

СТРУКТУРА ТА СТАДІЇ ФОРМУВАННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ЗАЛЕЖНОСТІ МОЛОДІ ВІД КОМП'ЮТЕРНИХ ІГОР

Останнім часом з'явилися дослідження, в галузі залежності від комп'ютерних ігор, зміст яких полягає в тому, щоб розглядати психологічні аспекти ігрової залежності за аналогією з психологічними аспектами наркотичної, алкогольної та інших "традиційних" залежностей. Проведення таких аналогій досить звично з точки зору наукового дослідження ігрової залежності, оскільки у випадку підтвердження еквівалентності цих видів залежностей буде можливим спроекціювати весь обсяг знань, накопичуваних в області "традиційних" видів залежностей, на залежність від комп'ютерних ігор. Однак слід зауважити, що багато не все "стикується" в порівнянні цих видів залежностей.

Достовірно очевидним є той факт, що кількість наркотичної залежності збільшується із впливом часу, іншими словами, за відсутністю спеціального терапевтичного впливу на людину, його психологічна залежність від наркотичних речовин постійно збільшується. Такий факт як самовільне зменшення кількості наркозалежності чи її повне зникнення можливо розглядати як рідке виключення з загальних правил, зумовлене, швидше, індивідуальними особливостями людини, ніж механізмами самої залежності.

З початку збільшення йде етап адаптації – людина "входить до смаку". Далі настає період різкого зросту, швидкого формування залежності. У результаті зростання, величина залежності сягає точки максимуму, положення якої залежить від індивідуальних особливостей і середовищних факторів. Далі сила залежності на якийсь час залишається стійкою, а потім іде на спад та знову вже фіксується на певному рівневі та залишається стійкою в межах тривалого часу.

Зменшення ступеня залежності може буди пов'язаним з різними фактами. Самі гравці оцінюють цей щось, пов'язане з процесом дозрівання, становлення як особистості, збільшення освітнього рівня та життєвого досвіду. Більшість цих досвідчених гравців стверджують, що разом з дорослішанням настає перелом, переоцінка цінностей. Як можна зрозуміти з їхніх слів, комп'ютер допоміг їм протиставити зовнішній світ, де "все дозволене", реальному, в якому живуть інші люди, де є норми, закони та мораль, в якому доведеться жити й працювати їм самим. Однак цікавим є той факт, що навіть після уяви практичної безкорисності ігрової діяльності людина не може повністю відмовитися від неї, що свідчить на користь досить високої стійкості психологічної залежності від комп'ютерних ігор, хоча її "глибина" та сила впливу на людину після проходження "кризи" вже не так суттєві.

Таким чином ми можемо порівняти механізм формування наркотичної та ігрової залежності тільки на певних стадіях. Період свого повернення та стан стійкості, ігрова залежність за своїми психологічними аспектами досить близькі до наркотичної. Однак, у випадку з ігровою залежністю, за кризою настає спад, що ніяк не позначається на динаміці наркозалежності.

На підставі запропонованої динаміки ігрової залежності можна виділити чотири стадії розвитку психологічної залежності від комп'ютерних ігор, кожна з яких має свою специфіку. Відповідно до цього аспекту нагадаємо, що всі теоретичні викладки припадають на вивчення ролевих комп'ютерних ігор, однак здатність їх поширення на інші ігри та види комп'ютерної діяльності є не виключеною.

Стадія легкої захопленості. Після того як особа один або декілька разів пограла в рольову комп'ютерну гру, вона починає "відчувати смак", їй починає подобатись комп'ютерна графіка, звук, сам факт імітації реального життя або фантастичних сюжетів. Хтось усе життя мріяв постріляти з ручного кулемета, хтось посидіти за кермом "Феррарі" або за штурвалом бойового винищувача. Комп'ютер дозволяє людині з досить великою недбалістю до реальності відчувати ці моменти. Починає реалізовуватися потреба в прийнятті ролі. Людина отримує насолоду, грає в комп'ютерну гру, що супроводжується позитивними емоціями. Природа людини така, що вона бажає повторювати дії, за яких отримують насолоду, які здатні задовольнити її. Унаслідок цього людина починає грати вже не випадковим чином, коли опинилася за комп'ютером, прагнення до ігрової діяльності приймає неабияку цілеспрямованість. Однак специфіка цієї стадії полягає в тому, що гра в комп'ютерні ігри носить швидше за все ситуативний, ніж систематичний характер. Стійка потреба в грі на цій стадії не сформована як гра не є значимою цінністю для людини.

Стадія захоплення. Фактором, який свідчить про перехід людини на дану стадію формування залежності є поява в ієрархії потреб нової – гра в комп'ютерні ігри. В реалії нова потреба лише загально окреслюється нами як потреба в комп'ютерній грі. В реальному житті структура потреби більш складною, її справжня природа залежить від індивідуально-психологічних особливостей самої людини. Іншими словами, прагнення до гри – це, швидше мотивація, детермінація потреби уникнення реалій і набуття ролі. Гра в комп'ютерні ігри на даному етапі набуває систематичного характеру. Якщо людина не має постійного доступу до комп'ютера, іншими словами задоволення професії фруструється, настає досить активна дія по боротьбі з фруструючими обставинами.

Стадія залежності. За даними досліджень всього 10-14% гравців є заповзятливими, іншими словами – вони знаходяться на стадії психологічної залежності від комп'ютерних ігор [3].

Ця стадія характеризується не тільки здвигом потреби в грі на нижчий рівень піраміди потреб, але й іншими, не менш важливими, змінами оціночно-сислової у сфері особистості. За даними А.Г. Шмелева виникає інтернаціоналізація локусу контролю, зміни самооцінки [1]. Залежність може оформлюватись в одній з двох форм соціалізованих та індивідуалізованих. Соціалізована форма ігрової залежності відміняється підтриманням соціальних контактів соціумом (однак, і в основному з такими ж ігровими фанатами). Такі люди дуже люблять грати спільно, грати за допомогою комп'ютерних мереж один з одним. В основному ігрова мотивація носить змаганський характер [4]. Ця форма залежності менш згубна у своєму впливі на психіку людини, ніж індивідуалізована форма. Різниця полягає в тому, що людина не відривається від соціуму, не відходить "в себе"; соціальне середовище хоча й складається з таких же фанатів, але, як правило, не дає людині змоги повністю відірватися від реальності, "відійти" у віртуальний світ і довести себе до психічних і соматичних порушень.

Для людей з індивідуальною формою залежності такі перспективи більш реальні. Це крайня форма залежності, коли

порушуються не тільки нормальні людські особливості світогляду, але і взаємодія з довколишнім світом. Порушується основна функція психіки – вона починає відображати не вплив об'єктивного світу, а віртуальну реальність. Такі люди часто грають поодиночі, потреба в грі знаходиться у них на одному рівні з базовими фізіологічними потребами, для них комп'ютерна гра – це свого роду наркотик. Якщо вони "не приймають дозу" то починають відчувати невдоволення, негативні емоції, впадають у депресію. Це клінічний випадок – психопатологія чи образ життя, який веде до патології. У зв'язку з цим, ми не будемо ретельно зупинятися на цьому, тому що це питання потребує окремого вивчення.

Стадія прив'язаності. Ця стадія характеризується зменшенням ігрової активності людини, зрушенням психологічного змісту особистості в цілому в сторону норми. Відносини з комп'ютером на цій стадії можна порівняти з не щільно, але міцно пришитим гудзиком. Таким чином людина "тримає дистанцію" з комп'ютером, однак повністю відірватися від психологічної прив'язаності до комп'ютерних ігор не може. Це найдовша з усіх стадій. Вона може тривати все життя, залежно від швидкості зменшення прив'язаності. Комп'ютерні ігри мають невелику історію, однак випадки повного зменшення залежності поодинокі. Людина може зупинитись у формуванні залежності на одній з попередніх стадій, тоді залежність зменшується швидше. Але якщо людина проходить всі три стадії розвитку психічної залежності від комп'ютерних ігор, то на даній стадії вона буде знаходитись тривалий час. Визначальним тут є факт, до якого ступеня пройде спад величини залежності після проходження максимуму. Чим спад сильніше, тим менше за часом буде зменшуватися залежність. Однак є підстави припустити, що повністю залежність не мине ніколи, але ми не можемо підтвердити це експериментально. Слід зауважити і той факт, як можливе короточасне зростання ігрової залежності унаслідок появи нових цікавих ігор. Після того, як гра "засвоюється" людиною, сила залежності повертається на початковий ступень.

Таким чином, розподіл процесу формування ігрової залежності на стадії є важливим кроком на шляху досліджуваного феномена кіберрадикації, оскільки означає типологізацію аддиктив, виходячи з їх фіксації на певно визначеній стадії залежності. Запропонований розподіл на стадії не претендує на повну відповідність критерію істинності, до того ж є доволі "сирим". Однак ми сподіваємося, що це буде сприяти основою для подальших наукових пошуків у цьому напрямку.

Що стосується вивчення ігрової залежності методом побудови аналогій з наркотичною залежністю, то треба вважати цей метод досить доречним та ефективним, оскільки аналогії дійсно мають місце бути. Однак при цьому переході необхідно враховувати специфіку ігрової залежності, пов'язану з неминучістю її невимушеного зменшення.

ЛИТЕРАТУРА

1. Фомичёва Ю.В. Психологические корреляты увлечённости компьютерными играми / Ю.В. Фомичёва, А.Г. Шмелев, I.В. Бурмистров // Вестник МГУ. Сер 14. Психология. – 1991. – №3. – С. 27-39.
2. Фромм Э. Бегство от свободы / Э. Фромм. – М., 1995.
3. Шапкин С.А. Компьютерная игра: новая область психологических исследований / С.А. Шапкин // Психологический журнал, 1999, том 20, №1, с 86-102.
4. Эльконин Д.Б. Психология игры / Д.Б. Эльконин. – М., 1978.
5. Юнг Н.В. Стратегії спілкування з підлітками, які мають відхилення у поведінці: наук.-практичн. рекомендації / Н.В. Юнг. – Одеса: ОНУ ім. І.І. Мечникова, 2007.

Подано до редакції 17.08.09