

ВЛИЯНИЕ КОМПЬЮТЕРНЫХ ИГР НА УРОВЕНЬ АГРЕССИВНОСТИ И ТРЕВОЖНОСТИ У ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ

М.В. Аршанский

Калужский государственный университет им. К.Э. Циолковского, Калуга, Россия

Введение. С развитием компьютерных технологий и расширением рынка игрового программного обеспечения растет число людей, увлекающихся компьютерными играми. Об этом можно судить по нескольким объективно наблюдаемым факторам: активное развитие игрового компьютерного бизнеса, расширение рынка игрового программного обеспечения, увеличение игровых компьютерных журналов и газет, рост количества игровых веб-серверов в сети Интернет. Миллионы людей со всего мира увлекаются компьютерными играми. Достаточно большой процент (10-14% по разным источникам) увлекаются ими серьезно, уделяя этому занятию, много времени, зачастую в ущерб работе, учебе и т.д.(2, стр.2).

Формирование зависимости от компьютерных игр связано с тремя особыми процессами: уход от восприятия реального мира (объективной реальности) с заменой его на мир виртуальный; формирование комплекса ограничивающих убеждений, которые помогают принять виртуальную, чужую роль и заменить её на реальную, свою, замена объективной реальности виртуальным миром.

Объект нашего исследования – зависимость от компьютерных игр и Интернет зависимость. **Предмет** исследования - взаимосвязь уровня агрессивности и тревожности и склонности к компьютерной зависимости

Цель работы – предложить мероприятия по профилактике компьютерной и Интернет зависимости

В качестве рабочей **гипотезы** выступило предположение о том, что высокие уровни агрессивности и тревожности являются факторами риска возникновения зависимости от компьютерных игр.

Под «компьютерными играми» подразумевают широкий класс программ и технических устройств, на которые они инсталлированы. Классификация компьютерных игр в западной литературе является достаточно размытой в силу большой субъективности критериев, используемых авторами.(4,стр.56). Классификация компьютерных игр в западной литературе является достаточно размытой в силу большой субъективности критериев, используемых авторами. Практически отсутствует собственно психологическая классификация компьютерных игр, в основе которой лежали бы психологические функции, включенные в процесс игры. Такая классификация позволяет хотя бы в первом приближении оценить степень и качество воздействия компьютерной игры на пользователя. Первая классификация была предложена Шмелевым А.Г.(3,стр.17).

Первый класс игр стимулирует преимущественно формальнологическое, комбинаторное мышление («Мастер Майнд», «Кубик Рубик», компьютерные варианты шахмат и шашек).

Второй класс - азартные игры, которые требуют от игрока интуитивного, иррационального мышления. К нему относятся «компьютерный» покер, игры с тотализатором.

Третий класс спортивных игр, которые апеллируют к ловкости и проворству игрока, сенсомоторной координации, концентрации внимания («Теннис», «Футбол», «Бильярд»).

Четвертый класс военные игры и игры-единоборства, такие, как «Комбат», «Коммандос», «Карате». Эти игры содержат, как правило, реалистичные картины разрушений, а также элементы жестокого единоборства или насилия.

Пятый класс игр - игры типа преследование-избегание («Пакман», «Диг-Даг»). Их объединяет включенность в игровой процесс интуитивного компонента мышления и эмоционально-чувственного восприятия; игры служат эмоциональной разрядке, которая лишена агрессивности (как в военных играх) и сравнима с ощущением ребенка после игры в обычные «Пряжки» или «Догонялки».

Шестой класс - авантурные игры (игры-приключения, или «Аркады») являются неоднородным классом с психологической точки зрения. Здесь выполняется подкласс игр типа «зрительный лабиринт», где игрок видит все игровое поле («Райз-аут», «Инфернал») и игры типа «диарамный лабиринт», где зрительное поле сужено до размеров реального («Лори», «Эден»).

Седьмой класс игр-тренажеров («Боинг 747», «Ралли») трудно описать с точки зрения какого-либо доминирующего психического свойства, которое необходимо включено в игровой процесс. Эти свойства прямо зависят от структуры профессиональной деятельности или конкретного профессионального навыка, который развивает игра.

Методы исследования. В данном исследовании необходимо решить следующие задачи:

1. Организовать две группы – экспериментальную и контрольную:

- Подростки 13-14-лет, увлекающиеся компьютерными играми (экспериментальная группа) 1
- Подростки 13-14-лет, не увлекающиеся компьютерными играми (контрольная группа) 2.

2. Исследовать уровень агрессивности подростков, вошедших в экспериментальную и контрольную группы.

3. Сопоставить уровень агрессивности подростков, вошедших в экспериментальную группу, с уровнем агрессивности подростков, вошедших в контрольную группу; применить статистические критерии.

4. Дать интерпретацию результатов исследования, соотнести их с выдвинутой гипотезой.

Исследование было проведено в Воротынской школе №2 в 8-9-х классах.

На первом этапе исследования испытуемым предлагался опросник на определение их степени увлеченности компьютером. Из общей выборки были отобраны подростки с высокой и низкой степенью увлеченности компьютерными играми (постоянно проводящие время за компьютерными играми и не играющие в них); испытуемые были включены в две группы:

1) в экспериментальную группу вошли подростки 13-14-ти лет, увлекающиеся компьютерными играми - всего 15 человек;

2) в контрольную группу вошли подростки 13-14-ти лет, не увлекающиеся компьютерными играми - всего 15 человек.

Выборка экспериментальной группы 15 человек, контрольной группы – 15 человек. Выборки определялись по принципу увлекающихся и не увлекающихся компьютерными играми подростков.

Результаты опроса по методике Басса-Дарки. Респонденты экспериментальной группы показали следующие результаты: Средний показатель физической агрессии по группе –5,7, косвенной агрессии –4,46 вербальной агрессии –4,86. Средний индекс агрессивности – 16,2.

Показатели агрессии контрольной группы. Показатели агрессии в группе подростков не увлекающихся компьютерными играми, отличаются от показателей экспериментальной группы. Наибольшее различие имеет место по среднему показателю по косвенной агрессии – 5,7 и 4,8, физическая агрессия в экспериментальной группе –6,2, в контрольной –5,8. Вербальная агрессии соответственно 5,9 и 5,6–. Индекс общей агрессивности выше в экспериментальной группе за счет более высокого уровня косвенной агрессии.

Испытуемые-подростки, увлекающиеся компьютерными играми, отмечают, что компьютерные игры вызывают у них такие чувства и переживания как сосредоточенность, азарт, уверенность, риск, концентрацию, ощущение отдыха, развлечения, интерес, раздражение, желание преодолеть, ощущение силы, готовность действовать, погружение в себя, позволяют отключиться от окружения.

Все испытуемые, вошедшие в контрольную группу, либо вообще в жизни не играли в компьютерные игры, либо играли всего лишь несколько раз в жизни. Незначительное количество этих испытуемых отметили, что в свободное время играют в компьютерные игры. Испытуемые-подростки, не увлекающиеся компьютерными играми (либо игравшие в игры всего несколько раз) отметили, что компьютерные игры вызывают у них такие чувства и состояния как равнодушие и в редких случаях, - скуку, раздражение, напряженность и непонимание либо - интерес, восторг, волнение, веселье и уверенность в себе.

Результаты исследования. Большинство подростков экспериментальной группы назвали в качестве любимой игру из группы 3D-Action (Стрелялки) (40%), на втором месте стоят игры Стратегии (33,6%). Большой популярностью также пользуются Карточные игры (26,6%) и игры из группы Стимуляторы (Гонки) (20%). Самый низкий уровень увлеченности в исследуемой группе имеют игры из группы аркада (6,6%).

Таблица 1 – Сводная таблица средних показателей по двум группам

Группа	Физическая агрессия	Косвенная агрессия	Вербальная агрессия	Индекс агрессивных реакций	Индекс враждебности
Экспериментальная группа	6,2	5,7	5,9	16,8	7,6
Контрольная группа	5,8	4,8	5,6	16	6,6

Результаты опросов экспериментальной группе по методике «Исследование тревожности» (опросник Спилбергера-Ханина).

Средний показатель ситуативной тревожности в экспериментальной группе составляет около 44,9, что соответствует умеренной тревожности, а средний показатель личностной тревожности в той же группе составляет 46,6, что соответствует высокой тревожности.

Таблица 2 – Сводная таблица средних показателей тревожности по двум группам

Группа	Ситуативная тревожность	Личностная тревожность
Экспериментальная группа	44,9	46,6
Контрольная группа	34,5	35,6

Выводы. Целями профилактических мероприятий являются снижение уровня тревожности и агрессии, а так же развитие у детей и подростков коммуникативных навыков и ответственности. В первую очередь в них входят проведение диагностических методик позволяющих выявить зависимость от Интернета и компьютерных игр. В качестве них могут быть рекомендованы методики направленные на изучение уровня тревожности и агрессии. Среди них такие, как: Методика «Бас-са-Дарки», методика «Исследование тревожности» (опросник Спилбергера-Ханина) и другие.

Так же можно рекомендовать опросник предложенный Кимберли Янг (1996 г.). На www-сайте в Интернет размещен переведенный и адаптированный тест на интернет-зависимость.

Так же в программу профилактики следует включить

1. Во-первых, беседы с родителями об организации досуга детей. Родителям желательно:
 - 1) участвовать в подборе игр подростков;
 - 2) объяснять подросткам о недопустимости агрессивного поведения в реальной жизни, о возможных последствиях такого поведения не только для объекта агрессии, но и для субъекта агрессии.
2. В школьной практике могут применяться тренинги развития навыков общения, умения сотрудничать с другими детьми и с взрослыми.

Эффективность профилактической программы Интернет-зависимого поведения может быть подтверждена следующими критериями:

1. Снижение интереса к сети;
2. Уменьшение частоты и продолжительности использования Интернет;
3. Усиление личностных ресурсов, препятствующих развитию саморазрушающих форм поведения;
4. Прогресс навыков противодействия виртуальной среде, решения жизненных проблем, поиска, восприятия и оказания социальной поддержки в сложных жизненных ситуациях, принятия ответственности за собственное поведение, эффективное общение;
5. Модификация и развитие стратегий здорового проблем-преодолевающего поведения и избегания ситуаций, связанных с риском ухода в виртуальную реальность.

Литература:

1. Бухановский А.О. и др. «Болезнь зависимого поведения »Методические рекомендации. Ростов-на-Дону <http://www.narcom.ru/ideas/common/15.htm>
2. Галкин К.Ю. «Зависимость от виртуальной реальности»1999г. <http://www.narcom.ru/ideas/common/15.htm>
3. Фомичева Ю. В., Шмелев А. Г., Бурмистров И. В. Психологические корреляты увлеченности компьютерными играми. Вестник МГУ. Сер. 14. Психология. 1991. №3.

4. Шмелев, А. Мир поправимых ошибок. Вычислительная техника и ее применение. Компьютерные игры. –1988, №3.

5. Янг, К.С. Диагноз - интернет-зависимость /<http://psynet.by.ru/texts/yang.htm>