

ПРИЧИНЫ ОБРАЩЕНИЯ ВЗРОСЛЫХ ЛЮДЕЙ К ИГРОВОЙ КОМПЬЮТЕРНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Нелидова В. В.

*Нелидова Валентина Владимировна / Nelidova Valentina Vladimirovna – студент,
кафедра акмеологии и психологии профессиональной деятельности, факультет психологии,
Институт общественных наук
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
Российская академия народного хозяйства и государственной службы при Президенте Российской Федерации,
г. Москва*

Аннотация: в статье анализируются причины формирования у взрослых людей сверхувлеченности компьютерными играми, рассматривается соотношение основных факторов среды и внутриличностной организации геймеров, влияющее на формирование игровой компьютерной зависимости, устанавливается связь между фрустрированными потребностями личности в поддерживающем контакте со значимым объектом в раннем детском возрасте и стремлением к символическому воссозданию такого контакта, а также самовоплощению идеализированного образа себя в виртуальной среде.

Ключевые слова: игровая компьютерная зависимость, аддиктивное поведение, виртуальная среда, потребности, ложная личность.

Исследование игровой компьютерной зависимости до недавнего времени ограничивалось преимущественно детским и подростковым возрастом, однако тенденции последних лет указывают на все большую вовлеченность в игровую деятельность взрослых, часто хорошо социализированных людей, которые обращаются за психологической помощью сами или под влиянием родственников, обеспокоенных их состоянием здоровья и изменениями в поведении. В связи с этим перед профессиональным сообществом возникает задача подробного изучения данного вида аддикции в старшей возрастной группе с целью выявления ее причин и особенностей протекания, что позволит разработать эффективные методики преодоления патологического увлечения компьютерными играми у взрослых людей.

Согласно классическому определению, зависимое поведение является способом изменения индивидом своего неблагоприятного эмоционального состояния путем приема определенных химических веществ (алкоголь, наркотики, лекарства и др.) или специфического поведения (шопоголизм, экстремальный спорт, трудоголизм, игромания и проч.) [1, с. 34]. В обоих случаях целью аддикта является разрыв контакта с реальностью, нежелание или неспособность переносить фрустрацию, противостоять обстоятельствам жизни. Это свидетельствует либо о недостаточности личностного ресурса зависимых людей, либо о крайне высоком уровне агрессивности окружающей среды, что приводит к истощению внутренних ресурсов человека и последующей травматизации его психики, а в долгосрочной перспективе, например, при многолетнем проживании рядом с психопатическими личностями (алкоголиками, наркоманами, садистами), формирует структуры характера, вызывающие склонность к уединению от реальности, следствием чего часто становится вовлеченность таких людей в различные виды зависимого поведения.

В психоаналитическом подходе выдвинута гипотеза о том, что причиной формирования склонности к аддиктивному поведению может стать пережитый в раннем возрасте разрыв ребенка со значимым объектом, что сопровождалось непереносимыми чувствами страха, вины и зависти. Выдерживать эти переживания индивид не может, что вызывает тенденцию искать способ вызвать у себя ощущение соединенности с объектом, пусть даже иллюзорное и разрушительное по сути. Благодаря этому внутренне проживается живой эмоциональный контакт с объектом, а также возникают иллюзорные ощущения всемогущества и неуязвимости, утраченные в момент травмы. Негативным следствием такого поведения является отсутствие в реальной жизни аддикта настоящего эмоционального контакта с людьми, что наносит вред гармоничному развитию личности [2, с. 243].

Из всех видов зависимого поведения сверхувлеченность компьютерными играми предоставляет здесь особую опасность, так как позволяет переживать имитированные ситуации общения, совместной деятельности, движения к общим целям в формах, точно воссоздающих реальность. Таким образом, потребность в контакте может ощущаться как удовлетворенная, что не соответствует действительности. Кроме того, необходимо учитывать, что анонимность виртуальной среды позволяет игрокам создавать себе своеобразные «ложные личности», поэтому считать полноценным контакт между персонажами даже в командных сетевых играх нельзя.

Возможность изменять свои социально-психологические характеристики на время пребывания в игровом пространстве является еще одним важным мотиватором, подталкивающим многих игроков к

экрану монитора. Л. Н. Юрьева и Т. Ю. Бальбот отмечают, что виртуальная среда становится привлекательной для многих стремящихся к уходу из реальности в связи с рядом характеристик, аналогов которым в жизни найти невозможно: возможность воплощения своих фантазий о себе без ограничений и необходимости тяжелого труда, возможность подсматривать за чужими действиями и переживаниями (своего рода вуайеризм интернет-среды), а также предьявлять свои, причем в контролируемой и безопасной форме (данные тезисы применимы к так называемым ролевым играм) [3, с. 38-39]. Последствия в данном случае могут носить как негативный, так и позитивный характер для психики геймеров. Среди негативных можно называть развитие определенной аморальности, повышение толерантности ко лжи и антисоциальному поведению, а также отмечаемое многими авторами возрастание агрессивности, доходящее до «настроенности на убийство» среди игроков детского и взрослого возраста [4, с. 154; 5, с. 157]. К положительным аспектам освоения виртуальной среды некоторые исследователи относят возможность изучения человеком своей идентичности, благодаря чему происходит осознание геймером своих истинных потребностей и даже личностный рост [3, с. 38-39; 6, с. 154-155]. Не оспаривая данный вывод в целом, считаем нужным отметить, что данная задача вряд ли может быть решена человеком самостоятельно, так как требует хорошо развитых навыков осознания своего внутреннего процесса, нарабатываемых годами прохождения личной психотерапии, поэтому обращение к анализу игровой деятельности индивида более целесообразно в ходе профессиональной психотерапевтической работы.

Таким образом, можно заключить, что, обращаясь к компьютерным играм, современные люди стремятся разрешить ряд возникающих перед ними психологических проблем:

- преодоление сверхнапряжения от фрустрирующего влияния окружающей среды (в различных формах – от релаксации до отреагирования невыраженной агрессии);
- бегство из реальности по причине сформировавшегося в детстве травматического опыта утраты контакта со значимым объектом, что делает для аддикта мучительным любой «живой» контакт в настоящем, заставляя искать безопасные символические способы восполнения потребности в общении;
- компенсация невозможности воплощения в реальности идеалистических представлений о себе посредством создания в виртуальном пространстве привлекательных образов ложного «Я».

Также необходимо отметить, что значимым ресурсом для психотерапевтической коррекции игровой компьютерной зависимости может стать профессиональный анализ глубинных потребностей, лежащих в основе обращения взрослых людей к игровой деятельности.

Литература

1. Руководство по аддиктологии / Под ред. проф. В. Д. Менделевича. СПб., 2007.
2. *Куттер Петер, Мюллер Томас.* Психоанализ. Введение в психологию бессознательных процессов. М., 2011.
3. *Бальбот Т. Ю., Юрьева Л. Н.* Компьютерная зависимость: формирование, диагностика, коррекция и профилактика. Днепропетровск, 2006.
4. *Титова М. А., Сорокина Ж. А., Шагивалеева Г. Р.* Влияние компьютерных игр агрессивного характера на психику детей младшего школьного возраста / Международный журнал прикладных и фундаментальных исследований, 2012. № 1. С. 154.
5. *Бойко Н. Н.* Homo addictus: Человек зависимый (в рабстве пагубных пристрастий). М., 2012.
6. *Иванов М. С.* Влияние ролевых компьютерных игр на формирование психологической зависимости человека от компьютера / В сб.: Психология зависимости: Хрестоматия / Сост. К. В. Сельченко. Минск: Харвест, 2007.