

**Трифонова Мария Анатольевна**  
психотерапевт

DOI 10.31483/r-151855

## **РОЛЕВЫЕ RPG-ИГРЫ (ROLE-PLAYING GAME) КАК ИНСТРУМЕНТ В ПОНИМАНИИ АКТУАЛЬНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ В РАБОТЕ С ПОДРОСТКАМИ**

*Аннотация: работа с современными подростками требует современных решений и владения сленгом, доступным этой категории клиентов. Цель статьи – описать возможности использования современных ролевых компьютерных игр для понимания актуальных способностей в работе с подростками. Автором проводится аналогия между развитием персонажа игры и развитием актуальных способностей клиента. На примере игры привлекается внимание подростка к исследованию и развитию собственных ресурсов и умений, а актуализируется принцип надежды и взгляд клиента на себя как автора собственной жизни.*

**Ключевые слова:** актуальные способности, позитивная психотерапия, RPG-игры, Role-Playing Game, ролевые игры, видеоигры, подростки.

Часто среди клиентов в кабинете психолога оказываются не только взрослые люди, но и дети, и подростки. Работа с ними требует от специалиста порой большей гибкости и осведомлённости в современной культуре, моде и сленге. Общение с подростками в современном мире требует современного подхода. В процессе работы, клиенты часто сами выбирают некие образы, метафоры, персонажей фильмов или книг, если чувствуют уязвимость или им сложно выразить переживания от первого лица. В ходе взаимодействия с подростками, было обращено особое внимание на образы из игры как способ демонстрации принципов социального взаимодействия и самопознания.

Неотъемлемой частью современного мира является обширное внедрение компьютерных технологий, в то время как одним из ведущих видов деятельно-

сти в жизни человека остаётся игра [5]. В период активного развития компьютерных технологий и видеоигр, исследователи многократно обращали внимания на феномен зависимости и проявление негативных последствий в развитии детей и подростков [3; 6]. Значительно меньше внимания уделялось позитивным аспектам влияния игр на развитие и самочувствие человека. Немецкие учёные (Р. Коверт, Е. Домахиди, Т. Куандт) в своей работе отмечают, что для застенчивых людей и людей, обладающих высокой чувствительностью и эмоциональностью, онлайн игры помогают заводить и поддерживать социальные контакты, т.к. взаимодействие опосредовано и не вызывает привычной тревожности как при живом общении [7].

Несмотря на то, что метод позитивной и транскультуральной психотерапии предполагает общение на доступном и понятном языке, обращение к образу персонажа игры помогает безопасно и эффективно погрузиться в тему актуальных способной и способов их развития. Обращение к одному из жанров компьютерных игр может быть ещё одним способом описания внутреннего состояния. Кроме того, использование данной аналогии позволяет молодому клиенту почувствовать, что его понимают и говорят с ним на одном языке, что способствует доверию, открытости и ощущению, что он услышан.

Основные понятия позитивной психотерапии, которые раскрываются через игровую терминологию: дифференциация базовых способностей; факторы дифференциации (тело, среда, время); первичные актуальные способности; вторичные актуальные способности [1; 4]. Целью данной статьи является описание принципов построения RPG-игр и выявление аналогии с развитием первичных и вторичных актуальных способностей.

Традиционно, среди компьютерных игр, которым сегодня подростки отдают предпочтение, выделяют несколько жанров: действие, симулятор, стратегия, приключения, головоломка и ролевая. В рамках статьи рассматривается особенность ролевой или RPG-игры, влияние которой оценивается как наиболее значимое [2; 3].

2 <https://phsreda.com>

---

К современным играм данного жанра можно отнести: «Ведьмак», «Fallout», «Dragon Age», «MassEffect», «Divinity: Original Sin» и другие.

Главные составляющие: игровая система (правила игры / требования социума), игровой процесс (взаимодействие персонажей) и ролевой отыгрыш (творческое создание персонажа). Независимо от того, какой стиль игры предпочитает клиент, сюжетный или исследовательский, в центре внимания всегда оказывается создание и развитие персонажа. Процесс начинается с выбора игрового персонажа (ИП), от этого зависит набор базовых навыков и возможности развития второстепенных.

В работе с подростком предлагается мысленный эксперимент и взгляд на себя как на ИП. Когда персонаж выбран, это предполагает наличие каких-то базовых настроек: тип, раса, потенциальные возможности (если ты эльф – развить навык стрельбы из лука значительно выше, чем у гнома). Базовые навыки у персонажа (такие как сила, ловкость, интеллект, выносливость...) развиваются крайне сложно, лишь с повышением уровня (взрослением человека) можно получить очки для распределения. Так и в жизни человека – многое определяется тем, кем и в каких условиях человек родился. На развитие способностей будут влиять следующие факторы дифференциации: тело (телосложение, физическое здоровье, предрасположенность к заболеваниям и пр.), среда (семья, окружение, страна, финансовые возможности и пр.), время (контекст времени, в котором родился и развивается человек). На этом этапе клиенту можно предложить проанализировать первичные способности и как они развиты, какие из них в дефиците и могут быть развиты «с повышением уровня».

Не меньшую ценность имеет взгляд на второстепенные навыки игрового персонажа. К ним относятся такие навыки как: владение ремеслом, магия, специальные навыки, владение инструментом, харизма, торговля и т. д. Как правило, это навыки, которые персонаж может «прокачать» самостоятельно через обучение, многократное повторение или с помощью дополнительных инструментов (например, купить книгу по каллиграфии или поварскому искусству).

Для развития этих навыков не всегда требуется активное участие другого персонажа. Так же, как и со вторичными способностями в контексте позитивной психотерапии – можно развить пунктуальность, соблюдая временные рамки, научиться содержать тело, одежду и пространство в чистоте (чистоплотность). Это некие социально одобряемые паттерны поведения, ожидания сообщества. В качестве рассуждения, подростку предлагается подумать, какие навыки он хотел бы в себе развить, что ему для этого требуется или чего не хватает.

Таким образом, представленная в статье модель взаимодействия через образ игрового персонажа может служить не только диагностической цели, но также выстраивать более доверительный контакт и помогать клиенту в планировании собственного развития. Стоит отметить, что в качестве обратной связи, клиенты делились, что у них кроме наглядного понимания структуры личных способностей и особенностей возникало «ощущение самостоятельности и контроля над собственной жизнью», а также, что «жизнь – это игра с открытым миром, в котором можно идти туда куда захочется», что было очень ценным в силу возрастных потребностей в дифференциации и дающим много надежды.

Кроме вышеописанных целей (понимание структуры актуальных способностей и самопознание), данный инструмент помогает найти ответ на частый вопрос подростка «а зачем учиться?». На примере ИП можно пояснить, что обучение в школе, например, – это набор базовых очков для дальнейшего развития, если хочется добиться определённой цели, необходимо пройти азы обучения в качестве ученика и подмастерья.

Данная статья является теоретической с практической направленностью и не предполагает использования измерительных инструментов. Результаты применения описанного инструмента оцениваются в наблюдении и субъективной обратной связи клиента. Статья предлагает новый взгляд на использование интереса к игре как инструмент самоисследования и планирование саморазвития в любой выбранной области.

### ***Список литературы***

4 <https://phsreda.com>

- 
1. Гончаров М.А. Актуальные способы и позитивная психотерапия. Из чего складывается личность / М.А. Гончаров. – 2024. – 616 с.
  2. Иванов М.С. Влияние ролевых компьютерных игр на формирование психологической зависимости человека от компьютера / М.С. Иванов // Психология зависимости: хрестоматия / сост. К.В. Сельченок. – Минск, 2004. – С. 152–175.
  3. Колотилова И.В. Индивидуально-психологические характеристики подростков, увлеченных ролевыми компьютерными играми: автореф. дис. канд. психол. наук / И.В. Колотилова. – М., 2009. – 22 с. – EDN QGQTZR
  4. Пезешкиан Н. Психосоматика и позитивная психотерапия / Носсрат Пезешкиан; пер. с нем. – 2-е изд. – М.: Институт позитивной психотерапии, 2006. – 448 с.
  5. Немов Р.С. Психологический словарь / Р.С. Немов. – М.: Владос, 2007. – 560 с. EDN QXSRFZ
  6. Сидорова А.А. Личностные особенности молодых людей, предпочитающих разные жанры видеоигр / А.А. Сидорова // Вестник Ленинградского государственного университета имени А.С. Пушкина. – 2024. – №2. С. 205–224. DOI: 10.35231/18186653\_2024\_2\_205. EDN: DMNHRP
  7. Kowert Rachal, Domahidi Emese, Quandt Thorsten. The relationship between online video game involvement and gaming-related friendships among emotionally sensitive individuals // Department of communication studies, university of Munster. Cyberpsychol. Behav. Soc. Netw. 2014 Jul 1. №17 (7). Pp. 447–453. Published in Vol. 17 No. 7. Jul 3, 2014 [Electronic resource]. – Access mode: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4080869/> (date of request: 20.11.2025).