

*Хисматуллина Динара Расиховна*

студентка

ЧОУ ВО «Казанский инновационный  
университет им. В.Г. Тимирязова (ИЭУП)»

г. Казань, Республика Татарстан

## **ВЛИЯНИЕ КОМПЬЮТЕРНЫХ ИГР НА АГРЕССИВНОСТЬ ПОДРОСТКОВ**

***Аннотация:** в статье рассматривается проблема влияния компьютерных игр на уровень агрессивности среди подростков. Актуальность темы обусловлена повсеместным распространением видеоигр и обеспокоенностью родителей по поводу влияния виртуального насилия на психику молодежи.*

***Ключевые слова:** компьютерные игры, подростки, агрессивность, видеоигры, виртуальное насилие, психология подросткового возраста, теория социального научения.*

Современный подросток проводит за играми в среднем от 1 до 5 часов в день, что не может не влиять на его развитие. Вместе с ростом популярности игр растет и тревога в обществе: средства массовой информации связывают подростковую жестокость с увлечением «стрелялками». Однако вопрос остается открытым: действительно ли виртуальные монстры превращаются в реальных людей, или это очередная «моральная паника»? Актуальность темы заключается в противоречии между массовым распространением игр и отсутствием единого научного мнения о последствиях этого увлечения. Согласно Саглам Ф.А., это противоречие делает особенно важным поиск и обоснование педагогических условий коррекции интернет-аддикции у подростков [1].

В психологии важно различать агрессию как конкретный поведенческий акт и агрессивность как свойство личности (готовность к таким действиям). Подростковый возраст (11–17 лет) является кризисным: гормональная перестройка делает подростка возбудимым, а лобные доли мозга, отвечающие за самоконтроль, созревают позже. Формирование идентичности и отделение от родителей

часто вызывают защитные реакции. Таким образом, сам подростковый возраст является фактором риска, и влияние игр нужно рассматривать именно в этом контексте.

Для понимания механизмов влияния игр существуют три ключевые теории.

1. Теория катарсиса (З. Фрейд): энергия агрессии накапливается и требует выхода. Игра может выступать безопасным клапаном для выпуска пара («поиграл и успокоился»).

2. Теория фрустрации (Доллард, Миллер): агрессия – следствие фрустрации (напряжения от неудачи). Если подросток долго проигрывает, накопленное раздражение может выплеснуться на окружающих.

3. Теория социального научения (А. Бандура): дети учатся агрессии, наблюдая за моделями поведения. Постоянное наблюдение насилия в игре может закрепить его как норму. Современные исследователи (К. Андерсон) дополняют это теорией формирования «когнитивных сценариев»: чем чаще подросток проигрывает агрессивные сценарии, тем легче они активируются в реальности.

Говорить об «играх вообще» некорректно. Влияние зависит от жанра:

– игры с насилием как основой (шутеры, файтинги): высокий потенциал влияния на агрессию;

– соревновательные игры (спортивные симуляторы, MOBA): насилие условно, но высокий накал конкуренции вызывает фрустрацию от проигрыша;

– ролевые игры (RPG): насилие вписано в сюжет, часто оставляя игроку моральный выбор;

– стратегии: насилие абстрактно, на первый план выходит управление ресурсами;

– игры без насилия (головоломки, симуляторы): часто выполняют успокаивающую функцию. Фаткулина А.И. и Ситдикова Г.Р. отмечают, что этот терапевтический потенциал важно учитывать при рассмотрении некоторых особенностей использования сети Интернет при обучении [3].

Помимо жанра, важны контекст насилия (оправдано оно или нет) и режим игры (одиночный или многопользовательский, где добавляется стресс от общения).

В научном сообществе сформировались два противоположных лагеря.

*Аргументы сторонников «теории вреда».*

Эксперименты Андерсона и Бушмана: кратковременные лабораторные опыты показывают, что после жестоких игр испытуемые проявляют больше враждебности. Долговременные исследования: лонгитюдные наблюдения фиксируют, что увлекающиеся жестокими играми подростки спустя годы демонстрируют более высокий уровень агрессии. Снижение эмпатии: постоянное наблюдение насилия притупляет эмоциональную чувствительность, подростки хуже распознают чужие страх и страдание.

*Аргументы противников «теории вреда».*

Проблема причинно-следственной связи (К. Фергюсон): Корреляция не равна причине. Возможно, агрессивные дети сами выбирают жестокие игры из-за уже существующих проблем (эффект самоотбора). Статистика преступности: продажи игр за 20 лет выросли, а уровень подростковой преступности в развитых странах снижается. Япония с ее развитой игровой культурой имеет один из самых низких уровней насилия. Лабораторная искусственность: 20 минут игры в лаборатории далеки от реальности, где игра перемежается с обычной жизнью. Снятие стресса: игры могут выполнять функцию психологической разрядки, предотвращая реальную агрессию.

*Поиск компромисса.*

Мета-анализы (обобщения сотен исследований) дают взвешенную картину: связь между играми и агрессией существует, но она очень слабая. Она гораздо слабее влияния семьи и окружения. Наиболее взвешенный вывод: игры не делают злых людей добрыми, а добрых злыми, но они могут усилить тенденции, уже заложенные в личности.

Почему одни подростки играют в «стрелялки» и спокойны, а другие становятся агрессивными? Дело в дополнительных факторах.

*Личностные особенности подростка.*

Группу риска составляют дети с уже существующими проблемами:

- высокая тревожность;
- низкая самооценка (в игре он герой, а в реальности – неудачник, что порождает фрустрацию);
- склонность к импульсивности.

Для психологически благополучного подростка с устойчивой психикой игры безопасны: он четко отделяет виртуальность от реальности.

*Социальное окружение.*

Семья: если в семье царит атмосфера поддержки, игры не страшны. Если же там конфликты и холодность, игры становятся убежищем. Эффективнее работают не запреты, а участие родителей в игровой жизни ребенка, обсуждение сюжетов.

Школа и сверстники: если ребенок – изгой в классе или подвергается буллингу, игры становятся спасением, закрепляя социальную изоляцию. Это мощный источник стресса, выплескивающегося в агрессии. Ханмурзина Р.Р. и Хайруллина А.А. отмечают, что понимание этой взаимосвязи является ключевым для определения траектории реализации воспитательной работы [4].

*Сравнительная значимость факторов.*

На первом месте по влиянию на агрессивность стоит семейная обстановка, на втором – отношения со сверстниками, на третьем – личностные особенности, и лишь на четвертом – компьютерные игры.

Проведенный анализ позволяет сформулировать основные выводы.

1. Однозначной причинно-следственной связи между видеоиграми и ростом агрессивности не существует. Связь есть, но она слабая и опосредованная.
2. Ключевое значение имеет не столько содержание игры, сколько время, проводимое за ней. Игровая зависимость представляет собой реальную проблему независимо от жанра.
3. Влияние игр опосредовано личностными особенностями и социальным окружением. Игры становятся опасны для детей из группы риска (тревожные, с

проблемами в семье или школе), выступая катализатором уже существующих проблем.

4. Семейная обстановка и отношения со сверстниками являются гораздо более значимыми факторами формирования агрессивности, чем игры.

#### *Практические рекомендации.*

Эффективной стратегией является не запрет игр (который часто дает обратный эффект), а контроль времени, участие в игровой жизни ребенка, обсуждение сюжетов и помощь в отделении виртуальности от реальности. Согласно Саглам Ф.А., именно на этих принципах должна строиться комплексная профилактика интернет-аддикции у подростков [2]. Главная задача взрослых – создание благоприятной среды, в которой игры останутся лишь одним из элементов досуга, а не единственным убежищем от трудностей.

#### *Список литературы*

1. Саглам Ф.А. Педагогические условия коррекции интернет-аддикции у подростков: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.01 / Ф.А. Саглам. – Казань, 2009. – 23 с. EDN NLAETR

2. Саглам Ф.А. Профилактика Интернет-аддикции у подростков: методическое пособие / Ф.А. Саглам. – Казань: Познание, 2009. – 116 с.

3. Фаткуллина А.И. О некоторых особенностях использования сети Интернет при обучении студентов на занятиях по английскому языку / А.И. Фаткуллина, Г.Р. Ситдикова // Феноменология личности: ресурсность и многоаспектность: сборник материалов Всероссийской научно-практической конференции (Армавир, 22 ноября 2022 г.) / под общ. ред. И.В. Ткаченко. – Чебоксары: Среда, 2022. – С. 60–64. EDN ВУКТХУ

4. Ханмурзина Р.Р. Определение траектории реализации воспитательной работы в современном вузе / Р.Р. Ханмурзина, А.А. Хайруллина // Педагогическое образование и наука. – 2023. – №2. – С. 119–122. DOI 10.56163/2072-2524-2023-2-119-123. EDN EVNATE