

# ПРОБЛЕМА ИГРОВОЙ ЗАВИСИМОСТИ И ЕЕ ДИАГНОСТИКА У СТУДЕНТОВ И ШКОЛЬНИКОВ

Шашмурин А.А.

Екатеринбург, РГППУ, гр. ПСП-102

Руководитель: зав. кафедрой ФБ РГППУ Махнева С.Г

Начинают играть для развлечения, продолжают от скупости, а заканчивают тем, что игра становится страстью.

*Франсуа Поль де Брюэс*

Счастливейший из игроков тот, кто от игры только разорился.

*Мориц-Готлиб Сафир*

С каждым днём компьютеры, ноутбуки, планшеты всё больше проникают в нашу повседневную жизнь. Люди уже не представляют свою жизнь без компьютера и гаджетов. Они разучились работать без компьютера, отдыхать без компьютера и компьютерных игр. Широкое распространение во второй половине 20-го века игровых автоматов, игровых приставок, компьютеров и интернета и их всеобщая доступность явились, вероятно, пусковым механизмом распространения проблемы игровой зависимости в глобальных масштабах. Между тем проблема игровой зависимости (лудомания) – не нова. Биологи предполагают наличие у животных и человека особого биологического механизма, проявляющегося особенностями поведения, который способствует развитию игромании.

Согласно Международной классификации болезней 10-го пересмотра (МКБ 10) игроманию относят к болезням категории «Расстройства личности и поведения в зрелом возрасте» [7]. Эта категория включает ряд клинически значимых состояний, поведенческих типов, которые имеют тенденцию к устойчивости и являются выражением характеристик свойственного

индивидууму стиля жизни и способа отношения к себе и другим. Некоторые из этих состояний и типов поведения появляются рано в процессе индивидуального развития как результат влияния конституциональных факторов и социального опыта, в то время как другие приобретаются позднее. Однако в обществе до сих пор не сформировано единое мнение относительно отнесения игромании к болезням, навязчивым состояниям или пагубным привычкам. Сами игроманы больными людьми себя, как правило, не считают. Широкое распространение игровой зависимости, социальная значимость проблемы в силу утраты частью населения семейных, профессиональных и др. ценностей делают проблему актуальной для разностороннего изучения.

Целью нашего исследования было изучение литературных данных по проблеме игровой зависимости; выявление игровой зависимости у студентов, а также изучение взаимосвязи между игровой зависимостью и азартностью студентов и школьников.

#### **Объекты и методы исследования**

Объектами исследования были 68 человек, из них 37 – студенты-первокурсники Социального института РГППУ (направлений подготовки «Психолого-педагогическое образование», «Социальная работа» и «Физическая культура», 15 - ученики 9-го класса МОУ «СОШ № 29», 16 - ученики 9-го класса МОУ «СОШ № 10. Часть опрошенных (10) ответили некорректно на вопросы тестов и поэтому были исключены из обсуждения.

В работе был использован метод тестирования. Тестирование – метод психологического исследования, основанный на кратковременных, одинаковых для всех испытуемых заданиях, по результатам выполнения, которых определяется наличие и уровень развития определенных психологических качеств человека. Тесты на выявление игровой зависимости и азартности, используемые нами в работе, относятся к тестам-опросникам [9].

## Результаты и их обсуждение

Игровая зависимость — форма психологической зависимости, проявляющаяся в навязчивом увлечении видеоиграми и компьютерными играми [13]. С развитием компьютерных технологий растет количество людей, который в народе называют «компьютерными фанатами» или «геймерами» (от английского «game» — игра). Основной деятельностью этих людей является игра на компьютере, круг социальных контактов у них очень узок, вся другая деятельность направлена лишь на выживание, на удовлетворение физиологических потребностей, а главное — на удовлетворение потребности в игре на компьютере [4]. Известны случаи, когда слишком долгая игра приводила к фатальным последствиям. Так, в октябре 2005 года умерла от истощения китайская девочка после многосуточной игры в WorldofWarcraft. После этого в игре была проведена виртуальная церемония похорон [12].

Немецкие исследователи университета Charite провели эксперимент, в ходе которого группе из 20 человек показывали скриншоты из любимых игр. Их реакция оказалась сходной с той, что проявляют больные алкоголизмом и наркоманией, когда видят предмет своей патологической страсти. Исследования университета «NottinghamTrentUniversity» показали, что 12 % от контрольной группы из 7000 человек имеют признаки зависимости от онлайн-компьютерных игр. 19 % из 250 миллионов пользователей Facebook признались, что чувствуют сильную игровую зависимость. Некоторые авторы считают, что игровая зависимость возникает из-за онлайн-игр, и соответственно является разновидностью интернет-зависимости [14].

Наибольшую психическую опасность, по мнению психолога Иванова М. С., представляют собой ролевые игры, поскольку сама механика игры состоит во «вхождении» человека в игру, интеграции с компьютером, потере индивидуальности и отождествлении себя с компьютерным персонажем. Автор выделяет собственные критерии «вредных» ролевых игр: во-первых это сила эффекта погружения, а во-вторых отсутствие элемента азарта или

значительное уменьшение его значения. Считается, что зависимые геймеры нуждаются в психологической помощи, их проблемы — несложившаяся личная жизнь, неудовлетворенность собой, утрата смысла жизни и обычных человеческих ценностей. Появляются и другие трудности — сниженное настроение, самочувствие, активность; повышенный уровень тревожности и социальная дезадаптация [5].

В развитии компьютерной зависимости выделяют четыре стадии: первоначально происходит процесс адаптации (стадия легкой увлечённости), затем наступает период резкого роста, быстрого формирования зависимости (стадия увлечённости) [3]. В результате величина зависимости достигает максимума, положение которой зависит от индивидуальных особенностей личности и факторов среды (стадия зависимости). Далее сила зависимости на определенный промежуток времени остается устойчивой, а затем идет на спад и опять же фиксируется на определенном уровне и остается устойчивой в течение длительного времени (стадия привязанности). Основным фактором, определяющим зависимость, является невозможность полного отказа от компьютерных игр, несмотря на осознание бесполезности игрового процесса. Сам механизм состоит в «уходе от реальности» и «принятии роли», то есть обособление от реальных проблем и отождествление себя с вымышленными персонажами виртуальных миров [3].

По мнению врачей, игромания имеет множество негативных симптомов и последствий для детей, в частности игры являются причиной слабоумия, так как современные средства развлечений ведут к повышенной возбудимости нервной системы; повышают риск развития деменции; у детей повышают уровень депрессии, беспокойства и социофобии, снижение успеваемости [1; 2]; тормозят развитие воображения, образного мышления; препятствуют исследовательской деятельности детей, развитию способностей задавать вопрос «почему» и устанавливать причинно-следственные связи; способствуют поверхностному, безответственному отношению к жизни, к поступкам; учат насилию и жестокости, способствуют

развитию феномена десенсibilизации, и представлению о том, что насилие может быть единственным путем к успеху; способствует развитию эскапизма, бегства от действительности; препятствуют нормальной адаптации ребенка в реальной жизни, в частности, он хуже справляется с неожиданными ситуациями, трудностями, поскольку не учитывает необратимости последствий своих поступков [6]. При этом современные данные опровергают бытовавшую ранее точку зрения, что компьютерная аддикция чаще всего встречается у детей, социально или личностно неблагополучных, она может возникать и у вполне благополучных детей, хотя случаи детской зависимости сравнительно редки. Необходимо отметить, что игровая зависимость встречается у мальчиков и почти никогда не встречается у девочек.

В литературе отмечают также позитивное влияние компьютерных игр. Мультимедийные игры имеют позитивный развивающий и обучающий эффект, повышают результаты тестов интеллекта. По данным П.Гринфилд, существует устойчивая взаимосвязь между игровой практикой и тестовым интеллектом, причем рост происходит в основном за счет показателей невербального интеллекта. Компьютерные игры обучают действовать с помощью проб и ошибок, искать новые пути, благоприятствуют интуитивному мышлению, все более необходимому в мире, правила которого постоянно меняются и требуют большой профессиональной, географической и интеллектуальной мобильности» (Серж Тиссерон) [цит. по: 8]. Игры способствуют развитию концентрации и переключения внимания, способствуют повышению интереса к чтению. Компьютерные игры развивают ловкость, усидчивость и настойчивость. К.Керделлан, Г.Грезийон пишут по этому поводу, приводя слова психотерапевта, автора «дидактического» «Что делать с видеоиграми» Э.Э.Габриэль: «Даже в самом начале некоторым детям с трудом удастся справиться с собственными пальцами на клавиатуре, отдельно действовать обеими руками, ориентироваться в пространстве, подчинять собственные рефлексy и даже

понимать перипетии сценариев при всей их простоте». Чтобы преуспеть в видеоигре, необходимо «думать пальцами». «Ребенок, у которого проблемы, не играет, он ограничивается простыми манипуляциями». Игры обучают принципиально иному взаимодействию с техникой. Способствуют свободному переходу от одной тактики к другой и таким образом к использованию завтрашних машин без боязни угодить в западню» [цит. по: 8]. Игра позволяет детям экспериментировать в различных сферах социума. Компьютерные игры, как уже отмечалось, могут быть эффективно использованы для проведения игровой психотерапии, в том числе психотерапии эмоциональных и даже психомоторных проблем: «Обручи и мечи, – пишет Э.Э.Габриэль, – могут помочь выразиться лишь в физическом отношении, но с помощью видеоигр ребенок вовлекается в процесс в психическом отношении столь же полно, сколь и в физическом. Он может интерпретировать свой воображаемый мир и воплотить на экране монитора повседневную жизнь. Посредством игры можно театрализовать страх смерти или одиночества, инстинкт доминирования или соперничества» [6].

Таким образом, игровая увлеченность, как любая другая, имеет свои позитивные и негативные стороны. Уровень воздействия увлеченности на деятельность человека определяется степенью увлеченности и неспособностью человека противостоять ей, т.е. переходу ее в зависимость.

Основными симптомами, определяющими наличие игровой зависимости, можно считать следующие: поглощенность, озабоченность игрой (воспоминания о прошлых играх, планирование будущих, мысли о том, как найти деньги на игру); ощущение эмоционального подъема во время работы с компьютером, взвинченность и возбуждение во время игры; нежелание отвлечься от игры с компьютером; переживания, тревоги или раздражения при необходимости остановить игру; использование игры как средства для того, чтобы избавиться от неприятных переживаний; попытки отыгаться после проигрыша, исправить ситуацию; ложь и попытки рационального оправдания своего поведения с целью скрыть истинную

степень своей вовлеченности в игру; забывание о домашних делах, обязанностях, учебе, встречах в ходе игры на компьютере, ухудшение отношений в учебном заведении, с родителями, с друзьями; одалживание денег у других лиц, чтобы приобрести новую игру; пренебрежение собственным здоровьем, гигиеной и сном в пользу проведения большего количества времени за компьютером. Если у человека есть четыре и более симптомов, это ему явно нужна помощь [11].

Игровую зависимость связывают в литературе с азартностью – постоянной необходимостью переживания азарта. Азарт определяют как эмоцию, связанная с предвосхищением успеха (не обязательно адекватного реальности) в чём-либо; часто связан со случаем, игрой, риском, опасностью [13].

Для достижения поставленной практической цели нами было проведено тестирование школьников и студентов. Были получены следующие результаты:

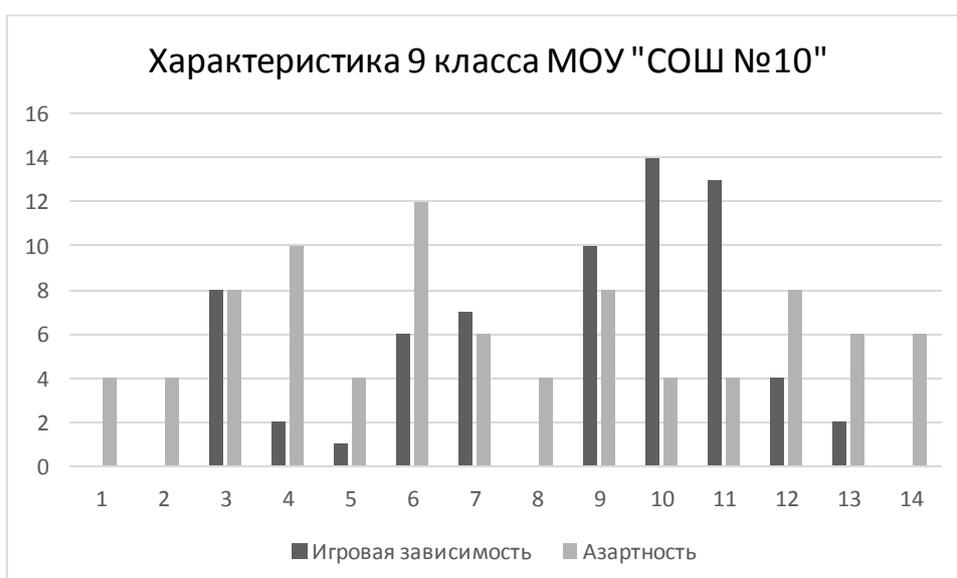
- 26% из опрошенных – азартные люди;
- 34% - имеют симптомы игровой зависимости;
- 33% - независимы от компьютерных игр, либо вообще в них не играют;
- 5% - не азартные люди;

Сравнительная характеристика студентов разных групп и школьников представлена в таблице. Установлено, средние показатели игровой зависимости и азартности не зависят от возраста и направления подготовки студентов вуза в изучаемом нами возрастном интервале.

Степень взаимосвязи между уровнем интернет-зависимости и азартности школьников и студентов определяли по коэффициенту корреляции, который составляет -0,073. Значение коэффициента корреляции свидетельствует об отсутствии связи между изучаемыми показателями.

## Уровень игровой зависимости и азартности школьников и студентов, балл

Направление подготовки, класс	Игровая зависимость	Азартность
«Физическая культура»	3	7
«Социальная работа»,	2	6
«Психология и социальная педагогика»	2	6
9 класс МОУ «СОШ №29»	2	6
9 класс МОУ «СОШ №10»	2	6



Таким образом, благодаря проведённому тестированию, мы получили следующие результаты. Уровень игровой зависимости студентов 1-го курса и

школьников 9-го класса не зависит от уровня азартности. Высокий уровень азартности (10 баллов и более) был выявлен у 26% студентов и школьников. Среди них лишь 20% респондентов имеют уровень игровой зависимости выше его критического значения (3 балла). Среднее значение уровня игровой зависимости в группе респондентов с высоким уровнем азартности составляет 1,87 балла, что в 1,8 раза ниже, чем значение уровня игровой зависимости у группы студентов и школьников, имеющих низкий балл по шкале азартности (3,3 балла). Вероятно, азартность человека юношеского возраста находит свое выражение в разнообразных формах активной деятельности и, в редких случаях, азартный человек полностью концентрируется лишь на компьютерной игре. Для подтверждения полученных результатов, а также более полного изучения данной проблемы мы планируем в дальнейшем провести исследования на большем числе респондентов с помощью большего числа тестов.

#### **Литература:**

1. Бажин П., Игровая зависимость под микроскопом, Игромания, 17.01.2011.
2. Бажин П., Игры становятся причиной слабоумия, Игромания, 14.10.2011.
3. Иванов М.С. Психологические аспекты негативного влияния игровой компьютерной зависимости на личность человека. Флогитсон, Flogiston.ru, 1999.
4. Иванов М.С. Формирование зависимости от ролевых компьютерных игр [<http://www.webcitation.org/65АНvYFNC>, Опубликовано: October 10, 2002. Дата обращения: 5.04.2014].
5. Иванов М.С. Формирование зависимости от ролевых компьютерных игр, Флогитсон, Flogiston.ru, 1999.
6. Керделлан К., Грезийон Г. Дети процессора. Как Интернет и видеоигры формируют завтрашних взрослых. Екатеринбург: У-Фактория, 2006. 272 с.

7. Международная классификация болезней 10-го пересмотра (МКБ 10) [<http://www.forens-med.ru/mkb.php>. дата обращения 15.05.2014]
8. Прихожан А.М. Влияние электронной информационной среды на развитие личности детей младшего школьного возраста [Электронный ресурс] // Психологические исследования: электрон. науч. журн. 2010. N 1(9). [URL: <http://psystudy.ru> (дата обращения: 03.04.2014). 0421000116/0002)].
9. Психологические тесты [<http://psylist.net>. Дата обращения: 4.02.2014].
10. Сборщикова К., Жизнь взаимы, 2012. [<http://www.f-dv.ru/articles/items/16.html>. Дата обращения: 4.04.2014.].
11. Чаплюк А., Правда об онлайн-зависимости. Игромания, 30.11.2006.
12. Шоломицкая К. Как победить компьютерную зависимость? 10 ноября 2011 года. [<http://www.happydoctor.ru/obzor-pressy/computer-addiction> Дата обращения: 4.04.2014.].
13. Электронный ресурс <http://ru.wikipedia.org>. Дата обращения: 4.04.2014.
14. Электронный ресурс <http://www.grodno-gkb3.by/news/930/>