**УДК 316**

**Гафиатулина Наталья Халиловна**

кандидат социологических наук, доцент,

докторант кафедры региональной социологии и

моделирования социальных процессов

Института социологии и регионоведения

Южного федерального университета

[gafiatulina@yandex.ru](mailto:gafiatulina@yandex.ru)

**Гнатченко Борис Алексеевич**

студент института математики,

механики и компьютерных наук

Южного федерального университета

gboris2411@yandex.ru

**Gafiatulina Natalya Khalilovna**

Candidate of sociological science,

associate professor of chair of region sociology and modeling of social processes

Institute of sociology and regional studies of the Southern federal university

[gafiatulina@yandex.ru](mailto:gafiatulina@yandex.ru)

**Gnatchenko Boris Alekseevich**  
a student of the Institute of mathematics,

mechanics and computer Sciences of the Southern Federal University

[gboris2411@yandex.ru](mailto:gboris2411@yandex.ru)

**КОМПЬЮТЕРНЫЕ ИГРЫ В МОЛОДЕЖНОЙ СРЕДЕ: ЗАВИСИМОСТЬ ИЛИ НОВЫЕ ВОЗМОЖНОСТИ?**

**COMPUTER GAMES AMONG YOUNG PEOPLE: ADDICTION OR NEW POSSIBILITIES?**

***Аннотация.*** *Данная статья освещает компьютерные игры и их влияние на молодежь с двух позиций: как причину возникновения острой проблемы аддиктивного характера – компьютерной игромании, и как абсолютно новую сферу деятельности. В настоящее время выводы о влиянии игр несут преимущественно негативный характер. Однако в научной литературе все чаще встречаются исследования и разработки, которые подчеркивают положительный характер компьютерных игр. Статья является обобщением исследований по теме «Влияние компьютерных игр на молодежь» и позволяет получить более точное представление о компьютерных играх.*

***Ключевые слова:*** *компьютерные игры, аддикции, новые возможности, киберспорт, мультитаскинг.*

***Annotation.*** *This article highlights the computer games and their influence on youth from two standpoints: as a cause of the acute problems of addictive nature - computer gambling, and as a completely new field of activity. Currently conclusions about the impact of games predominantly negative. However, in the scientific literature are increasingly common research and development, which emphasize the positive nature of computer games. Article is a summary of original research on the topic «Impact of computer games on young people» and provides a more accurate representation about the computer games.*

***Keywords:*** *computer games, addiction, new possibilities, competitive gaming, multitasking.*

В современном мировом сообществе повсеместная и всеобщая компьютеризация привела к возникновению новой, наиболее острой проблемы аддиктивного характера – компьютерной игромании. Однако в последнее время среди теоретиков массовой коммуникации, психологов, социологов и медицинских работников все чаще возникают дискуссии по поводу влияния компьютерных игр на развитие личности молодого человека: одни утверждают, что игры несут новые возможности для развития личности, другие же считают это опасным занятием, приводящим к аддикциям. С одной стороны, современные игровые компьютерные технологии открывают перед молодежью новые горизонты – например, устраняются барьеры социальных статусов, существующие в обществе между представителями различных социальных групп, в игре предоставляется возможность самовыразить себя тем, у кого в этом плане наблюдаются трудности в реальной жизнедеятельности. С другой же стороны, большинством ученых зафиксировано появление социально-психологической зависимости от компьютерных игр, происходят изменения в психике молодого поколения, проводящих в играх более четверти суток, формируются молодежные игровые сообщества и формируется личность компьютерного игромана [1].

Надо сказать, что сегодня игромания составляет проблему так называемых нехимических аддикций. Сразу заметим, что нехимическими считаются аддикции, при которых объектом зависимости становится поведенческий паттерн, (а не ПАВ). Молодые люди могут быть зависимы от разных форм поведения, и это находит подтверждение в повседневной жизнедеятельности.

Несмотря на слабое внимание со стороны медицины к нехимическим зависимостям, нельзя отрицать, на наш взгляд, что они, во-первых, не только возможны, но зачастую встречаются; во-вторых, могут быть столь же серьезны по своим последствиям, как и химические зависимости (алкоголизм, наркомания); в-третьих, пристрастие к компьютерным играм не обошло стороной ни молодое, ни пожилое поколение, при этом, вне социального статуса и места в социальной структуре общества и вне зависимости от уровня благосостояния, игра может привести не просто к финансовому кризису, но и к тяжелым расстройствам здоровья.

Так каким же образом мы можем охарактеризовать теорию нехимических игровых аддикций? Согласно С. Пилу и А. Бродскому, ее основные положения можно свести к следующим:

- физиологические механизмы играют незначительную роль в генезе всех видов аддикций (и компьютерных в том числе);

- аддиктивная зависимость создается не психоактивным веществом или объектом, а тем, как индивид относится к нему, иными словами, молодой человек может вести себя здоровым или нездоровым образом;

- причины возникновения аддикции не мистические, а являются частью жизненных обстоятельств (как правило, игровая зависимость появляется у молодых людей, социализирующихся в дисфункциональных и дисгармоничных семьях);

- проявления любой аддикции (как химической, так и нехимической) по своей сути имеют сходную природу и признаки [2].

Действительно, по данным Университета штата Нью-Мексико, недавние исследования показывают, что от 6 до 15 процентов всех геймеров проявляют признаки, которые могут быть охарактеризованы как некая наркомания. Хотя это расстройство может иметь серьезные последствия для тех, кто страдает от него, его признаки и симптомы иногда очень трудно распознать.

Существует два основных типа видеоигр и поэтому существует два основных типа игровых пристрастий. Стандартные видеоигры, как правило, предназначены для использования их одним игроком и включают в себя четкую цель или миссию. Пристрастие к таким играм связано как правило с завершением этой миссии или с тем, чтобы побить свой собственный рекорд, то есть набрать как можно больше очков за прохождение того или иного квеста.

Другой тип игромании связан с многопользовательскими онлайн играми. Эти игры проводятся онлайн с другими людьми и являются более захватывающими, так как обычно они не имеют окончания. Геймеры с таким типом зависимости любят создавать и становиться таким онлайн персонажем. Они часто строят отношения с другими онлайн-игроками. Для некоторых такой игровой мир является тем самым местом, где они являются наиболее признанными и находят себя [3].

Существует несколько взглядов на то, что является причиной игровой зависимости. Один из главных – это то, что видеоигры становятся такими захватывающими, потому что они должны быть такими. Дизайнеры видеоигр всегда ищут пути для привлечения большего числа людей, как способ получения большей прибыли. Они делают игру настолько привлекательной и вводят в нее постоянные изменения, что игрок постоянно возвращается к ней, каждый раз находя что-то новое. Виртуальная игра удовлетворяет потребность геймера во взаимодействии с архетипами собственного бессознательного. Чем больше образы компьютерной игры будут соответствовать бессознательным образам игроков, тем популярнее будет игра и тем больше потребитель будет от нее зависим, – это правило хорошо известно создателям игр [4].

Другой взгляд на причину возникновения игромании – это лабиринт компьютерной игры как подмена сакрального лабиринта, то есть модели вечного движения человека по лабиринту жизни – пути к обретению ценности, называемой в настоящее время смыслом жизни. Так и прохождение игры – это продвижение через уровни игры, преодоление препятствий с тем, чтобы достичь какую-то цель [4].

Считаем необходимым отметить, что в пространстве виртуальной компьютерной игры имеется возможность для осуществления трех форм игровой коммуникации: безличной, межличностной и мультиперсональной. Безличная игровая коммуникация – это получение обезличенной игровой информации. Межличностная игровая коммуникация выражается во взаимодействии одного человека с другим. Мультиперсональная игра представлена широким спектром вступающих друг с другом в интеракцию игроков.

В процессе игры происходит перманентное воздействие на личность молодого человека. Развитие личности в современном обществе не является однонаправленным и необратимым процессом. Неоднозначность происходящих социальных изменений, трансформация ценностного ядра создают предпосылки для позиции «открытого» диалога молодежи с социумом, когда информация, почерпнутая из различных компьютерных игр, становится все более убедительной для формирующейся личности и перекрывает собой первоначальные установки и мотивы молодых людей. Но именно необратимость социальных изменений выступает условием их устойчивости. Нарушение принципа необратимости проявляется в неустойчивости, случайности отдельных позитивных изменений социальных характеристик личности, а также в появлении непрогнозируемых, спонтанных, негативных явлений в ее поведении.

Все возрастающая привлекательность он-лайновой игры привела к еще одному неожиданному эффекту – параллельности занятий. Так, согласно недавно проведенным опросам, 82% американских подростков [5] к седьмому классу школы занимаются на компьютере сразу несколькими операциями: играют в интернетную игру, переписываются по электронной почте, слушают iTunes, обмениваются посланиями в Instant Messenger, смотрят телевизор, находятся в поисковой поограмме Google, «разговаривают» в чат-рум My Space, готовят уроки и т.д. Этот процесс назвали «multitasking» – решение многих задач одновременно. В среднем молодые люди в США проводят за компьютерными играми по шесть с половиной – семь часов астрономического времени, однако параллельность многих занятий растягивает это время почти до девяти часов. В связи с этим нынешнее молодое поколение и получило название «многоцелевое игровое поколение», так называемое «поколение М». Одержимость Интернетом, компьютерными играми привели к потере способности к размеренности, неторопливости. К сожалению, это ведет к поверхностности, неспособности сосредоточиться на чем-то одном.

Таким образом, мы очертили круг негативных воздействий компьютерных игр на личность молодого человека. Но неужели нет хотя бы минимального положительного эффекта? Прежде чем ответить на этот вопрос – опишем игровую виртуальную реальность. Сразу хотим подчеркнуть, что это та реальность, в которой отсутствует четкое разделение объективного и субъективного планов в понимании, где эти различные содержания перетекают друг в друга, становясь неразличимыми. Если выделить оппозиции «возможность – действительность», «субъективное – объективное», «актуальное – потенциальное», «искусственное – естественное», то какую противоположность можно найти для виртуальной игры? По нашему мнению, ее нельзя противопоставить актуальности, т.к. игровая виртуальность – это не мнимость, не кажимость в чистом виде, а лишь модель, к которой, однако, относятся не как к модели, а как к действительной реальности. Причем виртуальные игры не просто воспроизводят определенную реальность, но преобразуют ее за счет интерактивного изменения существующих свойств: изменчивости формы, размера, соотношения части и целого, движения между различными уровнями структуры и т.п., выводя представление молодых людей за рамки повседневного опыта.

В более широком смысле игровую компьютерную реальность можно представить как некоторую устойчивую структуру, условно объединенную в концептуальное пространство, но не являющуюся ни объектом, ни пространством в смысле физическом. Виртуальная игровая реальность всегда имеет среду своего существования и спектр возможных отношений к данной среде.

Сравним реальные пространственно-временные ограничения, налагаемые на каждодневные человеческие действия, и возможности их преодоления в виртуальной игровой реальности.

1. Пределы, связанные с физической конституцией молодого человека. К примеру, все люди испытывают потребность в пище и сне. Если такая потребность регулярно не удовлетворяется, то физические силы даже молодого человека истощаются. Человеческий организм ограничен в скорости передвижения по суше и воде, люди не умеют летать и возрождаться из огня как птица-феникс и пр. В противоположность этому в игровой виртуальной реальности индивиду нет необходимости испытывать естественных потребностей, а его физические способности (бегать, прыгать и даже летать) неимоверно возрастают.

2. Административные и социально-политические ограничения, определяемые существующей в обществе системой власти. Приведем яркий пример: требование о наличии прописки в городе для устройства на работу всех слоев населения (и молодежь здесь не составляет исключения) и невозможность получить ее иногороднему. В противовес этому в компьютерной игровой реальности снимаются ограничения на местожительство в пространстве и на пребывание во времени: погрузиться можно в любую историческую, географическую и фантастическую реальность (причем не только для игры, но и для работы).

3. Ограничения на взаимодействия. Так, в индустриальном обществе существует определенный распорядок дня (например, не принято ходить в гости в рабочее (учебное) время, а уходить – за полночь). Пространство перемещения может не иметь государственных границ (что, казалось бы, облегчает передвижение), но оно может и не иметь хороших дорог (а это затрудняет передвижение). В противоположность этому перемещение внутри виртуального игрового мира не ограничено ни качеством дорог, ни временем суток, ни скоростью.

4. Моральные ограничения. Как в уголовном праве, так и в нравственном кодексе и в религиозных предписаниях современных обществ убийство запрещается, является преступлением, уголовно наказуемым деянием. Подобных же ограничений виртуальные игры до сих пор не знают. В игре каждый может реализовать свое деструктивное начало, «спустить пар» и совершить виртуальное насилие, убийство (хотя этот пункт, пожалуй, говорит не в пользу виртуальной компьютерной игры). Но, тем не менее, мы зафиксировали четыре факта отсутствия в компьютерной игре ограничений (морально-нравственных и, шире, духовных), существующих в первичной социальной реальности.

Таким образом, можно прийти к выводу о том, что, несмотря на явную опасность, которую несут в себе компьютерные игры для формирования и развития личности молодого поколения, они также имеют и неожиданный позитивный эффект.

Продолжим рассмотрение позитивного воздействия компьютерных игр. По данным медиков, психологов и психотерапевтов, до четверти молодых людей испытывают депрессивное расстройство к 19 годам, что является одной из основных причин нетрудоспособности. Существуют эффективные методы лечения, однако менее 1/5 молодых людей с депрессивным расстройством получают лечение, отчасти из-за нехватки кадров, отчасти из-за того, что молодые люди не хотят искать традиционную помощь. Решением данной проблемы может служить компьютерная терапия. Она предлагает потенциальный путь вперед и может привлечь потенциальных «цифровых аборигенов». Также стоит отметить, что стоимость компьютерной терапии, по всей видимости, будет существенно ниже, чем стоимость традиционной терапии. Компьютеризированная когнитивно-поведенческая терапия также эффективна для взрослых, страдающих депрессивным расстройством, но, стоит отметить, что приверженность их такому виду лечения может быть проблематичной.

Известным примером компьютерной терапии является SPARX (Smart, Positive, Active, Realistic, X-factor thoughts) – бесплатная онлайновая компьютерная игра, призванная помочь молодым людям с легкой или умеренной формой депрессии, ощущением подавленности, стрессом или беспокойством. Игра помогает и обучает, как решить свои проблемы самостоятельно в соответствии с разговорным терапевтическим подходом, который имеет название Когнитивная поведенческая терапия (Cognitive Behavioral Therapy).

Программа построена на базе трехмерного фантазийного мира. Игра проводит игроков через семь областей (уровней), каждая продолжительностью от 30 до 40 минут. В начале Sparx’а пользователя приветствует гид, который объясняет что такое Sparx, и как он может помочь. Затем пользователь настраивает аватар и начинает путешествие по 7 областям с целью завершения различных квестов, к примеру, на первом уровне геймеры сражаются с т.н. GNATS (от Gloomy Negative Automatic Thoughts – мрачные отрицательные автоматические мысли), эти GNATS нападают на персонажа игры, и говорят негативные вещи, такие как, к примеру: «Ты – неудачник!». Кроме того, в игре пользователь встречает разных персонажей, решает головоломки и играет в мини-игры. Как только квест закончен, гид объясняет, как использовать новые навыки для того, чтобы чувствовать себя лучше, решать проблемы и т.п.

В 2009-2010 гг. команда SPARX провела исследование на 187 молодых юношах и девушках с целью выяснить эффективность SPARX. Исследователи сравнивали эффект от SPARX и стандартную помощь, оказываемую молодёжи. Исследования показали, что SPARX не уступает наиболее общему используемому лечению.

В 2012 году группа исследователей под руководством доктора Терезы Флеминг, решили протестировать игру. Они набрали подростков и распределили их на две группы, одна группа играла в видеоигру, вторая получала традиционное лечение. Около 60% были девушки со средним возрастом 16 лет. В обеих группах уровень тревоги и депрессии был сокращён примерно на одну треть. Однако видео игра помогла справиться с депрессивным состоянием большему количеству молодежи в возрасте от 12 до 19 лет. В 2013 г. SPARX получила награду на International Digital Award, организованной ЮНЕСКО [6].

Существует мнение, что такой вид игр как шутеры оказывают положительное влияние на человека и помогают справиться со стрессом, апатией и депрессией. «В 2009 году психолог… Леонард Рейнеке обнаружил, что видеоигры удивительно эффективны для снятия боевого стресса, апатии и депрессии. Это доказало неправоту многих критиков, утверждающих, что игры провоцируют изолированность, негативно влияют на личность и общество в целом. Другими словами, успех Doom и последующих подобных игр не погрузил нас в мир насилия. С другой стороны, горы виртуальных трупов, как это ни иронично, могут показать нам единственный возможный путь к более счастливой и полноценной жизни». Возражением такой точки зрения является то, что люди как-то сражались со стрессом, депрессией и т.п. и до 90-х гг., т.е. до появления компьютерных игр, однако, учитывая общеизвестный факт о колоссальном росте информации с 90-х гг., которую мы ежедневно потребляем, можно сделать вывод, что человечеству необходим новый способ справляться с ней [7].

Также стоит отметить, что благодаря играм современные подростки и молодые люди находят себе не только друзей, но и пару. Компании, занимавшиеся разработкой Web-сайтов, где молодежь получала возможность во время игры пообщаться с себе подобными, обменяться кодами и подсказками для прохождения сложных игровых участков, принять участие в соревнованиях. Вопиющие истории о том, что подросток умер за компьютером или семейная пара забыла ребенка на балконе, играя в очередную онлайн игру – не остаются незамеченными. Разработчики изменяют игры, делая их все более безопасными. По мере развития компьютерных технологий на сайтах игровых сообществ стали появляться укороченные по времени версии-продолжения старых и анонсы новых игр. В качестве статистического примера приведем две игры: бой в World of Tanks рассчитан на 15 минут и рейд в Lineage 2 или аналогичной игре на 20-25 минут. То есть нет «обязательной неотрывности» от игры, что случалось раньше. Более того, современные компьютерные игры, как указывает в своей работе А.В. Чистяков, стали новым полем, новым средством самовыражения и способом ухода от действительности, предоставляя возможность проявить себя тем, кто не может найти свое место в реальной жизни. И, кроме того, виртуальная игровая реальность становится мощным вторичным агентом социализации молодежи и в небольших временных затратах помогает решить важнейшую личностную задачу среди молодежи – повышения своего личностного статуса [8, С. 69].

Вообще, то, что происходит с личностью молодого человека внутри игрового виртуального пространства, как это пространство влияет на его психическое и социальное здоровье [9], несомненно, требует специальных исследований. Однако даже самые заядлые «зависшие игроманы» не «живут» внутри Сети, а постоянно возвращаются в реальную – офф-лайновую действительность – прежде всего для поддержания своего физического существования. Какими молодые люди возвращаются из виртуальной игры? Насколько нормы поведения, формируемые в сетевом игровом сообществе, отвечают нормативным запросам действительного общества? Конечно, связь между виртуальной игрой и реальностью существует. Но каким образом происходит скрещивание культурных образцов, полученных из разных источников, внутри самой личности молодого человека? Какие модели поведения выступают для него образцовыми? Какие понятия становятся значимыми? Наконец, как «сбиваются» нормы и образцы, заложенные благодаря социализации в офф-лайновом обществе, в обществе игровом? Эти вопросы становятся все более актуальными по мере возрастания зависимости молодежи от компьютерных игр. При этом, резюмируя, хотим подчеркнуть, что не стоит противопоставлять эти два типа общества (виртуальное – игровое и реальное): их оба надо совершенствовать.

***Литература:***

1. *Данилин А.Г. Анализ популярных теорий игровой зависимости: [Электронный ресурс] // Habrahabr.ru: крупнейшее в России интернет-сообщество людей, занятых в индустрии высоких технологий, 2014. URL: http:// habrahabr.ru/post/210740/*
2. *Peele S., Brodsky A. Love and Addiction, Taplinger. N.Y., 1995.*
3. *E. Hartney. What is video game addiction? [Электронный ресурс] // About.com: информационный ресурс, 2014. http://addictions.about.com/od/lesserknownaddictions/a/videogameadd.htm*
4. *E. Hartney. Characteristics of addicted gamers. [Электронный ресурс] // About.com: информационный ресурс, 2014  
   http://addictions.about.com/od/lesserknownaddictions/a/videogamewho.htm*
5. *D.J. Kuss. Internet gaming addiction: current perspectives [Электронный ресурс] // ncbi.nlm.nih.gov: National Center for Biotechnology Information,2013.URL: http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3832462/*
6. *Video Game Addiction Symptoms, Causes and Effects [Электронный ресурс] // URL: http://www.psychguides.com/guides/video-game-addiction-symptoms-causes-and-effects/*
7. *Sally N Merry, Karolina Stasiak, Matthew Shepherd, Chris Frampton, Theresa Fleming, Mathijs F G Lucassen. The effectiveness of SPARX, a computerised self help intervention for adolescents seeking help for depression: randomised controlled non-inferiority trial, 2012.*
8. *Чистяков А.В. Социализация личности в виртуальном пространстве. – Ростов н/Д, 2006. C. 24-31.*
9. *Верещагина А.В., Гафиатулина Н.Х., Самыгин С.И. Социальное здоровье российской молодежи как фактор обеспечения общественной безопасности // В сборнике: 21 век: фундаментальная наука и технологии. Материалы VIII международной научно-практической конференции. Н.-и. ц. «Академический». North Charleston, SC, USA, 2016. С. 80-85.*

***Literature:***

*1. Danilin A.G. Analysis of popular theories of gambling: [Electronic resource] // Habrahabr.ru: Russia's largest online community of people working in the technology industry, 2014. URL: http:// habrahabr.ru/post/210740/*

*2. Peele S., Brodsky A. Love and Addiction, Taplinger. N.Y., 1995.*

*3. E. Hartney. What is video game addiction? [Electronic resource] // About.com: information resource, 2014.* [*http://addictions.about.com/od/lesserknownaddictions/a/videogameadd.htm*](http://addictions.about.com/od/lesserknownaddictions/a/videogameadd.htm)

*4. E. Hartney. Characteristics of addicted gamers. [Electronic resource] // About.com: information resource, 2014*[*http://addictions.about.com/od/lesserknownaddictions/a/videogamewho.htm*](http://addictions.about.com/od/lesserknownaddictions/a/videogamewho.htm)*.*

*5. D.J. Kuss. Internet gaming addiction: current perspectives [Electronic resource] // ncbi.nlm.nih.gov: National Center for Biotechnology Information,2013.URL:http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3832462/*

*6. Video Game Addiction Symptoms, Causes and Effects [Electronic resource] // URL:* [*http://www.psychguides.com/guides/video-game-addiction-symptoms-causes-and-effects/*](http://www.psychguides.com/guides/video-game-addiction-symptoms-causes-and-effects/)

*7. Sally N Merry, Karolina Stasiak, Matthew Shepherd, Chris Frampton, Theresa Fleming, Mathijs F G Lucassen. The effectiveness of SPARX, a computerised self help intervention for adolescents seeking help for depression: randomised controlled non-inferiority trial, 2012.*

*8. Chistyakov V.A. Socialization of personality in virtual space. Rostov n/D, 2006. Pp. 24-31.*

*9. Vereschagina A.V., Gafiatullina N.K., Samygin S.I. The Social health of Russian youth as a factor of public security // In the book: the 21st century: fundamental science and technology. Materials of the VIII international scientific-practical conference. N.-I. TS. «Academic». North Charleston, SC, USA, 2016. P. 80-85.*