

Черникова Дарья Алексеевна

студентка

Научный руководитель

Лунева Дарья Юрьевна

ассистент

ФГБОУ ВО «Липецкий государственный педагогический
университет им. П.П. Семенова-Тян-Шанского»

г. Липецк, Липецкая область

ВЛИЯНИЕ КОМПЬЮТЕРНЫХ ИГР НА ЭМОЦИОНАЛЬНО-ВОЛЕВУЮ СФЕРУ ПОДРОСТКОВ

Аннотация: в статье рассматривается проблема влияния компьютерных игр на эмоционально-волевою сферу подростков. Авторами проведена методика диагностики уровня невротизации Л.И. Вассермана, благодаря которой было выявлено, что у 40% испытуемых высокий уровень невротизации, у 45% – средний, у 15% – низкий.

Ключевые слова: подростковый возраст, компьютерные игры, эмоционально-волевая сфера, невротизация.

Для современного общества характерен быстрый темп развития во всех сферах деятельности, не менее важной из которых являются технологии.

Так в России количество компьютеров превышает на четверть число жителей. Техникой пользуются не только специалисты IT-технологий, но и обычные люди. Большой популярностью компьютеры пользуются у подрастающего поколения, а именно у детей на этапе подросткового периода. Виртуальная жизнь привлекает их своей безграничностью, виды программ и игр растут с каждым годом, в связи популярностью которых ими пользуются всё чаще. Количество пользователей сети Интернет среди подростков и детей увеличивается, именно поэтому вопрос о влиянии компьютерных игр на здоровье становится актуальным. Однако важным вопросом в данном разделе остается воздействие на психологическое здоровье, а именно на эмоционально-волевою сферу.

Нарушение данной сферы личности подростка приобретает популярность как в психологии, так и в педагогике. Эмоции имеют большое значение для ребенка в любой деятельности, например, эмоционально окрашенная информация запоминается легче, чем обычная, без окраски.

Проблема эмоционально-волевой сферы личности не такая уж и новая. Ей посвящены знаменитые труды таких исследователей как: Н.К. Аха, В.К. Вилюнаса, Л.С. Выготского, В.А. Иванникова, Е.П. Ильина, К.Э. Изарда, А.Н. Леонтьева, Н.Д. Левитова, С.Л. Рубинштейна, которые теоретически обосновали и экспериментально доказали, что эмоциональная сфера личности неделимо связана с волевой, так как эмоции обеспечивают общую мобилизацию всех систем организма.

На протяжении длительного времени ученые устанавливали природу эмоций. В XVIII–XIX вв. не было единой точки зрения на данную проблему. В книге Ч. Дарвина, которая была опубликована в 1872 году «Выражение эмоций у человека и животных», представлен эволюционный путь их развития, а также обосновано происхождение их физиологических проявлений. Основа его исследований состоит в том, что они либо полезны, либо представляют собой остатки различных целесообразных реакций, которые были выработаны в процессе эволюции в борьбе за существование» [4].

О проблемах влияния компьютерных игр было создано много научных трудов такими зарубежными и отечественными исследователями, как О.К. Тихомиров, Ю.В. Фомичева, С.А. Шапкин, А.Г. Шмелев, К. Янг и др. Ученые вместе уверены лишь в одном, что введение в повседневную жизнь компьютеров, наряду с пользой, породило ряд проблем, среди которых громче всех заявляет о себе и игровая интернет-зависимость. Ю.В. Фомичева говорит, что «компьютерные игры имеют условный характер, позволяют отвлечься от реальной ситуации с её ответственностью и другими многочисленными обстоятельства» [3].

«Подростковый возраст – один из важнейших этапов личностного становления индивида. В этот период происходит «расширение» жизненного про-

странства, меняются взгляды, окружение и отношение к окружающему социальному пространству. Как следствие, у подростка возникает новый комплекс потребностей, среди которых первостепенную значимость имеют социальные нужды. Подросток стремится обрести признание и авторитет среди сверстников, мнение и оценка его возрастной категории становятся для него приоритетными, в то время как авторитет взрослых отходит на второй план» [2, с. 440].

Проблема влияния игровой компьютерной зависимости на эмоционально-волевою сферу подростка изучена недостаточно. Анализ психолого-педагогических источников показал, что недостаточно проработан вопрос о психологических факторах, условиях и механизмах, которые определяют особенности данного феномена в подростковом возрасте. Для преодоления указанной в нашей теме проблемы у подростка необходима долгосрочная комплексная система профилактики, направленная на воспитание личности ребенка в целом.

Между интернет-зависимостью и невротизацией существует значительная взаимосвязь, которая заключается в проявлении невротических расстройств, а именно такие негативные последствия как: появление неврозов и психозов, приступов страха, проблемы со сном, депрессии, сбои в сердечно-сосудистой системе.

Несомненно, компьютерные игры влияют на подростков, они полностью захватывает их цели и потребности, ведь с каждым днем разнообразие игр только растет. Для того, чтобы подтвердить, что существует влияние на эмоционально-волевою сферу подростков было решено провести констатирующий эксперимент с использованием методики диагностики уровня невротизации Л.И. Вассермана и посредством социологического опроса.

В исследовании приняли участие обучающиеся 10-х классов в количестве 20 человек в возрасте от 16 до 17 лет. Подросткам предлагалось пройти тестирование диагностики уровня невротизации по методике Л.И. Вассермана. Опросник представляет собой 40 утверждений и позволяет определить уровень невротизации у подростков. В соответствии с количеством положительных от-

ветов определяется уровень невротизации, так от 20 и выше – высокий уровень невротизации, от 10 до 19 – средний уровень, от 1 до 9 – низкий.

Анализируя данные, полученные по методике диагностики уровня невротизации Л.И. Вассермана, можно обобщить, что проявление высокого уровня невротизации наблюдается у 40% исследуемых, что соответствует 8 подросткам. Повышенная невротизация говорит о наиболее выраженной эмоциональной возбудимости, в результате чего могут формироваться негативные переживания (депрессия, тревожность, агрессия, зависимость).

Наибольшее количество испытуемых – 9 подростков – имеет средний уровень невротизации (45%), что свидетельствует о наличии незначительных симптомов нарушений психоэмоциональной сферы, которые могут проявляться только под действием определенных факторов: усталости, раздражительности и т. д.

Испытуемых с низким уровнем невротизации оказалась самая малая часть (15%) – 3 подростка. Данный уровень свидетельствует об эмоциональной устойчивости. Таким образом, преобладают позитивные эмоции, такие как спокойствие, оптимизм, легкость в общении.

Результаты исследования мы обобщили на рисунке 1.



Рис. 1. Результаты констатирующего эксперимента по методике Л.И. Вассермана

Также для выявления влияния гаджетов на детей подросткового возраста нами был разработан опросник, который включает в себя следующие 5 вопросов: «Как Вы проводите своё свободное время», «Сколько времени Вы прово-

дите за гаджетом?», «Перечислите эмоции, которые Вы испытываете, проводя время в сети Интернет», «Представьте ситуацию: перебои с электроэнергией в силу чего Ваше устройство работает нестабильно. Ваши действия?», «Подвержены ли Вы (по вашему мнению) влиянию гаджетов?».

Социальный опрос был проведен с той же выборкой испытуемых.

В результате данного исследования мы выяснили, что 13 человек (65%) подвержены высокому уровню влиянию гаджетов, по их мнению, а остальные 7 человек (35%) так не считают. В среднем старшеклассники проводят от 4 до 10 часов в день с использованием техники с выходом в сеть Интернет. В процессе пользования данными устройствами дети подросткового возраста испытывают весь спектр эмоций от положительных (радость, спокойствие, восторг) до отрицательных (страх, злость, апатию).

Обобщив результаты констатирующего эксперимента, можно сделать вывод о том, что, обращаясь к состоянию эмоционально-волевой сферы ребенка подросткового возраста, который подвержен влиянию компьютерных игр, можно выделить ряд возможных нарушений: неспособность контролировать своё поведение, низкая стрессоустойчивость, раздражительность, эмоциональная несдержанность и т. д.

Конечно, мы не в силах полностью ограничить деятельность подростка за гаджетами, ведь это может вызвать еще больше проблем. К возможным вариантам борьбы с компьютерной зависимостью можно отнести улучшение психической адаптации учеников, их межличностных отношений, ознакомление с признаками развития компьютерной зависимости и возможными ее последствиями. Также подросток нуждается в умеренном контроле над его действиями и умеренной опеке с тенденцией к развитию самостоятельности и умения принимать ответственность за свою личную жизнь.

Таким образом, результаты нашего исследования подтверждают то, что компьютерные игры безусловно влияют на эмоционально-волевою сферу детей подросткового возраста. Возможность использования материалов данного исследования заключается в том, чтобы, несомненно, учитывать полученные ре-

зультаты в психологическом консультировании подростков, а также при разработке коррекционных упражнений. Как говорилось ранее, возникновение зависимости в подростковом возрасте может привести к серьезным нарушениям эмоционально-волевой сферы. Результаты нашего исследования говорят о необходимости введения профилактической работы с целью предотвращения возникновения зависимого поведения.

Список литературы

1. Пикалова И.В. Профилактика эмоциональных нарушений у детей и подростков / И.В. Пикалова, Д.Ю. Лунева // Коррекционная психология и педагогика в современном образовательном пространстве: актуальные вопросы, достижения, инновации: сборник научных трудов III Всероссийской научно-практической конференции с международным участием (Воронеж, 29 марта 2022 года). – Воронеж: Воронежский государственный педагогический университет, 2022. – С. 292–296. – EDN JGXXXY.

2. Пирязева М.В. Эмоциональное напряжение как фактор деструкции процесса принятия решений у подростков с девиантными формами поведения / Е.А. Никитская, М.В. Пирязева // Профилактика девиантного поведения детей и молодёжи: региональные модели и технологии: сборник материалов Второй международной научно-практической конференции (Ялта, 8–10 октября 2020 года) / ФГАОУ ВО «Крымский федеральный университет им. В.И. Вернадского», Гуманитарно-педагогическая академия. – Симферополь: Ариал, 2020. – С. 439–443. – EDN YNRQKA.

3. Фомичева Ю.В. Психологические корреляты увлеченности компьютерными играми / Ю.В. Фомичева, А.Г. Шмелев, И.В. Бурмистров // Вестник МГУ. – 1991. – №3.

4. Дарвин Ч. Выражение эмоций у человека и животных / Ч. Дарвин, П. Экман. – СПб., 2013. – 320 с.