

життєвими викликами, демонструють вищий рівень психологічного благополуччя й зберігають психічну стійкість у мінливих соціальних умовах.

References

1. Huliaieva O. V. (2015) Do problemy vyznachennia psykholohichnoho zmistu poniattia «psykholohichnoho blahopoluchchia». Visnyk Kharkivskoho natsionalnoho universytetu imeni V.N. Karazina. Seriiia «Psykhologiiia». № 1150. S. 34 – 39.
2. Dovhan N. (2022) Nadzvychaini sytuatsii i psykholohichne blahopoluchchia: indykatory stanu. Problemy politychnoi psykholohii. T. 26. URL: <https://doi.org/10.33120/popp-vol26-year2022-116> (datazvernennia: 11.04.2024).
3. Dorosh I.M. (2020) Resursy osobystosti yak chynnyk stresostiikosti derzhavnykh sluzhbovtziv. Visnyk natsionalnoho universytetu “Lvivska politehnika”. Seriiia “Problemy ekonomiky ta upravlinnia” № 2(8), S.42-49.
4. Dumenko, M. V. (2024) Stresostiikist yak skladova psykholohichnoho blahopoluchchia osobystosti. Psykholohichni ta pedahohichni problemy profesiinoi osvity ta patriotychnoho vykhovannia personalu systemy MVS Ukrainy: materialy Vseukr. nauk.-prakt. konf. Vinnytsia: KhNUVS, S. 249–251.
5. Kokun O. M. (2004) Optyimizatsiia adaptatsiinykh mozhlyvostei liudyny: psykhofiziologichnyi aspekt zabezpechennia diialnosti: Monohrafiia. Kyiv. Milenium. 265 s.

DOI 10.70286/ISU-03.12.2025.008

ЕСКАПІЗМ У СУЧАСНОМУ УКРАЇНСЬКОМУ СУСПІЛЬСТВІ

Музиря Аліна Андріївна

здобувачка вищої освіти магістерського рівня

Дніпровський національний університет імені Олеся Гончара, Україна

Анотація

У статті розглянуто феномен ескапізму в контексті сучасного українського суспільства, що перебуває в умовах тривалого повномасштабного воєнного вторгнення. Постійний стрес, втрата почуття безпеки та невизначеність майбутнього формують сприятливі передумови для зростання ескапістських практик серед різних вікових груп, зокрема молоді. Проаналізовано основні підходи до визначення та класифікації ескапізму, зокрема його трактування як форми психологічного захисту, інструменту адаптації або прояву відчуження. Особливу увагу приділено ролі віртуальної реальності, онлайн-активності та феномену слактивізму як сучасних форм ескапістської поведінки. Зроблено висновок про амбівалентний характер ескапізму, який може бути як адаптивним ресурсом, так і деструктивним чинником соціальної ізоляції.

Основний текст

Вже три роки українці, вимушені жити в умовах повномасштабного вторгнення росії на власну державу. Щодня, вони стикаються з такими явищами як: пуски ракет та ударних БПЛА, шахедами, артилерійськими обстрілами, звуками сирен, перебуванням в укриттях, смертю близьких та незнайомців, знищенням домівок. Війна повпливала абсолютно на всі сфери життя, завдаючи непоправної шкоди, у тому числі психічному здоров'ю.

Травмуючі події спричиняють неабиякий стрес людини, і реакцію та наслідки на них, досить складно передбачити. Тому збереження психічного здоров'я є надзвичайно актуальним питанням в умовах сьогодення. Статистика Всесвітньої організації охорони здоров'я свідчить, що через збройні конфлікти у світі близько 10% людей, які пережили воєнні події, матимуть у подальшому серйозні проблеми з психічним здоров'ям, ще в 10% людей спостерігатимуться поведінкові зміни, які заважатимуть раціональному та ефективному функціонуванню в соціумі [1].

Наслідки війни для психічного здоров'я українців стануть об'єктом подальших більш глибоких наукових досліджень, проте вже сьогодні можна стверджувати, що одними з найпоширеніших негативних проявів, що з'явилися в ході війни, є тривога, депресія, проблеми зі сном. У таких обставинах психіка шукає способи тимчасово знизити емоційне напруження і ескапізм виступає, як механізм психологічного захисту, спосіб дистанціюватися від жорстокої реальності.

Наразі, феномен ескапізму, у психології, ще не отримав достатньо широкого та системного опрацювання. Водночас у філософській, соціально-психологічній і культурологічній літературі неодноразово порушуються проблеми, тісно пов'язані з цим явищем. Термін *escape* з англійської мови перекладається як «втеча», «порятунок», «звільнення» чи «ухилення». Поширення терміна у розпочалося у 1930-х і пов'язане з літературною критикою, хоча саме поняття «література втечі» («*escape literature*») та відповідна література виникли значно раніше. В подальшому, він перекочував, політику, культуру, історичну та мистецтво. Втім, за рідкісними винятками, ескапізм розглядався з негативної точки зору. Винятковим прикладом осмислення ескапізму є есе Дж. Р. Р. Толкіна «Про чарівні казки», де автор подає його як цілком виправданий спосіб «втечі» від сучасності у світ літератури та вважає це подвигом. Він виділяє три основні аспекти подібного «визволення»: по-перше, це втеча від потворності сучасної цивілізації, по-друге, від нещастя світу, по-третє, «Велика Втеча — Утеча від Смерті» [3]. Серед праць, присвячених проблемі ескапізму, важливу роль посідає Е. Еванс, який визначає його як «відхід від дійсності, за якого раціональне сприйняття заміщується розвагами або уявними ситуаціями та діями». Він також характеризує ескапізм як тимчасове усунення свідомості від сприйняття реальності — тенденцію уникати відповідальності, буденності та рутинних обов'язків, що проявляється через активність у сфері уяви [4].

У сучасній літературі є декілька підходів до класифікації ескапізму. Зокрема, С. Труфанова виокремлює два його типи — «м'який» та «жорсткий».

Перший розглядається як така форма поведінки, що спрямована на уникнення запропонованої суспільством активності, тоді як другий характеризується повним зануренням особистості в альтернативну реальність [12]. Іншу класифікаційну модель пропонують Н. Алієва та Є. Некрасова, які поділяють ескапізм за видами: 1. фізичний — втеча від міського середовища до тиші й спокою природи; 2. віртуальний — занурення у цифровий простір, інтернет-спільноти чи комп'ютерні ігри; 3. робочий — зосередження на професійній діяльності заради кар'єрного зростання або матеріальної вигоди; 4. творчий — відхід у мистецьку діяльність; 5. психотропний (наркотичний) — алкоголізація чи наркоманія; 6. релігійний — звернення до релігійних чи міфологічних систем для уникнення дійсності. [9] Д. Літинська пропонує ділити ескапізм на інструментальний та екзистенціальний. Інструментальний ескапізм виконує функцію адаптації в соціумі, тоді як екзистенціальний проявляється у свідомому дистанціюванні від інших людей та реальності в умовах втрати смислів [11].

Аналіз наукових підходів та класифікацій свідчить, що більшість зосереджені навколо ідеї втечі від реальності. Людина, стикаючись зі стресом, кризою або небажанням розв'язувати життєві труднощі, шукає можливість уникнути повсякденних проблем і зануритися в інший, привабливіший для неї світ. Тому ескапізм зазвичай інтерпретується як інструмент адаптації або, навпаки, відчуження; як форма соціальної девіації чи навіть прояв психологічних розладів.

У сучасних умовах широкого поширення набуває феномен віртуальної реальності, у швидкозмінному, нестабільному та інколи ворожому суспільстві, людині важко приймати реальність такою, якою вона є і завдяки поширенню цифрових технологій, їй досить легко «перемикатися» в альтернативний світ.

Молодь, у такі буремні часи, часто не має визначених довгострокових цілей або намагається повністю уникати їх формування, так як не впевнена у існуванні завтрашнього дня, і у тому, чи їх права та свободи дійсно захищені. У цьому контексті зростає явище слактивізму - виду онлайн-активності, що створює відчуття соціальної та політичної залученості без реальної дії. Слактивістські практики, такі як підписання петицій, участь у групах, поширення інформації, дають людині ілюзію причетності, але фактично не впливають на розв'язання соціальних проблем. Це явище розглядають як продукт віртуалізації суспільства. Одні дослідники наголошують, що він послаблює громадянську активність у реальному житті, інші, що сприяє поширенню інформації та формуванню суспільної уваги до проблем, хоча й переважно в онлайн-просторі.

Окремої уваги заслуговує аналіз причинно-наслідкового зв'язку між втратою почуття контролю та ескапізмом. В умовах війни, коли планування майбутнього стає неможливим, а безпека — ілюзорною, віртуальні світи (ігри, література, серіали) пропонують альтернативу: структуровану реальність із чіткими правилами та передбачуваним сюжетом. Таким чином, ескапізм виступає компенсаторним механізмом, що дозволяє психіці тимчасово повернути відчуття суб'єктності, яке пригнічується непередбачуваністю

воєнних дій. Проте, існує тонка межа між "перезавантаженням" психіки (адаптивний ескапізм), яке необхідне для відновлення ресурсу, та деструктивним відчуженням, що веде до втрати зв'язку з соціумом та феномену "внутрішньої еміграції".

Висновки

Ескапізм є закономірною реакцією психіки на надмірне стресове навантаження, яке переживають українці через воєнні дії, втрату безпеки, руйнування звичного життя та неможливість прогнозування майбутнього. Аналіз наукових праць показує, що множинність підходів до класифікації ескапізму від короточасної адаптивної втечі до повного занурення в альтернативну реальність. Віртуальна реальність, цифрові технології суттєво посилюють ескапістські тенденції. Наразі втрата відчуття контролю під час війни є ключовою детермінантою ескапізму, для українців. Феномен слактивізму демонструє прагнення людини зберегти відчуття причетності, навіть коли вона не може вплинути на хід речей. З усього випливає, що ескапізм має подвійний характер, він може виконувати функцію психологічного захисту й відновлення ресурсу, але у випадку надмірного використання, перетворюється на деструктивну втечу, що спричиняє ізоляцію, зниження активності та формування стану «внутрішньої еміграції». В умовах війни особливо важливо розмежовувати корисні та небезпечні прояви ескапізму та розробляти комплексні програми підтримки психічного здоров'я населення, які враховують поширені механізми психологічного захисту.

Список використаних джерел

1. Всесвітня організація охорони здоров'я : [веб-сайт]. URL: <https://www.who.int/> (дата звернення: 20.02.2023).
2. Котлова Л. О., Долінчук І. О., Ілющенко І. О. Психічне здоров'я молоді в умовах воєнного стану [Mental Health for Younger People in Conditions of War Time] // Психологічні науки. – 2023. – Вип. 53. – С. 10. – УДК 159.9. – DOI: <https://doi.org/10.32782/2663-5208>
3. Tolkien on Fairy-stories: Expanded Edition, with Commentary and Notes//
4. Harper Collins Publishers; UK, 2008.
5. 4.Evans A. This Virtual Life : Escapism and Simulation in Our Media World//
6. London : Fusion Press UK,2001. — 275p.
7. 5.Warmelink H., Harteveld C., Mayer I. Press Enter or Escape to play: De-
8. constructing escapism in multiplayer gaming //Proceedings of DiGRA. – 2009. P.5
9. Sudzina F., Razmerita L. Escapist Motives for Playing On-Line Games: Pre-
10. liminary Results from an Exploratory Survey //25th Bled eConference eDependability: Reliable and Trustworthy eStructures, eProcesses, eOperations and eSer-
11. vices for the Future. – 2012. – P. 507.
12. Henning B., Vorderer P. Psychological escapism: Predicting the amount
13. of television viewing by need for cognition //Journal of Communication. – 2001.
14. Vol. 51. – №. 1. – P. 117

15. Tuan Y.-F. Escapism / Y.-F. Tuan. — Baltimore : The Johns Hopkins University Press, 1998. — 245 p.
16. Алиева Н. З. Эскапистское мировоззрение и идентичность человека / Н. З. Алиева, Е. Г. Некрасова // Современные проблемы науки и образования. — 2013. — №6. — С. 6
17. Башарова Е. А. Эскапизм: новые подходы к исследованию / Е. А. Башарова // Вестн. Ивановск. гос. ун-та. Сер.: «Гуманитарные науки. Философия». — 2014. — Вып. 2 (14). — С. 71–76.
18. Литинская Д. Г. Типы современного эскапизма и феномен экзистенциального эскапизма / Д. Г. Литинская // Вестн. Ярославск. пед. ун-та. Сер.: Гуманитарные науки. — 2012. — Т. 1. — № 1. — С. 308—311.
19. Труфанова Е. О. Эскапизм и эскапистское сознание: к определению понятий / Е. О. Труфанова // Философия и культура. — 2012. — № 3. — С. 96–107.

ОСОБИСТІСНІ ХАРАКТЕРИСТИКИ УЧАСНИКІВ БІЗНЕС-КОМУНІКАЦІЇ ЯК ПЕРЕДУМОВА КОНСТРУКТИВНОЇ ВЗАЄМОДІЇ

Шабаш Павло Петрович

здобувач II (магістерського) рівня вищої освіти
Навчально-наукового Київського інституту водного транспорту імені
гетьмана Петра Конашевича-Сагайдачного
Національний транспортний університет

Особистісні характеристики учасників бізнес-комунікації функціонують як складні, багаторівневі та динамічні психічні утворення, що не зводяться до окремих рис чи поведінкових тенденцій, а проявляються у цілісних системах психологічних диспозицій, які визначають потенційні можливості суб'єкта щодо ефективної взаємодії у середовищах підвищеної соціальної насиченості. Вони проявляються у тонких внутрішніх механізмах, завдяки яким людина перетворює зовнішні сигнали на зрозумілі для себе когнітивні конструкції, вибудовує ієрархію значущості інформації та регулює поведінку відповідно до мінливих вимог комунікативної ситуації. Сама здатність до інтерпретації інформаційних стимулів визначається тим, наскільки гнучкими є когнітивні схеми особистості: у діловому середовищі вони можуть або полегшувати точне розпізнавання намірів партнерів, або, навпаки, спотворювати перцептивні процеси, якщо суб'єкт має ригідні або надмірно стереотипізовані уявлення про взаємодію. Швидкість обробки соціально значущих смислів є критичним показником, адже вона задає темп ділової комунікації: індивід із високою когнітивною швидкістю здатен миттєво інтегрувати вербальні та невербальні сигнали, прогнозувати можливі тактичні кроки співрозмовника й оперативно