

Мир науки. Педагогика и психология / World of Science. Pedagogy and psychology <https://mir-nauki.com>

2023, Том 11, № 6 / 2023, Vol. 11, Iss. 6 <https://mir-nauki.com/issue-6-2023.html>

URL статьи: <https://mir-nauki.com/PDF/25PSMN623.pdf>

5.3.4. Педагогическая психология, психодиагностика цифровых образовательных сред (психологические науки)

**Ссылка для цитирования этой статьи:**

Брешковская, К. Ю. Проблема развития социальных навыков и самооценки у подростков, играющих в компьютерные игры / К. Ю. Брешковская, Н. С. Бобровникова // Мир науки. Педагогика и психология. — 2023. — Т. 11. — № 6. — URL: <https://mir-nauki.com/PDF/25PSMN623.pdf>

**For citation:**

Breshkovskaya K. Yu., Bobrovnikova N.S. The problem of developing social skills and self-esteem in teenagers playing computer games. *World of Science. Pedagogy and psychology*. 2023; 11(6): 25PSMN623. Available at: <https://mir-nauki.com/PDF/25PSMN623.pdf>. (In Russ., abstract in Eng.)

УДК 159.9.07

**Брешковская Каринэ Юрьевна**

ФГБОУ ВО «Тульский государственный педагогический университет имени Л.Н. Толстого», Тула, Россия  
Доцент  
Кандидат педагогических наук, доцент  
E-mail: karine\_br@mail.ru

**Бобровникова Наталия Сергеевна**

ФГБОУ ВО «Тульский государственный педагогический университет имени Л.Н. Толстого», Тула, Россия  
Старший преподаватель  
E-mail: vicious.angel@yandex.ru

## **Проблема развития социальных навыков и самооценки у подростков, играющих в компьютерные игры**

**Аннотация.** В статье актуализируется проблема компьютерной игровой зависимости у младших подростков в условиях развития современных компьютерных технологий, которые оказывают как позитивное, так и негативное влияние на обучающихся.

Теоретический анализ психологических исследований позволил рассмотреть такие положительные характеристики компьютерных игр, как развитие когнитивных способностей, эмпатии, а также навыков, направленных на решение разнообразных практических задач в реальной жизни. Такие игры дарят положительные эмоции, помогают найти новых знакомых, развивают мелкую моторику, память, творческое мышление у пятиклассников.

Обобщая современные исследования, авторами описаны и негативные аспекты компьютерных игр для младших подростков. Так, по мнению учёных-исследователей, видеоигры могут стать фактором риска для младших подростков, т. к. забирают много времени от других значимых видов деятельности, усугубляют психологическое состояние ребёнка и могут перерасти в зависимость. Это может привести к таким негативным последствиям, как снижение успеваемости в школе, ухудшение физического и психического здоровья, потеря социальных связей.

Анализ эмпирического исследования позволили авторам выявить у 56 % обучающихся детскую компьютерную зависимость, где ведущим компонентом зависимости является компенсаторный фактор. Это свидетельствует о том, что у младших подростков встречаются проблемы в построении отношений с реальностью; неспособность наладить дружеские

отношения в классе; превалирует эмоциональный контакт с виртуальностью; происходит поиск гармонии, эмоциональной стабильности и удовольствия в виртуальности — то есть все, что способствует компенсации не благополучности в семье и социуме.

**Ключевые слова:** компьютерные игры; подростки; самооценка; социальные навыки; зависимость; профилактика; интернет

### Введение и обоснование

Социально-педагогическая профилактика компьютерной игровой зависимости у младших подростков актуализируется в условиях модернизации современного образования в связи с развитием современных компьютерных технологий, которые оказывают как позитивное, так и негативное влияние на обучающихся. Видеоигры, бесспорно влияют на человека по-разному, есть множество исследований, которые говорят о позитивном влиянии [1–4]. Компьютерные игры могут развивать когнитивные способности, эмпатию и навыки применимые в реальной жизни, они дарят эмоции, знания и новых знакомых, помогают развивать мелкую моторику, память, творческое мышление, все это приятный эффект [5, с. 59–65; 6]. Но видеоигры могут стать фактором риска, например, забирать время от других значимых видов деятельности, усугубить психологическое состояние человека и перерасти в зависимость. Тогда результат их влияния будет противоположным, что может привести к таким негативным последствиям, как снижение успеваемости в школе, ухудшение физического и психического здоровья, потеря социальных связей [7, с. 49–52].

В 2018 году Всемирная организация здравоохранения внесла зависимость от компьютерных видеоигр в 11-й перечень международной классификации болезней, где она получила название игровое расстройство. Документ вступил в силу с 1 января 2022 года. По ВОЗ, игровое расстройство трактуется как форма психологической аддикции, которая выражается в отсутствии контроля за временем, проведенным в видеоигре, навязчивом увлечении процессом игры, несмотря на появление негативных последствий для человека, а также отведении видеоиграм преимущественной позиции в сопоставлении с другими видами деятельности [1].

Из-за специфической ситуации развития, которая является сензитивным периодом для формирования аддиктивных паттернов поведения, младшие подростки — это группа риска развития компьютерной игровой зависимости. Ведущей деятельностью в подростковом возрасте является общение со сверстниками. Неспособность наладить с ними дружеские отношения, а также недопонимание со стороны взрослых — возможные причины ухода подростка в виртуальность с целью компенсации проблем в межличностных отношениях [8].

Первые упоминания о компьютерной игровой зависимости нашли отражение в трудах зарубежных ученых, в восьмидесятые годы двадцатого века (М. Шоттон, Ш. Текл), в дальнейшем изучением проблемы занимались такие исследователи, как Питер Грэй и Мэри Энн Либерт.

Отечественное научное сообщество обратило внимание на проблему с начала нулевых годов двадцать первого века. Психологические и социальные аспекты компьютерной игровой зависимости исследовались в работах А.Е. Войскунского [7], А.Е. Жичкиной [9], Ц.П. Короленко [10] и других ученых.

Проблемой профилактики компьютерной игровой зависимости у детей и подростков занимались: Лузько А.В. [11], Луговая О.М., [12, с. 440–443], Черникова И.В. [13]. В их работах отражены инновационные профилактические технологии, в частности Черникова И.В. [13] и Луговая О.М. предлагают введение в социально-педагогическую профилактическую практику

интернет-технологий, обуславливая это тем, что интернет играет важную роль в жизни каждого подростка.

**С целью** выявления уровня компьютерной завосимости, уровня развития социальных навыков и самооценки нами было проведено диагностическое исследование **на базе** Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Центр образования № 36» г. Тулы. Выборка характеризуется следующим образом: учащиеся 5 «Б» класса в количестве 18 человек. Средний возраст испытуемых — 11,5 лет.

**Диагностический инструментарий** был подобран с учетом поставленной цели исследования и возрастных особенностей испытуемых:

1. Определение уровня развития социальных навыков Гольдштейна. Автор методики: А.П. Гольдштейн.<sup>1</sup>
2. Изучение общей самооценки. Автор методики: Г.Н. Казанцева.<sup>2</sup>
3. Тест — опросник степени увлеченности младших подростков компьютерными играми А.В. Гришиной. Автор методики: А.В. Гришина [14, с. 131–141].
4. «Тест на выявление детской компьютерной зависимости» Дроздикова-Зарипова А.Р., Шакурова А.Р. Авторы: Дроздикова-Зарипова А.Р., Шакурова А.Р. [15].

### Результаты исследования

По результатам проведенного исследования на выявление компьютерной игровой зависимости у младших подростков были получены следующие данные.

1. «Определение уровня развития социальных навыков Гольдштейна» (А.П. Гольдштейн).

Результаты, полученные при диагностике представлены на рисунке 1, говорят об уровне сформированности социальных навыков у учащихся 5 «Б» класса.

39 % (7 человек) испытуемых имеют адекватную оценку уровня своего социального развития и социального развития сверстников, это говорит о том, что у подростков реалистическая, взвешенная позиция в основном, соответствующая уровню развития взрослого человека. Ответственное отношение к жизни при этом сочетается с адекватной оценкой окружающих.

У 22 % (4 человека) подростков завышенная оценка собственных социальных навыков и заниженная оценка уровня развития социальных навыков остальных, что характеризуется переоценкой своих возможностей в области социальной адаптации. Они считают себя умелыми, ловкими, опытными в то время, как большинство их сверстников еще маленькие, не умеющие ориентироваться в поведении окружающих. В поведении это проявляется в авторитарной позиции и стремлении к лидерству.

17 % (3 человека) подростков присуща адекватная оценка других и заниженная оценка своих социальных способностей. При адекватном восприятии социальной ситуации в целом такой подросток склонен недооценивать свои возможности. В поведении это характеризуется повышенным уровнем тревожности и настороженности в отношениях со сверстниками.

<sup>1</sup> Бодалев А.А. Общая психодиагностика [Текст] / А.А. Бодалев, В.В. Столин, В.С. Аванесов // Общая психодиагностика СПб.: Изд-во «Речь», 2000 — 440 с.

<sup>2</sup> Двинин, А.П., Современная психодиагностика: учебно-практическое руководство [Текст] / А.П. Двинин, И.А. Романченко. — СПб.: Речь, 2012. — 283 с.

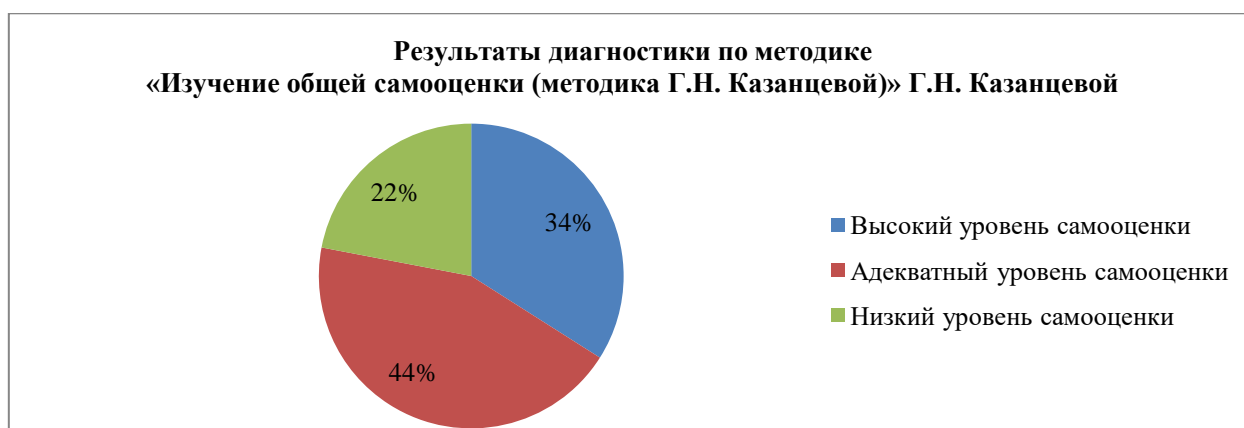


**Рисунок 1.** Результаты диагностики по методике «Определение уровня развития социальных навыков Гольдштейна» А.П. Гольдштейна (составлено авторами)

Адекватная оценка себя и заниженная оценка социального поведения окружающих сверстников характерна для 11 % (2 человека) испытуемых. При адекватной в целом позиции такой подросток считает именно себя, в отличие от сверстников, способным включиться во взрослые отношения. Большинство своих сверстников, в этом случае, подросток часто считает недостаточно опытными, еще не выросшими в отличие от себя. В поведении это характеризуется ответственной и взвешенной, хотя иногда и изолированной от остальных ребят позицией.

У 11 % (2 человека) подростков заниженная оценка своих социальных способностей и социальных способностей сверстников. Этой социальной позиции подростка соответствует страх перед миром взрослых, неуверенность в своих способностях и способностях своих сверстников успешно адаптироваться к нормальной взрослой жизни. В поведении таких подростков обычно заметно повышен уровень тревожности, и стремление находится в группе сверстников.

2. «Изучение общей самооценки (методика Г.Н. Казанцевой)» Г.Н. Казанцева.



**Рисунок 2.** Результаты диагностики по методике «Изучение общей самооценки (методика Г.Н. Казанцевой)» Г.Н. Казанцевой (составлено авторами)

Полученные при диагностике результаты по выявлению уровня самооценки младших школьников представлены на рисунке 2.

Согласно полученным результатам у 34 % испытуемых высокая самооценка, у 44 % адекватный уровень и 22 % низкий. Можно сделать вывод, что у большинства участников диагностики адекватный уровень самооценки. При завышенной самооценке у человека возникает идеализированный образ своей личности. Он переоценивает свои возможности, ориентирован только на успех, игнорирует неудачи. Средний уровень самооценки говорит о том, что человек принимает себя и обладает чувством собственного достоинства. Низкая личностная самооценка тесно связана с чувством вины, стыда, страха, а порой и враждебности к окружающему миру.

3. «Тест — опросник степени увлеченности младших подростков компьютерными играми А.В. Гришиной» (А.В. Гришина) (рис. 3).



**Рисунок 3.** Результаты диагностики по методике «Тест — опросник степени увлеченности младших подростков компьютерными играми А.В. Гришиной» А.В. Гришиной (составлено авторами)

По результатам методики «Тест — опросник степени увлеченности младших подростков компьютерными играми А.В. Гришиной» было выяснено, что у большинства, а именно у 61 % (11 человек) испытуемых естественный уровень увлеченности компьютерными играми. Видеоигры для них носят характер развлечения, не имеющего негативных последствий. Подростки контролируют свою игровую активность, редко играют и думают об игре.

У 39 % (7 человек) испытуемых средний уровень увлеченности компьютерными играми, это свидетельствует о том, что компьютерные игры являются важной частью жизни подростков, их внимание сфокусировано на определенных видах компьютерных игр, но при этом они не теряют контроля над частотой игровых сеансов и временными затратами на игру, видеоигры выполняют компенсаторные функции.

4. «Тест на выявление детской компьютерной зависимости» (Дроздикова-Зарипова А.Р., Шакурова А.Р.).

Полученные результаты по данной методике говорят о причинах детской компьютерной зависимости. Визуально результаты представлены на рисунке 4.

По результатам методики «Тест на выявление детской компьютерной зависимости» Дроздикова-Зарипова А.Р., Шакурова А.Р. было выяснено, что у большинства испытуемых, а именно у 56 % (10 человек) ведущим компонентом компьютерной зависимости является компенсаторный компонент. Это свидетельствует о том, что у подростков проблемы в построении отношений с реальностью; эмоциональный контакт с виртуальностью; поиск гармонии, эмоциональной стабильности и удовольствия в виртуальности — т. е. все, что способствует компенсации неблагополучности.



**Рисунок 4.** Результаты диагностики по методике  
«Тест на выявление детской компьютерной зависимости»  
Дроздикова-Зарипова А.Р., Шакурова А.Р. (составлено авторами)

У 22 % (4 человека) выражен социальный компонент, это говорит о помещении интересов, жизненных приоритетов в виртуальное пространство. Может сопровождаться раздражением при разрыве контакта; связыванием своего будущего и планов с компьютером; отношениями в виртуальности.

Для 22 % (4 человека) характерен сверхценностный компонент, который трактуется высокой степенью поглощенности личного пространства компьютером (затраты времени, здоровья, денег на компьютер).

### Обсуждения и выводы

Анализируя полученные данные по результатам вышеупомянутых методик, можно сформулировать следующие выводы:

- Большинство учеников класса не испытывают трудностей в общении и выстраивании социальных связей, они адекватно оценивают сформированность своих социальных навыков. Но в классе присутствуют и те, кто негативно оценивают уровень сформированности своих социальных навыков, для них характерна недооценка своих способностей, повышенная тревожность и настороженность в отношении со сверстниками.
- У 34 % испытуемых высокая самооценка, у 44 % средний уровень и 22 % низкий. Можно сделать вывод, что у большинства участников диагностики адекватный уровень самооценки.
- Зависимость от компьютерных игр не выявлена, большинство подростков увлекаются видеоиграми, которые носят для них характер развлечения или хобби, не неся за собой негативных последствий. Однако у 39 % испытуемых средний уровень увлеченности компьютерными играми, для них видеоигры выполняют компенсаторные функции.
- В группе испытуемых преобладает компенсаторный компонент компьютерной зависимости, который способствует компенсации неблагополучности. У остальных подростков, в равной степени разделились социальный и сверхценностный компоненты. Первый говорит о перемещении социального круга общения из реального мира в виртуальный. Второй характеризуется высоким уровнем увлеченности компьютером и затратами на него времени, денег и здоровья, как физического, так и ментального.

По полученным результатам диагностического исследования была разработана программа, направленная на профилактику компьютерной игровой зависимости у младших подростков, состоящая из 16 занятий. Ее цель — проведение работы по профилактике компьютерной игровой зависимости у младших подростков. Задачи программы следующие: сформировать знания младших подростков о пользе и вреде современных компьютерных технологий; сформировать знания о правилах безопасной работы в сети Интернет; познакомить младших подростков с понятиями «нехимическая зависимость» и «компьютерная игровая зависимость», их видами; развить навыки общения со сверстниками у младших подростков; повысить уровень самооценки младших подростков; совершенствовать навыки самоорганизации младших подростков; проинформировать родителей и педагогов о проблеме игровой зависимости среди младших подростков, дать рекомендации.

## ЛИТЕРАТУРА

1. 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).
2. Зими́на, К.И. Положительное влияние компьютерных игр на развитие подростков / К.И. Зими́на. — Текст: непосредственный // Современная психология: материалы II Междунар. науч. конф. (г. Пермь, июль 2014 г.). — Т. 0. — Пермь: Меркурий, 2014. — С. 43–45. — URL: <https://moluch.ru/conf/psy/archive/111/5899/> (дата обращения: 14.11.2023).
3. Маслова, Ю.В. Позитивные и негативные аспекты использования компьютерных технологий у детей и подростков / Ю.В. Маслова // Образовательные технологии и общество. — 2013. — Т. 16, № 4. — С. 493–503.
4. Игнашова, Е.М. Информационно-коммуникационные технологии в образовании: плюсы и минусы / Е.М. Игнашова, О.А. Чистякова // Образовательный потенциал: сб. мат-лов Междун.науч.-практ. конф. — Чебоксары, 2018. — С. 181–183.
5. Филатова Т.П. Компьютерная игровая аддикция — новый вид аддиктивного поведения XXI века / Т.П. Филатова // European journal of education and applied psychology. — 2016 — № 3. — С. 49–52.
6. Степанцева О.А. Социальный портрет геймера // Известия Российского государственного педагогического университета имени А.И. Герцена. — Санкт-Петербург, 2007. — Т. 6, № 24. — С. 80–83.
7. Войскунский А.Е. Феномен зависимости от Интернета // Гуманитарные исследования в Интернете / Под ред. А.Е. Войскунского. М., 2000 С. 100–131.
8. Корж Е.М. Развитие подростка в современных условиях с учетом гендерных факторов // Фельдштейновские чтения. Материалы I межвузовской научно-практической конференции. Москва, 2017. С. 51–57.
9. Жичкина, А.Е. Пространство, населенное другими / А.Е. Жичкина // Планета Интернет. — 2008 — № 16 — С. 76–81.
10. Короленко, Ц.П. Интернет-зависимость в русскоязычном секторе интернета / Ц.П. Короленко, В.А. Лоскутова // Бюллетень СО РАМН. — 2004 — № 3 — С. 45–51.

11. Лузько А.В. Игровая компьютерная зависимость и профилактическая деятельность по ее преодолению / А.В. Лузько // Архивариус. — 2016 — № 3(7). — С. 154–157.
12. Луговая, О.М. Компьютерно-игровая зависимость молодежи: факторы возникновения и особенности профилактики / О.М. Луговая, И. В. Черникова // Проблемы современного педагогического образования. — 2018 — № 60, ч. 3 — С. 440–443. — 2018.
13. Черникова И.В. современные подходы к профилактике кибераддикции / И.В. Черникова, О.М. Луговая. // В сборнике: Проблемы полиэтничного региона: социально — политические и психологические контексты материалы одноименной подсекции 3 ежегодной НПК СКФУ. ФГАОУ ВПО «СКФУ». Ставрополь — 2019. С. 106–112.
14. Гришина А.В. Тест-опросник степени увлеченности младших подростков компьютерными играми // Вестник Московского университета. Серия 14. Психология. — 2014. — № 4 — с. 131–141.
15. Дроздикова-Зарипова А.Р. Педагогическая коррекция компьютерной зависимости у подростков группы риска: теория, практика / А.Р. Дроздикова-Зарипова, Р.А. Валеева, А.Р. Шакурова // [Текст]: теория, практика: монография. — Казань: Отечество, 2012 — 280 с.



**Breshkovskaya Karine Yuryevna**

Tula State Lev Tolstoy Pedagogical University, Tula, Russia  
E-mail: karine\_br@mail.ru

**Bobrovnikova Natalia Sergeevna**

Tula State Lev Tolstoy Pedagogical University, Tula, Russia  
E-mail: vicious.angel@yandex.ru

## **The problem of developing social skills and self-esteem in teenagers playing computer games**

**Abstract.** The article actualizes the problem of computer gaming addiction in younger adolescents in the context of the development of modern computer technologies, which have both positive and negative effects on students.

The theoretical analysis of psychological research allowed us to consider such positive characteristics of computer games as the development of cognitive abilities, empathy, as well as skills aimed at solving a variety of practical tasks in real life. Such games give positive emotions, help to find new acquaintances, develop fine motor skills, memory, creative thinking in fifth graders.

Summarizing modern research, the authors describe the negative aspects of computer games for younger teenagers. So, according to research scientists, video games can become a risk factor for younger teenagers, because they take a lot of time away from other significant activities, aggravate the psychological state of the child and can develop into addiction. This can lead to negative consequences such as decreased school performance, deterioration in physical and mental health, and loss of social connections.

Analysis of the empirical study allowed the authors to identify children's computer addiction in 56 % of students, where the leading component of the addiction is a compensatory factor. This indicates that younger adolescents have problems building relationships with reality; inability to form friendships in the classroom; emotional contact with virtuality prevails; there is a search for harmony, emotional stability and pleasure in virtuality — that is, everything that helps compensate for problems in the family and society.

**Keywords:** computer games; teenagers; self-esteem; social skills; addiction; prevention; internet