

4. Урунтаева Т.А. Дошкольная психология: учеб. пособие. Москва 2000.

Г.В. Тарасов  
г. Екатеринбург, РГППУ

### **Компьютерные игры – «огненная вода» цивилизации**

Компьютерные игры – стремительно развивающаяся отрасль индустрии развлечений, новая область массовой культуры. Трудно найти сегодня человека, который не испробовал электронную игру хотя бы раз в своей жизни. Десятки, сотни новых красочных, увлекательных приключений, продаваемых повсеместно по сравнительно низкой цене, приобретают всё новых и новых поклонников. Для волнующего погружения в яркий, необычный мир требуется лишь наличие компьютера или телевизора с игровой приставкой и довольно поверхностное знание информатики. Постоянно увеличивается тираж периодических изданий, целиком посвящённых особенностям прохождения различных игр, новостям игровой индустрии. Возникают новые компьютерные игровые клубы. Количество людей, играющих постоянно, систематически, так называемых геймеров\*, неуклонно растёт. Некоторые российские социологи считают, однако, что тиражирование культуры при помощи модернизируемых технических средств приводит к снижению роли гуманистических принципов в жизни человека, понижению уровня понимания социокультурного произведения и превращения духовной культуры в индустрию массового сознания.

В связи с этим хотелось бы рассмотреть следующие вопросы:

1. Полезны или вредны компьютерные игры? Что это – новая вредная привычка или неизвестная ранее возможность расширения личностного горизонта?

2. Что происходит с психикой человека во время его погружения в виртуальную реальность игры?

3. Как и почему, при каких условиях возникает патологическое пристрастие к игре, психологическая зависимость от неё? Какие особенности имеет игровая зависимость? Какие факторы способствуют, а какие – препятствуют возникновению и развитию такой зависимости?

---

\* Геймер от англ. Gamer, человек, много времени посвящающий компьютерным играм, хорошо в них разбирающийся, имеющий свои предпочтения, любимые проекты.

4. Существуют ли компьютерные игры, которые развивают аналитические способности, эрудицию, память, воображение и другие свойства и качества личности? Может ли игра помочь человеку в его профессиональной деятельности? Помогает или мешает компьютерная игра постижению собственно информатики, computer science?

Как организовать свой досуг и досуг своих детей так, чтобы компьютерная игра гармонично сочеталась с другими развлечениями и источниками получения информации? Возможно ли это?

С одной стороны, хорошая компьютерная игра предоставляет возможность безопасно трансформировать, «сжечь» негативные эмоции, стимулирует воображение. Доставляет эстетическое наслаждение, тренирует мыслительные способности. С другой – при злоупотреблении ею возникает психическая зависимость, кругозор сужается, отсутствует время на книги, театр, общение. Как правило, в большинстве компьютерных игр для взрослых и подростков делается ставка на примитивные, тёмные инстинкты человека. Доминирование любой ценой, многочисленные убийства, постоянное насилие, лишь всё это, творимое на экране, помогает пройти игру до конца. Каждый год по всему миру на скамье подсудимых оказываются люди разного возраста, которые заявляют, что на реальное преступление их толкнула любимая компьютерная игра. Американский юрист из штата Флорида Джек Томпсон давно ведёт бескомпромиссную борьбу с игровой индустрией, считая, что электронные игры безусловно вредны. В России так же много непримиримых противников новой индустрии, например, автор журнальных статей, клеймящих игры Т. Думанский.

*Самонаблюдение:* после месяца интенсивной игры, занимавшей от двух до пяти часов в день, в проект компании «Rockstar Games» «GTA San Andreas», посвящённый криминальной карьере афроамериканца, прошедшего путь от рядового члена уличной банды до преступного авторитета (действие игры происходит в современной Северной Америке), смог в деталях, в подробностях представить себе американский большой город, американскую глубинку, получил общее представление о природе этой страны. Однако, выходя на улицу – ловил себя на том, что мысленно проигрываю сценки из «GTA», примеряя их на окружающую жизнь. Симулятор бандита и убийцы чуть было не перехватил управление моей жизнью, преобладали низкие, животные желания, эмоции огрубели.

Русский проект студии «Elemental Games» «Космические рейнджеры» заставил взять в руку ручку и бумагу, вспомнить школьный курс математики, физики. Добрый и умный юмор произвёл неизгладимое впечатление. Логические задачи доставили интеллектуальное наслаждение, заставили многое вспомнить и обдумать. Война живёт и в этой игре, но врагами являются не люди. На экране нет крови. Впрочем, никто не мешает выбрать карьеру пирата – при этом придётся грабить и убивать своих собратьев по расе...

Итак, очень сложно ответить на вопрос – полезна или вредна компьютерная игра.

Природа электронных развлечений двойственна – они и превращают человека на время в агрессивное аутистическое животное, и открывают ему путь к дальнейшему интеллектуальному и эстетическому развитию. Всё зависит от того, в какую игру, как, сколько играет человек. Система возрастных рейтингов, принятая в Европе и Америке, ограничивающая знакомство ребёнка с жестокостью, безусловно, должна быть развита и дополнена.

По результатам самонаблюдения можно отметить следующие *отрицательные моменты*: виртуальная реальность через 15-20 минут игрового процесса практически полностью затеняет реальность настоящую, остаются лишь инстинкт голода, жажды. Половой инстинкт во время игрового процесса подавлен.

Жизненные проблемы отходят на второй план, они забываются. Упрощённая, нарисованная вселенная понятна, легко доступна, приходит игровое ощущение своей значимости, значительности, силы, при этом трудозатраты для достижения игровой цели несопоставимы с таковыми в реальности.

Невротические проявления (при наличии психогении), синдром астении, раздражительная слабость сменяются ощущением полнокровной, насыщенной жизни. Правда, лишь в виртуальности. Для достижения нарисованного результата прилагаются нешуточные и совершенно реальные усилия.

Критическая точка: спустя 3-4 часа после начала игры уже всё реальное отходит на второй план, становится совершенно не важным. Сознание занимает только лишь игровой процесс. Мысль сконцентрирована на достижении заложенного разработчиками результата. Психика начинает отражать виртуальную реальность, как настоящую. Игра превращается в своего рода нар-

котик, опосредованно, через достижение промежуточных целей (выполнение квеста\*, прохождения уровня) стимулирует центры удовольствия, приносит ощущение социальной значимости.

*Положительные моменты*: воображение, подхлестнутое сочетанием любимой книги с фильмом, да ещё и возможностью принять во всём этом самое деятельное участие, выдаёт интересные образы.

Мозг на основе логических схем игры находит нестандартные решения реальных жизненных ситуаций. Алгоритмы выигрыша, стратегия победы дисциплинируют ум, приучают его к последовательности заключений. Логические загадки заставляют искать решение методом анализа всех возможных факторов и их сопоставления.

Некоторые игры являются настоящими произведениями искусства, они эстетически развивают человека. («Сибирь», «Freelancer»).

Стресс, мобилирующий наш организм в экстренных ситуациях, хорош не всегда. При длительном действии вызывающего стресс фактора (факторов) постепенно истощается нервная система, нарушается режим сна и бодрствования, в организме происходят гормональные сдвиги. Развивается состояние дистресса. Наличие неразрешённого внутреннего конфликта, накопление отрицательных эмоций в связи с повторяющимися неудачами при попытках достижения цели ведёт, при отсутствии гибкости, при нетворческом подходе к решению проблем, к постепенной астенизации личности. Возможно развитие настоящей психогении. Слабеет сила воли, уменьшается интерес к жизни, растёт замкнутость. Неумение вовремя отказаться от проблемы, которую не хватает сил разрешить, сделав всё, что можешь, ведёт к стремлению покинуть реальность. Книги жанра Fiction, телевизор, фильмы, рассчитанные на массового потребителя, регулярный просмотр ток-шоу, переедание, никотинизация, приём алкоголя – вот испытанные способы избежать осознания проблемы, уйти на время от жизни. На первое место в этом ряду претендуют компьютерные игры, сочетающие в себе и книгу, и фильм, и средство возбуждения нервной системы, и идеальное средство ухода от действительности. Именно поэтому люди со слабой волей, с неразрешёнными жизненными противоречиями, и чаще, обладающие богатым воображением, могут впасть в состояние психологической зависимости от ком-

---

\* Квест от англ. quest поиски, большая или маленькая, одно — или многомерная логическая задача в компьютерной игре.

пьютерной игры. Механизм её формирования большей частью основан на частично неосознаваемых стремлениях, потребностях: уход от реальности и принятие роли. Компьютерно-игровая зависимость отличается от курения, алкоголя, наркотиков и увлечения азартными играми тем, что в какой-то момент времени обязательно наступает насыщение компьютером. Далее субъект либо занимается им профессионально, либо компьютер предстаёт иметь столь значимое место в его жизни. Проблема лишь в том – не будет ли уже слишком поздно найти хорошую работу, получить достойное образование, создать семью. Единственный выход в данной ситуации – снова заинтересовать человека проблемами реальной жизни, ибо соблазн остаться в виртуальной реальности и побеждать там, быть хоть и нарисованным, а всё таки героем, полностью отождествить себя с персонажем любимой игры (а эта особенность – перенести своё имя, свою личность на экран компьютера – заложена в целом жанре игр, так называемых РПГ\*) слишком велик.

Существует огромное количество так называемых развивающих, детских игр, которые тренируют память, работают с воображением ребёнка, увеличивают эрудицию. Мир компьютерных игр, настройки, которые присутствуют в каждой из них, необходимость пользоваться манипулятором мышью постепенно формируют у человека навык работы на компьютере, необходимый теперь практически повсеместно.

Работа, связанная с выполнением набора повторяющихся операций (например – водитель штабелёра на складе) может быть сделана более эффективно, если работник регулярно «тренирует» моторику пальцев за клавиатурой компьютера во время прохождения любимой игры. Игры повышают степень зрительно-моторной координации. Однако подводный камень здесь состоит в следующем: не перестанет ли думать квалифицированный «нажиматель кнопок»? Для того, чтобы успешно пройти уровень в 3D – шутере\*, необходимо запоминать ключевые моменты и локации, иметь развитое пространственное мышление, обладать или вырабатывать у себя хорошую реак-

цию. Игры жанра RTS\* требуют разгадать, усвоить определённый логический алгоритм, который требуется для победы. Лихорадочное напряжение современной жизни, её бешеный ритм прекрасно соотносятся с динамикой большинства компьютерных игр. Привыкая молниеносно распределять своё внимание и время на экране компьютера, «держая» всё возрастающую нагрузку «стрелялки», человек привыкает реагировать быстро и в жизни, и даже начинает получать от этого удовольствие.

Компьютерные игры в настоящее время служат методической базой для психологических и социологических исследований. С.А. Шапкин, изучая воздействие компьютерной игры на состояние пользователя, выдвигает гипотезу, что игра может быть использована в качестве средства профилактики неблагоприятных функциональных состояний. Например, американские морские пехотинцы, пережившие боестолкновения и гибель товарищей в Ираке, получают психологическую помощь в том числе и в виде компьютерных симуляторов боевых действий.

Самое главное, что необходимо знать – игру нужно разумно комбинировать с другими видами развивающего, активного отдыха. Нельзя злоупотреблять игровым процессом. Максимальное время игры для взрослого человека не должно составлять более трёх часов в день. Не стоит лишать ребёнка возможности погрузиться в виртуальный мир. Сейчас знание компьютера – уже не роскошь, а необходимость, в частности, для успешной карьеры. Но необходимо тщательно выбирать игры, консультируясь у продавцов специализированных магазинов, совмещать компьютерные развлечения с проверенными временем пластилином, рисованием, чтением, общением со сверстниками, занятиями музыкой и спортом.

При этих условиях мир компьютерных игр станет полезным и интересным дополнением к реальной жизни.

Е.Е. Федотова, О.Н. Шахматова  
г. Екатеринбург, РГППУ

#### **Сравнительное исследование**

#### **межличностных отношений учащихся 9-А,**

#### **10-А, 10-Б классов лицей**

Значимость отношений с другими людьми привлекала внимание многих психологов и психо-

\* РПГ от англ. Role Playing Game, Ролевая игра с проработанным сюжетом в детально разработанной игровой вселенной, где игрок принимает на себя одну из ключевых ролей, становится героем или злодеем.

\* 3D – шутер, он же «стрелялка», от англ. Shooting, стрельба, игра, в которой действительно придётся очень много стрелять. А так же бегать, прыгать, искать секреты, постоянно пополнять боезапас и жизненный ресурс героя.

\* RTS – от англ. Real Time Strategy, стратегия в реальном времени. Игра, где необходимо управлять отрядами, бойцами, как правило, кроме военной, имеет ещё развитую экономическую составляющую.