

Интернет-журнал «Мир науки» ISSN 2309-4265 <http://mir-nauki.com/>

2016, Том 4, номер 4 (июль - август) <http://mir-nauki.com/vol4-4.html>

URL статьи: <http://mir-nauki.com/PDF/07PSMN416.pdf>

Статья опубликована 28.07.2016.

Ссылка для цитирования этой статьи:

Никитина Л.Н. Компьютерная игромания в структуре аддиктивного поведения // Интернет-журнал «Мир науки» 2016, Том 4, номер 4 <http://mir-nauki.com/PDF/07PSMN416.pdf> (доступ свободный). Загл. с экрана. Яз. рус., англ.

УДК 159:9

Никитина Людмила Николаевна

ФГКОУ ВО «Краснодарский университет Министерства внутренних дел Российской Федерации»
Филиал в г. Симферополь, Россия, Симферополь
Доцент кафедры «Гуманитарных и социально-экономических дисциплин»
Кандидат психологических наук
E-mail: flm2014@yandex.ru

Компьютерная игромания в структуре аддиктивного поведения

Аннотация. С появлением такого технического средства, как компьютер, деятельность и досуг человека стали намного проще и интересней. Но кроме множества положительных моментов, компьютерные технологии имеют и отрицательные стороны. Одна из них – психологическая зависимость от компьютерных игр.

В данной статье представлен теоретический анализ существующих точек зрения на компьютерную игровую зависимость как форму аддиктивного поведения. Рассмотрены взгляды отечественных и зарубежных ученых, касающиеся изучения данного феномена с нескольких позиций: термин, которым обозначают компьютерную игровую аддикцию, место компьютерной игровой зависимости в структуре аддиктивного поведения и формулировка понятия «компьютерная игромания».

На основе проведенного эмпирического исследования и индивидуальных бесед со 112 потенциальными компьютерными игроками г. Киева и г. Черкассы (Украина) было установлено, что ключевым звеном в формировании психологической зависимости от компьютерных игр является чувство удовольствия, полученное во время игры при достижении поставленной цели. В основном цель заключалась в уничтожении противника и ликование по случаю победы. На основании полученных результатов предложена авторская трактовка понятия «компьютерной игромании».

Ключевые слова: зависимость; нехимическая зависимость; аддиктивное поведение; компьютерные игры; чрезмерное увлечение; игромания; компьютерная игровая зависимость; интернет-зависимость; удовольствие; психическое здоровье

Подавляющее большинство людей, которые ведут активный образ жизни, постоянно взаимодействуют с компьютером. Сегодня компьютерные технологии оказывают сильное влияние на формирование индивидуальности каждого человека. К сожалению, как у медали две стороны, так и компьютерные технологии помимо множества позитивных аспектов имеют и отрицательные. Один из них – это формирование так называемой компьютерной игровой зависимости. Опасность заключается в том, что основная категория населения, которая

наиболее склонна к этой форме аддикции – это дети и молодые люди. Чрезмерное увлечение компьютерными играми, а потом и сформировавшаяся психологическая зависимость от такого рода развлечений ведут к ухудшению физического и психического здоровья, к потере социальных контактов, к деградации личности. В последнее время эта проблема набирает популярности и становится все более актуальной в контексте профилактики зависимого поведения молодежи.

В России более 16 млн. человек в возрасте от 10 лет пользуются персональными компьютерами. Более 8 миллионов опрошенных (51%) на вопрос о целях использования компьютера ответили: «компьютерные игры». Почти 3 млн. из них – молодежь в возрасте от 10 до 18 лет. Продолжительность времени, отведенного игре, в среднем составляет от 20 до 50 часов в неделю. Каждый четвертый игрок проводит за компьютером более 20 часов в неделю, что превосходит время, проведенное на работе при восьмичасовом рабочем дне. Около 700 тыс. игроков не могут оторваться от светящегося экрана – это люди (в основном молодые), пораженные компьютерной зависимостью [1].

В психологической литературе некоторые аспекты изучения вопросов индивидуально-психологических особенностей компьютерных игроков анализируются в работах Ш.Л. Ван, Э.Н. Гайнуллиной, А.М. Демильхановой, М.С. Иванова, И.В. Колотиловой, Н.В. Омельченко, А.В. Урсу. Основные детерминанты возникновения компьютерной игровой зависимости представлены в исследованиях А.В. Гришиной, О.В. Литвиненко, М.А. Шаталиной. Проблемой влияния компьютерных игр на агрессивность у подростков занимались Ю.В. Серебренникова, Л.И. Шакирова. Вопросы профилактики компьютерной игровой аддикции рассматривали В.Н. Друзин, С.К. Рыженко, Л.Н. Юрьева, Т.Ю. Больбот. Психологический анализ компьютерных игр проводили И.В. Бурлаков, С.А. Шапкин. Отдельные вопросы проблемы компьютерной игромании изучали такие зарубежные и отечественные ученые, как А.Ю. Акопов, М. Гриффитс, А.Ю. Егоров, А.В. Котляров, М. Орзак, В.С. Собкин, Ю.М. Евстигнеева, А.Ф. Шайдулина, К. Янг.

Целью данной статьи является анализ теоретического и прикладного аспектов проблемы психологической зависимости от компьютерных игр и определение места компьютерной игровой зависимости в структуре аддиктивного поведения.

Общепринято считать, что аддикция выражается в двух формах: химических и нехимических зависимостях. Химические аддикции характеризуются системным потреблением психоактивных веществ, ощущением непреодолимого влечения к постоянному употреблению выбранного вещества, испытывая при этом значительные трудности в добровольном прекращении.

Объектом зависимости при нехимических аддикциях становится поведенческий паттерн. Выделяют следующие формы нехимических зависимостей: трихотиломанию (склонность к вырыванию волос на голове и других частях тела), пироманию (импульсивная склонность к поджогам), клептоманию (импульсивная склонность к воровству), игроманию (зависимость от игр), аддикцию отношений, сексуальную, любовную аддикции, работоголизм, аддикцию к расходованию денег, зависимость от физических упражнений, влечение к духовному поиску, властолюбие, зависимость от рискованного вождения автомобиля (синдром Тоада) и др.

Мнения ученых при рассмотрении компьютерной игромании как аддикции в общем совпадают, но возникают некоторые разногласия при более детальном изучении данного феномена. Рассмотрим их взгляды с нескольких позиций.

Во-первых, чрезмерное увлечение компьютерными играми разные ученые именуют по-разному: игровая компьютерная зависимость или компьютерная игровая зависимость (Т.Ю.

Большот, А.В. Гришина, М.В. Жукова, М.С. Иванов, О.В. Литвиненко, Н.В. Омельченко, С.К. Рыженко, А.М. Старченкова, А.В. Урсу, А.В. Худяков, Л.Н. Юрьева), кибераддикция (В.Г. Каминская, Л.И. Окунева), гейм-аддикция (А.В. Котляров, В.А. Плешаков, В.В. Наместников, О.М. Чикова), компьютерная зависимость (А.Ю. Акопов, М.П. Кабакова, И.В. Колотилова, Ф.Г. Щеглов, К. Янг), игровая аддикция (Э.Н. Гайнуллина, И.С. Иванов, П. Мунтян).

Во-вторых, на сегодняшний день место компьютерной игровой зависимости в структуре аддиктивного поведения четко не определено. Считаем, что это связано со стремительным прогрессом в сфере компьютерных технологий, который не позволяет ученым такими же быстрыми темпами изучать данный феномен. Буквально каждый год повышаются качественный и количественный показатель в производстве компьютерных игр. При этом временные рамки изучения особенностей компьютерной игровой зависимости с помощью разных методов психологии намного шире.

Так, для обозначения новых форм поведенческих аддикций, связанных с высокими технологиями, М. Гриффитс (1995) предложил термин «технологические зависимости», которые автор подразделил на пассивные и активные [3, с. 96]. Пассивные технологические зависимости предполагают бездействие человека, например, постоянное просматривание определенных телевизионных программ. В случае активных технологических зависимостей аддикту необходимо предпринимать специальные действия, как, например, при компьютерной игромании – поиск компьютерных игр, общение в чатах с такими же игроманами, постоянные манипуляции с мышкой и клавиатурой и т.д.

К. Янг выделяет пять основных типов интернет-зависимости: компьютерная зависимость, компульсивная навигация в Сети, перезагруженность информацией, киберкоммуникативная зависимость, киберсексуальная зависимость. Компьютерную игровую зависимость автор относит к компьютерным зависимостям, понимая под этим обсессивное пристрастие к работе с компьютером [10].

А.Ю. Егоров компьютерную игроманию относит в разряд технологических аддикций. При этом автор подчеркивает спорность вопроса вынесения технологических аддикций в отдельную группу в связи с ее неопределенной феноменологической самостоятельностью. По мнению А.Ю. Егорова, это связано с тем, что объект зависимости является предметом зависимости, средством реализации других поведенческих форм аддиктивного поведения [3, с. 23].

В.Д. Менделевич одной из наиболее распространенных форм отклоняющегося поведения вне психопатологических рамок считает сверхценные психологические увлечения, под которыми понимает повышенный интерес к чему-либо с формированием пристрастного эмоционального отношения. В эту группу нехимических зависимостей автор наряду с гемблингом, трудоголизмом, фанатизмом относит и психологическую зависимость от компьютерных игр [5, с. 117-126].

А.Ю. Акопов выделяет положительные, смешанные и негативные социально-психологические зависимости. Зависимость от компьютерных игр автор считает преимущественно детской и относит к положительным информационным зависимостям, когда ребенок оперирует информацией, которая идет с экрана в процессе игры манипулируя мышкой – пультом управления [2, с. 146].

А.В. Котляров в рамках субстанциональных (нехимических) аддикций выделяет следующие формы деятельности за компьютером, которые приводят к зависимости:

- зависимость от игр за компьютером (гейм-аддикция);
- зависимость от сетевых действий (интернет-аддикция);

- зависимость от криминальных действий при помощи компьютера (хакинг и прочие варианты криминального программирования) [4, с. 83].

Г.В. Старшенбаум в структуре аддиктивного поведения выделяет интернет-аддикцию, в которую, по его мнению, входят обсессивное пристрастие к компьютерным играм или программированию; патологическая привязанность к опосредованным Интернетом азартным играм, онлайн-аукционам или электронным покупкам, поглощенность виртуальным общением и компульсивное блуждание в удаленных базах данных в поисках новой информации [8, с. 197-198].

А.М. Спринц и О.Ф. Ерышев выделяют компьютерную зависимость и интернет-зависимость. Авторы считают, что компьютерная зависимость может возникать раньше в виде пристрастия у детей, даже дошкольного возраста к компьютерным играм. Это пристрастие в свою очередь может стать патологическим феноменом и преобразоваться в компьютерную зависимость [7, С. 102].

Компьютерную игровую зависимость не выделяют, как отдельную, самостоятельную аддикцию. Можно предположить, что это только дело времени. Ведь по сути только компьютерные игры позволяют частично или полностью формировать виртуальный мир, устанавливать собственные правила, реализовывать те потребности, которые в силу множества причин человек не может воплотить в реальности. Именно компьютерная игра ведет к формированию собственной зависимой реальности.

Кроме того, масштабы распространения этой формы зависимости с каждым годом только увеличиваются. При этом опасность такого увлечения является латентной. На сегодняшний день нет официальной статистики случаев нанесения существенного ущерба физическому и психическому здоровью, летальных исходов на почве психологической зависимости от компьютерных игр, но в то же время существует множество примеров, описанных в средствах массовой информации, которые свидетельствуют о серьезности и опасности чрезмерного увлечения компьютерными играми. Исследования показывают, что здоровью геймеров наносится непоправимый вред на физиологическом, психологическом и социальном уровнях [6].

Итак, компьютерная зависимость – это более широкое понятие, которое включает в себя любую аддикцию, связанную с работой или времяпровождением за компьютером. Компьютерная игромания – это разновидность компьютерной зависимости.

Вместе с тем, возникает вопрос: что же является предметом зависимости – компьютер, как техническое средство, или компьютерная игра? С одной стороны, компьютер – это средство, так сказать промежуточное звено, между объектом и субъектом аддиктивного поведения. Психологическая зависимость формируется не от самого технического средства (компьютера), а от определенных специально разработанных компьютерных программ (в нашем случае компьютерных игр), установленных на компьютер. То есть пользователя интересует в первую очередь программное обеспечение, а не монитор, клавиатура, наушники. С другой стороны, именно компьютер и его гарнитура позволяют играть, в полной мере ощущать и переживать определенные эмоции от игры. В связи с этим заядлые игроманы часто тратят немалые деньги на приобретение новых мощных компьютеров, чтобы запустить новую игру, в которой используются самые передовые технологии.

Как видим, компьютерная аддикция напрямую связана с определенными видами компьютерных игр и самым техническим средством (компьютером). Поэтому определяя предмет кибераддикции компьютерную игру нельзя рассматривать отдельно от компьютера. Только в тесной взаимосвязи эти два компонента ведут к формированию психологической зависимости.

В-третьих, в общем, авторы сходятся во мнениях при определении понятия компьютерной игровой зависимости. Само понятие игромании предполагает болезненное влечение к определенным видам игр. Выделяют такие разновидности игромании: лудомания, гемблинг (зависимость от азартных игр) и компьютерная игромания, кибераддикция, гейм-аддикция, компьютерная игровая зависимость (зависимость от компьютерных игр).

Компьютерная игровая зависимость, гейм-аддикция, кибераддикция, игровая аддикция, компьютерная игромания – это синонимические понятия, которые обозначают патологическое пристрастие человека к постоянному времяпровождению за компьютерной игрой.

Л.И. Шакирова в своем исследовании утверждает, что положительные эмоции сопровождающиеся подъемом настроения присутствуют как в процессе самой игровой деятельности, так и в ситуациях «предвкушения» компьютерной игры. А после выхода из виртуального мира настроение снова ухудшается, быстро возвращаясь на исходный уровень, оставаясь на нем до следующего «вхождения» в виртуальный мир [9, С. 143-144].

Результаты проведенных нами индивидуальных бесед со 112 несовершеннолетними потенциальными игроманами г. Киева и г. Черкассы (Украина) свидетельствуют также о хорошем настроении и самочувствии игроков во время игры. Многие респонденты употребляли слово «удовольствие» при описании своего эмоционального состояния в игре. При этом, по словам опрошенных, эмоциональная кульминационная разрядка наступает в момент совершения какого-то действия, на которое были направлены все умения и «силы» играющего, то есть при достижении поставленной цели. Основная цель, помимо набора очков и перехода на следующий уровень, заключалась в уничтожении противника (врага), демонстрации своего первенства и превосходства. Также респонденты отмечали, что почувствовав один раз вкус победы, возникает непреодолимое желание снова и снова побеждать и испытывать удовольствие. При этом поражение в компьютерной игре тоже играет немаловажную роль – оно становится стимулом больше тренироваться, придумывать новые тактические схемы и стратегии, чтобы в следующий раз выиграть.

Как видим, ключевым чувством, которое движет и стимулирует игромана к продолжению компьютерной игры является удовольствие. Исходя из вышеизложенного, предлагаем такую трактовку понятия «компьютерной игромании» – это аномальное пристрастие человека к длительной игре ради изменения своего психического состояния путем чрезмерной фиксации чувства удовольствия на определенных видах компьютерных игр.

В завершение хотелось бы отметить, что опасность чрезмерного увлечения компьютерными играми с каждым годом возрастает. Об этом свидетельствуют результаты многих исследований. Безусловно, крайне важными являются практически направленные вопросы изучения компьютерной аддикции, связанные с диагностикой компьютерной игромании, психопрофилактикой и психотерапией зависимого поведения. Но тем не менее, теоретический аспект данной проблемы не уступает по своей важности. Поэтому определив место компьютерной игровой зависимости в структуре аддиктивного поведения, сформулировав основные понятия, принципы и закономерности формирования компьютерной игровой аддикции, возникает возможность более детального и достоверного изучения данной проблемы на практике.

ЛИТЕРАТУРА

1. Авдеев Д.А. О некоторых так называемых нехимических зависимостях / Официальный сайт. [Электронный ресурс] <http://www.daavdeev.ru/stati-i-intervyu/o-nekotoryix-tak-nazyivaemyix-neximicheskix-zavisimostyax.html>.
2. Акопов А.Ю. Свобода от зависимости. Социальные болезни Личности / А.Ю. Акопов – СПб.: Речь, 2008. – 224 с.
3. Егоров А.Ю. Нехимические зависимости / А.Ю. Егоров – СПб.: Речь, 2007. – 190 с.
4. Котляров А.В. Другие наркотики или Homo Addictus: Человек зависимый / А.В. Котляров – М.: Психотерапия, 2006. – 480 с.
5. Менделевич В.Д. Психология девиантного поведения: [учебное пособие] / В.Д. Менделевич – СПб.: Речь, 2005. – 445 с.
6. Никитина Л.Н. Последствия чрезмерного увлечения компьютерными играми у несовершеннолетних / Л.Н. Никитина // Азимут научных исследований: педагогика и психология, 2016. Т. 5. №2 (15). – С. 249-253.
7. Спринц А.М., Ерышев О.Ф. Химические и нехимические зависимости / А.М. Спринц, О.Ф. Ерышев. – СПб.: СпецЛит, 2012. – 127 с.
8. Старшенбаум Г.В. Аддиктология: психология и психотерапия зависимостей / Г.В. Старшенбаум – М.: Когито-Центр, 2006. – 367 с.
9. Шакирова Л.И. Исследование мотивационной, эмоционально-волевой сферы и психофизиологических особенностей подростков с позиции влияния на них компьютерных игр агрессивного содержания: дисс. ... канд. психол. наук / Л.И. Шакирова – Казань, 2006. – 150 с.
10. Янг К.С. Диагноз – интернет-зависимость / К.С. Янг // Мир Интернет. 2000. №2 – С. 24 – 29.

Nikitina Lyudmila Nikolaevna

The Krasnodar university of the ministry of internal affairs of the Russian Federation
Simferopol branch, Russia, Simferopol
E-mail: flm2014@yandex.ru

Computer game addiction in the structure of addictive behaviour

Abstract. With the introduction of such technical means as computer human activities and leisure have become much easier and more interesting. But apart from many advantages, computer technologies have disadvantages. One of them is the psychological addiction to computer games.

This work presents a theoretical analysis of the existing points of view on a computer game addiction as a form of addictive behaviour. The views of domestic and foreign scholars on the study of this phenomenon from several points are considered: a term that denotes a computer game addiction, a position of the computer game addiction in the structure of addictive behavior and the definition of the concept of "computer game addiction".

On the basis of empirical research and individual interviews with 112 potential computer compulsive gamblers from Kyiv and Cherkassy (Ukraine), it was found that a key element in the formation of psychological addiction to computer games is the feeling of pleasure during the game when the goal is reached. Basically the goal was to destroy the enemy and to exult on the occasion of the victory. Based on the received results author's interpretation of the concept of "computer game addiction" was proposed.

Keywords: addiction; non-chemical addiction; addictive behavior; computer games; passion; gambling addiction; computer game addiction; Internet addiction; pleasure; mental health

REFERENCES

1. Avdeev D.A. O nekotorykh tak nazyvaemykh nekhimicheskikh zavisimostyakh / Ofitsial'nyy sayt. [Elektronnyy resurs] <http://www.daavdeev.ru/stati-i-intervyu/o-nekotoryix-tak-nazyivaemyix-neximicheskix-zavisimostyax.html>.
2. Akopov A.Yu. Svoboda ot zavisimosti. Sotsial'nye bolezni Lichnosti / A.Yu. Akopov – SPb.: Rech', 2008. – 224 s.
3. Egorov A.Yu. Nekhimicheskie zavisimosti / A.Yu. Egorov – SPb.: Rech', 2007. – 190 s.
4. Kotlyarov A.V. Drugie narkotiki ili Homo Addictus: Chelovek zavisimyy / A.V. Kotlyarov – M.: Psikhoterapiya, 2006. – 480 s.
5. Mendelevich V.D. Psikhologiya deviantnogo povedeniya: [uchebnoe posobie] / V.D. Mendelevich – Spb.: Rech', 2005. – 445 s.
6. Nikitina L.N. Posledstviya chrezmernogo uvlecheniya komp'yuternymi igrami u nesovershennoletnikh / L.N. Nikitina // Azimut nauchnykh issledovaniy: pedagogika i psikhologiya, 2016. T. 5. №2 (15). – S. 249-253.
7. Sprints A.M., Eryshev O.F. Khimicheskie i nekhimicheskie zavisimosti / A.M. Sprints, O.F. Eryshev. – SPb.: SpetsLit, 2012. – 127 s.
8. Starshenbaum G.V. Addiktologiya: psikhologiya i psikhoterapiya zavisimostey / G.V. Starshenbaum – M.: Kogito-Tsent, 2006. – 367 s.
9. Shakirova L.I. Issledovanie motivatsionnoy, emotsional'no-volevoy sfery i psikhofiziologicheskikh osobennostey podrostkov s pozitsii vliyaniya na nikh komp'yuternykh igr agressivnogo sodержaniya: diss. ... kand. psikhol. nauk / L.I. Shakirova – Kazan', 2006. – 150 s.
10. Yang K.S. Diagnostika – internet-zavisimost' / K.S. Yang // Mir Internet. 2000. №2 – S. 24 – 29.