

## СТРУКТУРНІ КОМПОНЕНТИ ПСИХОЛОГІЧНОЇ СХИЛЬНОСТІ ДО ІГРОВОЇ

### КОМП'ЮТЕРНОЇ ЗАЛЕЖНОСТІ В ПУБЕРТАТІ

---

Проблема аддиктивної поведінки як однієї з форм поведінки девіантної є однією з найбільш актуальних в сучасній психології й педагогіці, вона турбує батьків, соціальних працівників, науковців, політиків, тому ще це не тільки особиста проблема тих, хто зіткнувся з нею, або хто досліджує цей феномен. Перш за все – це проблема майбутнього України, здоров'я її генофонду, тих, хто в подальшому буде розвивати авторитет нашої держави.

Ось чому необхідна розробка нового підходу в рішенні цієї проблеми і перш за все перенесення акценту з проблеми глобальної до проблеми підлітка, юнака, який психологічно схильний до формування аддиктивної поведінки або має певний досвід у цьому напрямку.

Ціллю цієї статті є виявлення передумов формування психологічної схильності підлітків до ігрової аддикції.

Найсильнішими предикторами ігрової залежності виступають як середовищні, так і психологічні фактори. Франсуаза Дольто [3] відзначає відсутність дозвілля, соціально схвалюваних розваг у суспільстві. Вона пише, що люди не знають, що їм робити зі своїми бажаннями, трансформуючи їх у потребу чогось, що повторюється, чим можна було б займатися, нічого не роблячи.

Суттєву роль у формуванні аддиктивної поведінки відіграють фактори внутрішні, психологічні.

Часто має місце поєднання аддиктивної поведінки зі стертими формами депресії. А.Є.Лічко, В.С.Бітенський вважають акцентуації та психопатії чинниками високого ризику [5].

Рольові комп'ютерні ігри – це ігри, в яких гравець приймає на себе роль комп'ютерного персонажа, тобто сама гра зобов'язує граючого виступати в ролі конкретного або уявного комп'ютерного героя. Тільки в комп'ютерній грі ми можемо спостерігати процес "входження" людини в цей процес, свого роду інтеграцію людини з комп'ютером, а в клінічних випадках – утрату індивідуальності й ототожнення себе з комп'ютерним персонажем. Рольові комп'ютерні ігри породжують якісно новий рівень психологічної залежності від комп'ютера. Унаслідок цього ролеві комп'ютерні ігри роблять істотний вплив на особистість людини: вирішуючи проблеми "порятунку людства" у віртуальному світі, людина набуває проблеми в реальному житті. Останнім часом намітилася тенденція у сфері ігрової залежності, суть якої полягає в тому, щоб розглядати психологічні аспекти ігрової залежності за аналогією з психологічними аспектами наркотичної, алкогольної та інших "традиційних" залежностей [4]. Проведення таких паралелей дуже зручне з погляду наукового дослідження ігрової залежності, оскільки, у разі підтвердження еквівалентності цих видів залежності, стане можливим спроектувати весь

обсяг знань, накопичених у сфері "традиційних" видів залежності, на залежність від комп'ютерних ігор.

За суб'єктивною думкою 80% опитуваних осіб, вони пройшли "пік" захопленості комп'ютерними іграми, проте продовжують захоплюватися ними в даний час [7]. Спочатку захоплення проходить етап свого роду адаптації, людина "входить у смак", потім настає період різкого зростання, швидкого формування залежності. В результаті зростання, величина залежності досягає деякої точки максимуму, положення якої залежить від індивідуальних особливостей особистості й середовищних чинників. Далі сила залежності на якийсь час залишається стійкою, а потім іде на спад і знову ж таки фіксується на певному рівневі й залишається стійкою протягом тривалого часу.

Зниження ступеню залежності може бути пов'язане з різними чинниками. Самі гравці розцінюють це як щось пов'язане з процесом дозрівання, становлення їх як особистостей, підвищенням освітнього рівня і життєвого досвіду. Проте цікавим є той факт, що навіть після усвідомлення практичної даремності ігрової діяльності, людина не може повністю відмовитися від неї, що говорить на користь досить високої стійкості психологічної залежності від комп'ютерних ігор, хоча її "глибина" і сила впливу на людину після проходження "кризи" вже не так істотні.

Таким чином ми можемо порівнювати механізм формування наркотичної та ігрової залежності тільки на певних стадіях. У період свого зростання і стану стійкості ігрова залежність за своїми психологічними показниками дуже близька до наркотичної. Проте, у

випадку з ігровою залежністю, за кризою настає спад, що ніяк не властиве 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:

1. *Стадія легкої захопленості.* Після того, як людина один або кілька разів пограла в ролеву комп'ютерну гру, вона починає "відчувати смак", її починає подобатися комп'ютерна графіка, звук, сам факт імітації реального життя або якихось фантастичних сюжетів. Стійка, постійна потреба у грі на цій стадії ще не сформована, гра не є значущою цінністю для людини.

2. *Стадія захопленості.* Чинником, що свідчить про перехід людини на цю стадію формування залежності є поява в ієрархії потреб нової потреби - гра в комп'ютерні ігри. Насправді нова потреба лише узагальнено позначається нами як потреба в комп'ютерній грі. Її структура набагато складніша, а істинна природа залежить від індивідуально-психологічних особливостей самої особистості.

3. *Стадія залежності.* Ця стадія характеризується не тільки зрушенням потреби в грі на нижній рівень піраміди потреб, але й іншими, не менш серйозними змінами - в ціннісно-смысловій сфері особистості.

4. *Стадія прихильності.* Ця стадія характеризується згасанням ігрової активності людини, зрушенням психологічного змісту особистості в цілому в бік норми. Відносини людини з комп'ютером на цій стадії можна порівняти з не щільно, але міцно пришитим гудзиком. Тобто

людина "тримає дистанцію" з комп'ютером, проте повністю відірватися від психологічної прихильності до комп'ютерних ігор не може. Це найтриваліша з усіх стадій - вона може тривати все життя, залежно від швидкості згасання прихильності [3; 8].

Виходячи з перелічених форм залежності, ми припустили, що підлітки, психологічно схильні до зловживання комп'ютерними іграми, характеризуються специфічним набором особистісних властивостей.

Ці властивості, як нам здається, узяті окремо, можуть бути взаємовиключними, але в комплексі складають психологічний портрет підлітка – ігрового аддикта. Цей різновид аддикції можна навіть назвати специфічно підлітковим, транзиторним, оскільки перше залучення до комп'ютера і перший інтерес до нього починається в препубертатному періоді (приблизно в 9 років).

Проте, не всі діти потрапляють у дану залежність. За Л.С.Виготським соціальна ситуація обов'язково накладається на певний тип психіки [спочатку провокуючий аддикцію або стійкий (індиферентний) до неї].

Як основні блоки ми виділили наступні характеристики:

1. Соромливість, яка, на думку Ф.Зімбардо, є дуже розпливчатию і багатовимірним поняттям.

Проте ми в контексті нашої теми розглядаємо соромливість за Ф.Зімбардо, як рису, пов'язану з прагненням уникати спілкування або ухилятися від соціальних контактів з тих або інших причин. Соромливі люди володіють меншою екстравертованістю, слабкішим контролем поведінки в ситуаціях соціальної взаємодії і більш

стурбовані взаємостосунками з оточуючими. Це співпадає з концепцією аддиктивної особистості, основною загальною характеристикою якої є складнощі з вольовою поведінкою.

За допомогою методики Н.Н. Обозова ми досліджували групу підлітків, що надмірно захоплюються комп'ютерними іграми, на предмет особливостей прояву їх соромливості як стійкої характеристики. Випробовувані з низьким рівнем соромливості склали 25 %; з помірним – 40%; з високим – 35 %.

Після тестування (а точніше, з урахуванням результатів тестування) нами була проведена бесіда з підлітками, що показали помірний і високий рівні соромливості.

Діти відзначили, що їм простіше і легше спілкуватися з молодшими і менш компетентними дітьми, ніж з дорослими і компетентнішими однолітками.

Це примусило нас припустити, що соромливість пов'язана з низькою самооцінкою і низьким рівнем домагань, а нетовариськість і зануреність у себе – є всього лише наслідком соціального явища.

Під час бесіди виділені діти трималися декілька відособлено, самі розмову не підтримували – спостерігалася виснаженість бесіди. Під час розмови вони вели себе ніяково, немов намагалися піти з центру уваги, говорили все тихіше і тихіше, свою думку майже не виказували. Проте, ми помітили виражене в них уміння слухати співбесідника. На наше питання «У спілкуванні з ким ви відчуваєте себе найвпевненіше» на однолітків протилежної статі вказало тільки 8% дітей.

2. Наступним кроком у спробі складання психологічного портрета підлітка – ігрового аддикта була діагностика рівня тривожності.

Ми традиційно взяли методика Ч.Спілбергера за визначенням рівня особової тривожності. У групі випробовуваних низький рівень тривожності був відсутній (0%); помірний рівень складав 55%; а високий – 45%.

Як відомо, тривожні діти підліткового віку зазнають труднощів при виконанні завдань на вербальний інтелект. При невербальному інтелекті залежність зворотна: чим вищий рівень тривожності, тим краще виконуються відповідні задачі. Мабуть, саме цим можна пояснити сильну залежність тривожних дітей від комп'ютерних ігор (і до речі, високий рівень оволодіння ними).

При співвідношенні двох профілів (соромливість і тривожність) ми спостерігали цікаву тенденцію: вони майже ідентичні, – у наших випробовуваних при загальній тенденції тривожність набагато перевищує соромливість, чим і пояснюється потреба у спілкуванні і одночасне невміння або страх під час комунікації.

3. Проте, оскільки будь-яка аддикція (а ігрова в першу чергу) це все-таки компенсація бракуючих, але дуже бажаних, соціально привабливих, референтних у підлітковому середовищі якостей, третім показником, який доповнює психологічний портрет підлітка-аддикта, став показник соціальної сміливості, що є фрагментом опитувальника Р.Кеттела (фактор Н).

Діти з низьким рівнем соціальної сміливості склали 60%; з помірним – 40%; з високим – 10%.

Отримані результати підтверджують наше припущення, що психологічна залежність від комп'ютерних ігор є компенсацією соціальної сміливості й активності. Зовні це може виявлятися гіперкомпенсаторно – у вигляді псевдосміливості. Тобто, наші випробовувані в небезпечних ситуаціях бадьоряться, приймають (або намагаються прийняти) бадьорий вигляд, прагнучи здаватися собі сміливими, насправді не будучи такими.

У 10% аддиктів з високим показником рівня соціальної сміливості це виявляється у вигляді бравади, тобто в зневазі безпекою ради показної хоробрості.

Таким чином, узагальнивши результати, ми можемо сказати, що підлітки, психологічно залежні від комп'ютерних ігор, володіють високим рівнем соромливості, тривожності й низьким рівнем соціальної сміливості.

Помірний і високий рівні соціальної сміливості (30% і 10% відповідно), на наш погляд, свідчать швидше про схильність до бравади або рішучості, як різновиди вольової поведінки, коли людина невпевнена в результаті задуманого або щодо правильності схвалюваного рішення. В основі рішучості лежить вольове зусилля, спрямоване на подолання наявних сумнівів, припинення коливань.

Соромливість, діагностована у підлітків-ігрових аддиктів, сприяє подальшій соціальній ізоляції і тим самим повністю або частково позбавляє їх радості спілкування і соціальної (емоційної) підтримки. Крім того, соромливий підліток виявляється уразливим у стресових ситуаціях через нерозвиненість навичок соціальної взаємодії, що ще

більше підсилює психологічну залежність від комп'ютерних ігор.

Крім того, висока соромливість не дозволяє довколишнім гідно оцінити ті позитивні якості, які є в підлітка, у тому числі й високо розвинені якості комп'ютерного користувача.

Соромливість підсилює тривожність, відчуття ізоляції, утримує підлітка від прагнення обстоювати свою думку, захищати свої права.

## ЛІТЕРАТУРА

1. *Баярд Д., Баярд Р.* Ваш беспокойный подросток. – М., 1992.

2. *Бефани А.А.* Психическое здоровье как проявление личностной зрелости // Наука і освіта. / Спецвипуск: Психологія особистості: досвід минулого – погляд у майбутнє. – 2004. – №6-7. – С. 13-15.

3. *Дольто Франсуаза.* На стороне подростка. – СПб., 1997.

4. *Кулаков С.А.* Диагностика и психотерапия аддиктивного поведения у подростков. – М., 1998.

5. *Личко А.Е., Битенский В.С.* Подростковая наркология. – М., 1999.

6. Наш проблемный подросток: Учебное пособие. – СПб. – 1998.

7. *Ниссен Й.Ф.* Невидимый слон. - М. – 1998.

8. *Павелків В.Р.* Розробка комплексу методик психодіагностики відхиленої поведінки підлітків//Наука і освіта. / Спецвипуск: Психологія особистості: досвід минулого – погляд у майбутнє. – 2004. – № 6-7. – С. 197-199.

*Подано до редакції 1.11.06*

## **РЕЗЮМЕ**

В статье описываются главные факторы, провоцирующие психологическую зависимость от компьютерных игр в подростковом возрасте.

## **SUMMARY**

The article describes the main factors provoking psychological dependence on computer games in teen age.