

Е.Н. ВОЛКОВА, доктор психологических наук, профессор, проректор по научной деятельности, НГПУ им К.Минина (Мининский университет), Нижний Новгород, envolkova@yandex.ru

А.В. ГРИШИНА, кандидат психологических наук, начальник Управления научных исследований, НГПУ им К.Минина (Мининский университет), Нижний Новгород, angrishina@mail.ru

ОЦЕНКА РАСПРОСТРАНЕННОСТИ ИГРОВОЙ КОМПЬЮТЕРНОЙ ЗАВИСИМОСТИ У МЛАДШИХ ПОДРОСТКОВ

E.N.Volkova, A.V.Grishina

ASSESSING THE PREVALENCE OF GAMING COMPUTER ADDICTION AT YOUNGER TEENAGERS

Игровая компьютерная зависимость представляет собой новую форму зависимости, качественно отличающейся от других нехимических форм зависимостей выходом на безграничные возможности виртуального мира, механизмами формирования, а также особенностями протекания на разных этапах возрастного развития.

Диагностика степени увлеченности компьютерными играми является важной задачей психодиагностической работы с подростками. Высокий показатель увлеченности компьютерными играми у подростков является условием, предрасполагающим к неблагоприятным вариантам жизненного самоопределения, приводящим к психологическому и физическому истощению от сильного напряжения, ухудшению социального, семейного и межличностного функционирования. Актуальность исследования проблемы игровой компьютерной зависимости обуславливает необходимость разработки экспериментально-психологической методики, позволяющей быстро и эффективно оценить степень увлеченности компьютерными играми в младшем подростковом возрасте.

В статье представлен модифицированный вариант опросника на выявление уровня игровой компьютерной зависимости, созданный на базе методики выявления степени интернет-зависимости, разработанной К.Янг (Internet Addiction Test — IAT, 1998);

Модифицированный вариант опросника прошел процедуру стандартизации на выборке из 304 человек (учащихся 5-6 классов общеобразовательных школ Н. Новгорода в возрасте от 10 до 12 лет, из них 150 (49%) мальчиков и 154 (51%) девочки).

Ключевые слова: компьютерная игра, игровая компьютерная зависимость, младший подростковый возраст, опросник.

Playing computer addiction is a new form of dependence is qualitatively different from other forms of non-chemical dependencies access to the limitless possibilities of the virtual world, mechanisms of formation and properties of different stages of the age of Diagnosis degree of enthusiasm for computer games is an important task psychodiagnostic work with teenagers. The high rate of fascination with computer games in adolescents is a condition predisposing to adverse life options of self-determination, leading to mental and physical exhaustion from severe stress, poor social, family and interpersonal functioning. Relevance of the research problem gaming computer addiction necessitates the development of experimental psychological techniques to quickly and effectively assess the degree of enthusiasm for computer games in the low teens. The paper presents a modified version of the questionnaire to identify the level of computer game addiction, based at the technique of revealing the degree of Internet addiction developed K.Yang (Internet Addiction Test - IAT, 1998); A modified version of the questionnaire was the standardization of the procedure

on a sample of 304 people (pupils of 5-6 classes of secondary schools of Nizhny Novgorod in age from 10 to 12 years, of which 150 (49%) boys and 154 (51%) of girls).

Key words: computer game, computer game addiction, younger teens, the questionnaire.

Цель исследования: оценка распространенности игровой компьютерной зависимости у младших подростков.

В эпоху интенсивной информатизации общества компьютер становится неотъемлемой частью современной жизни людей и младших подростков, в частности. По данным ООО Entermedia (2012 г.) процент продаж компьютерных игр ежегодно увеличивается на 50%. В настоящее время в компьютерные игры вовлечено 23% всего населения России, при этом минимальный возраст компьютерного игрока составляет 2 года. Вместе с тем усиливается поляризация отношения детей к компьютерным играм: на одном полюсе – подростки, интерес которых к компьютерным играм носит устойчивый характер, на другом – дети, не играющие в компьютерные игры или проявляющие к ним умеренный интерес.

Современные компьютерные технологии с их безграничными коммуникативными, информационными, развлекательными возможностями, с одной стороны, являются мощным средством интеллектуального развития ребенка, с другой – средством разрушения личности, подменяя мир реальных отношений и действий ребенка компьютерными моделями, блокируя самостоятельность и свободу выбора, формируя зависимость от игры. Высокая степень реалистичности, великолепная графика и звуковое сопровождение современных компьютерных игр практически полностью погружают подростка в пространство игры, создавая иллюзию полного присутствия в виртуальном мире.

Актуальность проблемы противодействия игровой компьютерной зависимости признана на государственном уровне. Исходные данные общероссийского мониторинга показали, что численность детей и подростков в возрасте 7-14 лет с различной степенью выраженности игровой компьютерной зависимости колеблется от 2% до 10% человек.

Явление компьютерной зависимости начало изучаться в зарубежной психологии с конца 1980-х годов. Понятие «компьютерная зависимость» появилось в 1990 г.

Исследованием компьютерной зависимости занимались такие зарубежные психологи, как М. Шоттон, Ш. Текл, К. Янг Т. Больбот. Авторы рассматривают компьютерную зависимость как патологическое пристрастие человека к работе или проведению времени за компьютером. Они указывают на то, что формирование компьютерной зависимости возникает не только из-за необходимости в уходе от реальности, но и индивидуальные особенности человека. К таким особенностям авторы относят характер, который определяет устойчивое поведение человека.

Компьютерная зависимость является одной из разновидностей аддиктивного поведения и характеризуется стремлением уйти от повседневности методом трансформации собственного эмоционально-психического настроения. В этот момент человеком игнорируются не только жизненные заботы, но и затормаживается работа его психики, а чаще совсем прекращается индивидуально-личностное развитие.

В настоящее время выделяют пять типов компьютерной зависимости: навязчивый серфинг (путешествие в сети, поиск информации по базам данных и поисковым сайтам); страсть к онлайн-биржевым торгам и азартным играм; виртуальные знакомства; киберсекс (увлечение порносайтами); компьютерные игры. Первое место занимают игры (26,5%), на втором — Интернет (12,4%) и на третьем — поиск информации на WEB-сайтах (7,8%). Между данными видами зависимостей есть как общие, так и специфичные признаки проявления.

Родоначальниками психологического изучения феномена зависимости от Интернета считаются клинический психолог К. Янг и психиатр И.Гольдберг. В 1994 году К. Янг (Young, 2000) разработала и поместила на веб-сайте специальный опросник. Масштаб

распространенности данного расстройства, по данным исследователей, составляет от 1 до 5% населения (Griffits, 2000; Young, 1998).

Зависимость от компьютерных игр впервые была описана в 1995 году доктором А. Голдбергом. В 1997-1998 гг. по проблеме игровой компьютерной зависимости были созданы исследовательские и консультативно-диагностические службы и опубликованы первые монографии (К. Янг, Д. Гринфилд, К. Суратт и др.). Авторы рассматривают данное психологическое расстройство как форму психологической зависимости, проявляющуюся в навязчивом увлечении компьютерными играми.

Основными последствиями игровой компьютерной зависимости, по мнению А. Голдберга, является болезненное негативное стрессовое состояние или дистресс, а также причинение ущерба физическому, психологическому, межличностному, экономическому или социальному статусу.

В нашем исследовании мы рассматриваем игровую компьютерную зависимость (ИКЗ) как одну из форм психологической зависимости, качественно отличающуюся от других нехимических форм зависимостей выходом на безграничные возможности виртуального мира, механизмами формирования, а также особенностями протекания на разных этапах возрастного развития.

Компьютерная игра может выступать одним из способов подобной компенсации, так как включает два основных компенсаторных механизма, являющихся альтернативой активности и внутренней системы ценностей. Это достижение положительных и избегание отрицательных эмоциональных состояний через осуществление нереалистических, подчиняющихся сиюминутным импульсам, не учитывающим внешних и внутренних зависимостей жизни.

Анализ психолого-педагогической литературы позволил выявить два принципиально различных подхода к решению вопроса о влиянии компьютера и компьютерных игр на личностное развитие ребенка.

По мнению исследователей первого направления (С.Бодкер, И.Г.Белавина, Н.А. Садовская, В.Д.Горский, С.А.Шапкин, Е.Е.Лысенко и др.), компьютерные игры оказывают положительное влияние на развитие ребенка. Ребенок, хорошо владеющий навыками работы с компьютером, быстро выбирает стратегию поведения или самообучения, у него вырабатывается алгоритмический стиль мышления.

Авторы второго направления (К.Янг, Д.Гринфилд, К.Сурратт, О.В.Доронина, О.К.Тихомирова, А.О.Прохоров, А.Е.Сережкина, А.Н.Оховиков, Л.П.Гурьева, А.Е.Войскунский и др.) считают, что частые сеансы компьютерной игры способствуют выработке привычки к виртуальному миру, бездумным развлечениям и легкости в достижении цели, отучая от терпения и ослабляя силу воли, вследствие чего ребенок может неадекватно воспринимать мир реальный.

На наш взгляд, исследование феномена игровой компьютерной зависимости приобретает особое значение в подростковом возрасте, когда возникает потребность в самопознании и самоопределении, интенсивно формируется межличностное общение со сверстниками и значимыми взрослыми, развивается логическое и теоретическое мышление, появляются качественные изменения в оценках сверстников, а также в отношениях со взрослыми.

Исследования Л.И. Божович, Л.С. Выготского, Ф. Дольто, М. Кле, В.И. Слободчикова, Д.И. Фельдштейна, В. Штерна, Д.Б. Эльконина, Э. Эриксона и др. позволяют характеризовать подростковый возраст как важнейший период в становлении человека, его социализации. Именно в это время формируются нравственные ценности, жизненные перспективы, происходит осознание самого себя, своих возможностей, способностей, интересов, стремление ощутить себя и стать взрослым, тяга к общению со сверстниками, внутри которого оформляются общие взгляды на жизнь, на отношения между людьми, на свое будущее.

Степень сформированности личностных образований в младшем подростковом возрасте и их дальнейшее развитие во многом определяют жизненный путь индивида, являются фундаментом для возникновения новых образований личности.

Проблема влияния игровой компьютерной зависимости на психическое и личностное развитие младшего подростка изучена недостаточно. Анализ психологических исследований показал, что недостаточно проработан вопрос о психологических факторах, условиях и механизмах, определяющих особенности игровой компьютерной зависимости в младшем подростковом возрасте.

Для диагностики игровой компьютерной зависимости предлагается модифицированный опросник на выявление уровня игровой компьютерной зависимости, созданный на базе методики выявления степени интернет-зависимости, разработанной К.Янг (Internet Addiction Test - IAT, 1998).

Модифицированный вариант опросника прошел процедуру стандартизации на выборке из 304 человек (учащихся 5-6 классов общеобразовательных школ Н. Новгорода в возрасте от 10 до 12 лет, из них 150 (49%) мальчиков и 154 (51%) девочки).

Опросник содержит 22 вопроса для определения эмоционального отношения к компьютерной игре; самоконтроля в компьютерной игре; целевой направленности на компьютерную игру; родительского отношения к компьютерной игре; предпочтения виртуального общения реальному.

В результате определяется уровень игровой компьютерной зависимости: естественный уровень (от 6 до 11 баллов); компенсаторный уровень (от 12 до 21 баллов); зависимый уровень (от 22 до 37 баллов).

В первом случае (естественный уровень) компьютерная игра носит характер развлечения, не имеющего негативных последствий. Дети контролируют свою игровую активность, редко играют и думают об игре. Фактически дети не имеют игровой компьютерной зависимости, а обнаруживают увлеченность компьютерными играми, которая заключается в удовлетворении потребности в игре как таковой, когда игра выступает средством получения эмоциональной разрядки.

Компенсаторный уровень игровой компьютерной зависимости показывает, что игра является важной частью в жизни подростка. Его внимание сфокусировано на определенных видах компьютерных игр, но подростки не теряют контроль над частотой игровых сеансов и временными затратами на игру. Компьютерная игра является для младшего подростка: средством снятия психологического напряжения, средством самоутверждения, когда представление о престижности компьютерных игр связано с соответствующим положением среди сверстников. Компьютерная игра позволяет сгладить различные жизненные затруднения и неприятности и выступает как средство компенсации неудач в общении.

Зависимый уровень показывает, что компьютерная игра занимает все свободное время ребенка. Подросток думает о компьютерной игре, о достигнутых результатах, стремится повысить уровень этих результатов. Дети, у которых обнаружен этот уровень зависимости, не могут отвлечь свое внимание ни на какие другие формы деятельности, они полностью поглощены компьютерной игрой, игра заменяет реальное взаимодействие.

По результатам оценки распространенности игровой компьютерной зависимости у младших подростков были получены следующие данные: естественный уровень увлеченности компьютерными играми обнаружен у 62% респондентов (90 человек); компенсаторный уровень – 36% (52 человека); зависимый уровень – 2% (4 человека).

Результаты исследования распространенности игровой компьютерной зависимости среди младших подростков показали, что большая часть детей (62 %) имеет естественный уровень увлеченности компьютерными играми и не представляет угрозы для их личностного развития.

Начиная с компенсаторного уровня (36%), и тем более у детей с зависимым уровнем (2% респондентов), можно говорить об игровой компьютерной зависимости.

Установлено, что распространенность игровой компьютерной зависимости среди мальчиков и девочек различна.

Результаты показывают, что игровую компьютерную зависимость чаще испытывают мальчики (62%), чем девочки (36%), а увлеченность компьютерными играми больше характерна для девочек (64%), чем для мальчиков (38%). При этом у мальчиков уровень игровой компьютерной зависимости значимо выше, чем у девочек. То есть мальчики более увлечены компьютерными играми и риск формирования у мальчиков игровой компьютерной зависимости выше, чем у девочек.

Причины повышенного интереса мальчиков к компьютерным играм, на наш взгляд, необходимо рассматривать в особенностях их психологического развития и в содержательных особенностях компьютерных игр, позволяющих им становиться аддиктивным агентом.

Более высокий уровень игровой компьютерной зависимости у мальчиков, вероятно, обусловлен спецификой гендерного развития, наряду с социальными факторами и недостатком компетентности в общении. Многие зарубежные и отечественные психологи, отмечая кризисность переходного периода, выделяют различные трудности в межличностном взаимодействии подростков (Л.С. Выготский и др.) [4]. Несмотря на расхождения в подходах к содержанию особенностей младшего подросткового возраста, психологи единодушны в том, что кризисные ситуации этого периода и их разрешение или не разрешение оказывают значительное влияние на формирование личности и ее социализацию.

Причина повышенного интереса мальчиков к компьютерным играм, по сравнению с девочками, может заключаться в том, что девочки психологически раньше мальчиков взрослеют. Для мальчиков более характерен дух авантюризма, азарт и способность увлекаться. Они стремятся быть первыми, достигать высоких результатов в компьютерной игре, завоевывать, тем самым получая чувство риска и другие эмоции.

Увлеченность девочек компьютерными играми в большей степени распространенное, но менее выраженное, чем у мальчиков, явление, может быть связано с тем, что девочки остаются более социализированными, чем мальчики, и компьютерные игры как один из вариантов современных вызовов является для девочек более осваиваемым видом деятельности, но не на глубоком уровне. У девочек больше социально значимых занятий, чем у мальчиков. Девочки чаще посещают спортивные секции, читают книги, чаще дружат.

Сегодня практически каждый подросток имеет доступ к компьютеру, часто компьютер заслоняет собой все остальные стороны жизни подростка, формируя игровую компьютерную зависимость у внешне благополучных детей. Вследствие этого вовлеченность подростков в компьютерные игры воспринимается не как нарушение его социальной жизни и развития, а как нормальный и даже желательный досуг. Сложившаяся ситуация требует поиска эффективных методов и средств по предупреждению игровой компьютерной зависимости. В настоящее время это особенно важно еще и потому, что игровая компьютерная зависимость возникает, в отличие от других видов зависимости, не в социально неблагоприятной среде, а в обыденной жизни.

С наших позиций, противодействие личности ребенка игровой компьютерной зависимости определяется формированием ее социальной компетентности как особого компонента личностного потенциала, позволяющего активно и конструктивно вести себя в любой жизненной ситуации.

ЛИТЕРАТУРА

1. Беловол, Е.В. Разработка опросника для оценки степени увлеченности ролевыми компьютерными играми / Е.В.Беловол, И.В.Колотилова // Психологический журнал. - 2011. - № 6. Т. 32. - С. 49-58.

2. Ботьбот, Т. Ю. Компьютерная зависимость: формирование, диагностика, коррекция и профилактика: Монография / Т. Ю.Ботьбот, Л. Н.Юрьева. - Днепропетровск: Пороги, 2006. - 196с.
3. Войскунский, А.Е. От психологии компьютеризации к психологии Интернета / А.Е.Войскунский // Вестник Московского университета. Серия 14. Психология. - 2008. - № 2. - С. 140 – 153.
4. Выготский, Л.С. Педология подростка / Л.С.Выготский // Собрание сочинений в 4-х тт. М.: Изд-во Педагогика, 1984. Т. 4. – 418 с.
5. Гришина, А.В. Психологические факторы формирования игровой компьютерной зависимости в младшем подростковом возрасте / А.В.Гришина // Аспирантские тетради (Российский государственный педагогический университет им. А.И. Герцена). СПб.: РГПУ. - 2009. - № 39. - С.237 – 243.
6. Гришина, А.В. Психологические факторы возникновения и преодоления игровой компьютерной зависимости в младшем подростковом возрасте: дис. ... канд. псих. наук. – Нижний Новгород, 2011. - 183 с.
7. Лоскутова, В.А. Интернет-зависимость как форма нехимических аддиктивных расстройств. Дисс. ... к. мед. н.. Новосибирск, 2004.
8. Лысенко, Е.Е. Игра с ЭВМ как вид творческой деятельности. Автореф. дисс. ... к. психол. н.. М., 1988.
9. Пилюгин, А.Е. Зависимость от видеоигр как следствие переживаемого подростком дефицита субъектности / А.Е.Пилюгин // Вестник Томского государственного педагогического университета. - 2010. - № 5. - С. 115 – 118.
10. Риппинен, Т.О. Взаимосвязи личностных особенностей подростков с повседневным использованием компьютера / Т.О.Риппинен, Е.Р.Слободская // Психологический журнал. - 2014. - Т. 35, № 4, - С. 18-25.
11. Рыженко, С.К. Психологическое воздействие на игровую компьютерную зависимость младших подростков. Дисс. ... к. психол. н.. Краснодар, 2009.
12. Солдатова, Г.У. Чрезмерное использование интернета: факторы и признаки / Г.У.Солдатова, Е.И.Рассказова // Психологический журнал. - 2013. - Т. 34. № 4. - С. 105 – 114.
13. Трафимчик, Ж.И. Современные компьютерные игры: последствия и особенности влияния на психику детей младшего школьного возраста / Ж.И.Трафимчик // ЗОЖ. - 2011. - №1. - С.22 - 26.
14. Шапкин, С.А. Компьютерная игра: новая область психологических исследований / С.А.Шапкин // Психологический журнал. - 1999. - Т. 20. № 1. - С. 86 – 102.
15. Goldberg, I. Internet addiction. 1995. [Электронный ресурс]. URL : [http:// www.psycom.net/iasg.html](http://www.psycom.net/iasg.html).
16. Orzack, M. H. Computer Addiction: What is it? // Psychiatric Times.-1999.-P. 34-38.
17. Turkle, Sh. Constructions and Reconstructions of the Self in Virtual Reality / Massachusetts Institute of Technology. Identity workshop. 1997.
18. Shapira, N. A. Problematic internet use // Am. Psychiatric Association. - 1998. - N 4. - P. 45-49.
19. Shotton, M.A. Computer Addiction? A study of computer dependency // J. Affective Disorders. - 1998. - № 5. - P. 56-59.
20. Young, K. Caught in the Net. N.-Y.: John Wiley and Sons. - 1996. – 213 p.

© Волкова Е.Н., Гришина А.В. ,2014