неадапти-

рованных – 37% по сравнению с 9% у адаптированных. Интегральный показатель эскапизма (чрезмерный уровень) выявлен у 26% социально неадаптированных подростков, тогда как в группе адаптированных высокий уровень полностью отсутствует (0%).

Анализ результатов методики измерения уровня выраженности эскапизма показывает, что у социально адаптированных подростков высокий уровень эскапизма полностью отсутствует (0%), при этом преобладает низкий уровень (64%). В группе социально неадаптированных подростков, напротив, высокий уровень эскапизма выявлен у 26% подростков, средний – у 58%, а низкий уровень отмечается лишь у 16%. Полученные данные позволяют рассматривать социальную дезадаптацию как значимый фактор риска формирования склонности к эскапизму. Таким образом, у социально неадаптированных подростков значительно чаще формируется выраженная и устойчивая склонность к уходу от реальности, что согласуется с результатами теоретического анализа.

Таким образом, в результате проведенного исследования можно сделать вывод о том, что нарушение социально-психологической адаптации, проявляющееся в эмоциональном дискомфорте, низком самопринятии и непринятии других, способствует увеличению уровня эскапизма среди подростков. Подростки с низким уровнем социально-психологической адаптированности имеют более высокую склонность к эскапизму по сравнению с их социально адаптированными сверстниками.

Список литературы

1. Балыков Д.В. Эскапизм как психологический феномен / Д.В. Балыков // Вестник Ульяновского государственного технического университета. – 2019. – №1 (85). – С. 17–20. EDN TVIGYI
2. Беловол Е.В. Эскапизм «хороший» и эскапизм «плохой»: эмпирическая верификация модели / Е.В. Беловол, А.А. Кардапольцева // Прикладная юридическая психология. – 2018. – №4 (45). – С. 38–48. – URL: <https://vestnik.astu.org/temp/b83c9b8ccdb44e131d3f4b7a2d904dc6.pdf> (дата обращения: 10.06.2026). EDN YTCNPF

3. Колотова О.В. Вклад враждебности и референтности в зарождение подросткового эскапизма как процесса самоопределения личности / О.В. Колотова // Психологическая наука и образование. – 2019. – №2. – С. 34–42. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/vklad-vrazhdebnosti-i-referentnosti-v-zarozhdenie-podrostkovogo-eskapizma-kak-protssessa-samoopredeleniya-lichnosti> (дата обращения: 10.06.2026).

4. Колотова О.В. Эскапизм: неконструктивные пути личностного самоопределения подростков / О.В. Колотова // Вестник Балтийского федерального университета им. И. Канта. Серия: Филология, педагогика, психология. – 2021. – №1. – С. 106–117. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/eskapizm-nekonstruktivnye-puti-lichnostnogo-samoopredeleniya-podrostkov> (дата обращения: 10.06.2026). EDN IJQXNL

5. Лазарус Р. Стресс, оценка и совладание / Р. Лазарус, С. Фолкман; пер. с англ. – М.: Психология, 1984. – 218 с.

6. Савченко Т.Н. Уход от реальности (эскапизм): отечественные и зарубежные психологические подходы к определению понятия / Т.Н. Савченко, О.И. Теславская // Разработка понятий современной психологии: сборник научных статей. – 2021. – С. 672–702. DOI 10.38098/thry_21_0439_22. EDN SBVHMW

7. Сорокина И.Р. Специфика профилактики эскапизма в подростковой среде / И.Р. Сорокина, Д.Н. Глухов // Психолого-педагогические исследования. – 2020. – №3. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/spetsifika-profilaktiki-eskapizma-v-podrostkovoy-srede-v-usloviyah-obshcheobrazovatelnoy-shkoly> (дата обращения: 10.06.2026).

8. Are there two types of escapism? Exploring a dualistic model of escapism in gaming and online streaming / F. Stenseng, C.J. Falcon, B.W. Hygen, W. Nilsen. // Psychology of Popular Media. – 2021. – Vol. 10. – No. 4. – P. 456–468.