

## **ИГРОВАЯ КОМПЬЮТЕРНАЯ ЗАВИСИМОСТЬ В ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ: МИФ ИЛИ РЕАЛЬНОСТЬ?**

**Бессчетнова А.А.**  
ученица 9 класса  
МОУ Гимназия № 1  
г. Балашова

Статья посвящена изучению проблемы игровой зависимости в подростковом возрасте на основе проведенного авторского научно-практического исследования.

Ключевые слова: игровая зависимость, игромания, компьютерные игры.

## **GAME COMPUTER DEPENDENCE IN ADOLESCENCE: MYTH OR REALITY?**

**Besschetnova A.A.**  
Grade 9 student  
Gymnasium № 1  
Balashov

The paper studies the problem of gambling addiction in adolescence on the basis of the author's research and practical research.

Keywords: gambling addiction, gambling, computer games.

Игровая зависимость или гейминг — форма психологической зависимости, проявляющаяся в навязчивом увлечении видеоиграми и компьютерными играми [1]. Наиболее распространенными видами игровой зависимости являются: компьютерная зависимость, зависимость от игровых автоматов, Интернетзависимость. Игровая зависимость в подростковом возрасте является одной из актуальных проблем в нашем обществе. Это связано с развитием игровой компьютерной индустрии и высокими темпами компьютеризации населения в последние годы. Наиболее подвержены данной зависимости подростки и молодежь. Основными причинами игровой зависимости выступают: определенный склад личности, проблемы в школе, семье, стремление к самоутверждению, невозможность проявить себя в реальной жизни, уход от реальности в виртуальное пространство игры, азарт, склонность к риску, несформированность волевых процессов, одиночество.

Подростковый возраст характеризуется своеобразием физического, социального и психологического развития. Подросток — уже не ребенок, но еще и не взрослый, он находится в процессе становления личности, поэтому подвержен различным кризисным и экстремальным состояниям, для которого имеют огромное значение социальный статус в группе сверстников, возможность проявить свой потенциал, оценка его личностных качеств. В период становления, подросток сталкивается со многими проблемами, одной из которых является психо-эмоциональное отделение от родителей, формирование самостоятельности, «примеривание» на себя различных социальных ролей, получение нового опыта, к сожалению, не всегда позитивного. В этом смысле, компьютерная игра дает возможность проиграть определенные роли, которые иногда совершенно недостижимы в реальной жизни, например, роль освободителя, воина, властного и могущественного человека.

Условно все компьютерные игры можно разделить на ролевые и не ролевые. Ролевые компьютерные игры - это игры, в которых играющий принимает на себя роль конкретного персонажа. Зависимость от ролевых игр обгоняет компьютерные зависимости другого рода по таким показателям как привязанность («тяга» к компьютеру) и скорость образования. Исходя из этого, существует большая опасность пагубного влияния ролевых компьютерных игр в случае злоупотребления ими [2].

Согласно отечественной классификации ролевых компьютерных игр А. Г. Шмелева, они подразделяются на: 1) игры с видом «из глаз» компьютерного героя; 2) игры с видом извне на своего компьютерного героя; 3) руководительские игры [5].

Спецификой игр «из глаз» состоит в полном вхождении играющего в роль своего персонажа уже в течение нескольких минут, в связи с чем, человек начинает быстро терять связь с окружающим миром и концентрироваться на игре.

Игры с видом извне на «своего» компьютерного героя характеризуются меньшей степенью вхождения в роль, т.к. играющий видит «себя» как бы со стороны, лишь управляя действиями своего героя.

Руководительские игры имеют своей целью организовать руководство действиями компьютерных персонажей (командир отряда спецназа, главнокомандующий армиями, глава государства и др.). При этом человек не видит на экране своего компьютерного героя, а сам придумывает себе роль. Это единственный класс ролевых игр, где роль не задается конкретно, а воображается играющим. Вследствие этого, погружение в игру будет зависеть от степени развития воображения человека.

К не ролевым компьютерным играм относят аркадные игры, головоломки, игры на быстроту реакции, традиционно азартные игры (карточные игры, рулетка, имитаторы игровых автоматов). Особенностью данной категории игр является то, что играющий должен набрать очки или пройти игру до конца, поэтому степень зависимости от них ниже, чем от ролевых игр.

Исследования психологов показывают стойкую взаимосвязь между жесткостью в компьютерных играх и агрессивным поведением в жизни. Подростки активно участвующие в компьютерных войнах считают агрессивное поведение нормой, а насилие эффективным способом разрешения конфликтов [4, с. 87].

Среди наиболее ярких симптомов игровой зависимости можно назвать: появление чувства радости, предвкушения от игры, отсутствие контроля за временем, проведенным за компьютером, появление раздражения, гнева, негативизма при невозможности поиграть, нарушение режима сна и отдыха, низкая успеваемость, пропуски занятий, усталость мышления, «отрыв» от реальности, проблемы в общении, низкая социальная активность.

Для изучения данной проблемы нами было организовано и проведено практическое исследование причин и факторов, влияющих на процесс формирования игровой зависимости в подростковом возрасте. Для этого была разработана анкета, состоявшая из 21 вопроса. В анкетировании приняло участие 47 учащихся 8 классов МОУ Гимназии № 1, из которых 18 мальчиков и 29 девочек. В результате обработки анкет были получены следующие результаты. Увлекаются компьютерными играми 16 мальчиков и 10 девочек. Среди всех опрошенных 12 человек начали играть в компьютерные игры с 10-12 лет, 9 – с 13-14 лет, 5 – с 15 лет.

Большинство опрошенных предпочитает играть в ролевые компьютерные игры, наиболее популярными из которых были названы Sims 2, 3; GTA; Doodle Jump; Point Blank; Тарзан; Гарри Поттер; Скубиду, Колыбель света.

На вопрос: «Как часто Вы играете в компьютерные игры?» были получены следующие ответы респондентов: «каждый день» - 7 участников опроса; «2-3 раза в день» - 9 человек; «1 раз в неделю» - 8; остальные 8 утверждают, что играют в компьютерные игры «очень редко», «один-два раза в месяц», либо не играют совсем.

По словам 38 опрошенных, компьютерные игры нейтрально влияют на развитие личности человека, 6 подростков считают их влияние отрицательным и 4 респондента затруднились с ответом.

Вместе с тем, подавляющее большинство – 45 учащихся, знают о формировании зависимости вследствие длительного увлечения компьютерными играми, не считают себя игрозависимыми людьми и относятся к игрозависимым людям нейтрально или с сочувствием.

Таким образом, исходя из полученных результатов, можно судить о том, что компьютерная зависимость имеет место в жизни школьников. Вместо занятий спортом, прогулок на свежем воздухе, встреч с друзьями, молодые люди предпочитают общение с

компьютером. Не смотря на то, что все респонденты признают игровую зависимость опасной для общества, сами же возможно того не замечая, подвергают себя этой опасности.

Для решения данной проблемы необходимо вовлечение молодёжи в другие сферы деятельности, не связанные с компьютерными играми, например, спортивные, культурно-досуговые мероприятия, социальные акции, добровольческую деятельность, а также проведение профилактических мер, направленных на создание благоприятных условий для развития подростков и молодежи в местных сообществах.

### **Литература**

1. <http://ru.wikipedia.org/wiki/>
2. <http://www.chelpsy.ru/articles/zavisimost-ot-kompyuternykh-igr>
3. Бухановский А.О. Зависимое поведение: клиника, динамика, систематика, лечение, профилактика. Пособие для врачей. - Ростов-на-Дону: Изд-во ЛРНЦ «Феникс», 1999. – 420 с.
4. Шапкин С.А. Компьютерная игра: новая область психологических исследований // Психологический журнал. – 2000. Том 20. – №1. С. 86-102.
5. Шмелев А.Г. Мир поправимых ошибок // Вычислительная техника и ее применение. Компьютерные игры. – 1988. – № 3. – С. 16-84.