

Бровко Екатерина Артёмовна

студентка

ФГБОУ ВО «Кубанский государственный университет»

г. Краснодар, Краснодарский край

ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ПСИХОЛОГИИ ДЕТЕЙ ПОДРОСТКОВОГО ВОЗРАСТА С РИСКОМ ФОРМИРОВАНИЯ ИГРОВОЙ ЗАВИСИМОСТИ

***Аннотация:** в статье рассматриваются теоретические основы психологии подростков, находящихся в группе риска развития игровой зависимости. Актуальность обусловлена стремительным ростом популярности компьютерных игр и цифровых технологий, что делает молодежь особенно уязвимой перед данным видом аддиктивного поведения. Анализируются ключевые психологические особенности подросткового возраста, способствующие формированию игромании. Подчёркивается комплексный характер проблемы, обусловленный взаимодействием биологических, психологических и социальных факторов. Особое внимание уделяется влиянию нестабильной самооценки и кризиса идентичности на выбор виртуальной реальности как компенсаторного механизма.*

***Ключевые слова:** игровая зависимость, подростковый возраст, психология развития, аддиктивное поведение, виртуальная реальность, саморегуляция, социальная дезадаптация, профилактика зависимости, когнитивный контроль, эмоциональный интеллект.*

Актуальность исследования обусловлена массовой популяризацией игровой индустрии среди подростков. Гаджеты и интернет стали неотъемлемой частью нашей жизни, что привело к той или иной степени зависимости от них. Индустрия развлечений в сети интернет плотно вошла в нашу жизнь; многие уже не могут представить свой день без звонков друзьям и родственникам, мессенджеров и социальных сетей, просмотра видеороликов в интернете, а большинство современных учащихся не могут представить свой день без компьютерных и мобильных игр.

С психологической точки зрения игровая зависимость рассматривалась как отечественными, так и зарубежными исследователями через призму теории деятельности, бихевиоризма, психоанализа и когнитивной психологии: А.Г. Шмелёв (рассматривал игру как «мир поправимых ошибок», где подросток реализует потребность в достижении успеха без риска необратимых последствий); М.С. Иванов (анализировал психологические механизмы идентификации (слияния) личности подростка с игровым персонажем и стадии формирования зависимости); А.Е. Войскунский (изучал феномен состояния «потока» – глубокой вовлечённости в процесс, при которой теряется чувство времени и собственного «Я»); И.В. Бурлаков (рассматривал компьютерные игры через архетипы и символику бессознательного); В.В. Абраменкова (исследовала деформацию детской картины мира и социальное отчуждение под влиянием экранной культуры).

Несмотря на наличие обширных исследований подросткового возраста и отдельно феномена игровой зависимости, в теоретическом поле отсутствует целостное представление о специфике психологического статуса подростков, имеющих именно риск формирования такой зависимости, что не позволяет отделить «нормативное» увлечение играми от предпатологического состояния.

Проблема исследования обусловлена отсутствием в современной психологии целостной теоретической модели, описывающей психологический статус подростков с риском формирования игровой зависимости. Это затрудняет как раннюю диагностику, так и разработку профилактических мероприятий, поскольку стирается грань между увлечённостью и зависимостью.

В эпоху интенсивной информатизации общества компьютер становится неотъемлемой частью современной жизни людей и младших подростков в частности. По данным ООО Entermidia, процент продаж компьютерных игр ежегодно увеличивается на 50%. В настоящее время в компьютерные игры вовлечено 23% всего населения России, при этом минимальный возраст компьютерного игрока составляет 2 года [3].

К основным причинам возникновения зависимого поведения у старших подростков отечественные психологи относят следующие: стремление быть «как

все» или же стремление выделиться среди сверстников; подростковое любопытство; сложные отношения в семье и авторитарный/попустительский стиль воспитания; непонимание со стороны сверстников и взрослых; компания, в которой культивируется зависимое поведение; неправильно организованный досуг; индивидуальные особенности [1].

Подростковый возраст – это период значительных психологических и физиологических изменений, который характеризуется повышенной уязвимостью к различным внешним воздействиям, в том числе к влиянию информационных технологий и компьютерных игр.

Именно в подростковом возрасте значимой фигурой становятся не родители и родственники, а сверстники. Подростки стараются добиться признания своих одноклассников и знакомых, подражая им, даже если приходится подражать деструктивным формам поведения.

На данный момент игровая индустрия находится на пике популярности; киберспортивные матчи официально проводятся с 2016 года и являются признанным видом спорта, что несомненно стало ещё одним толчком к популяризации гейминга в России.

Для многих подростков, имеющих проблемы в семейных отношениях или в отношениях со сверстниками, компьютерные и мобильные игры становятся возможностью избежать травмирующую действительность, ведь для них игры – это не только абсолютно новый мир, в котором добиться успехов намного легче, чем в реальности, но и возможность общаться с людьми, имеющими схожие интересы.

Игровая зависимость у подростков может привести к серьёзным психологическим и социальным проблемам, таким как снижение успеваемости, ухудшение отношений с семьёй и сверстниками, формирование деструктивных моделей поведения.

Но не только компьютерные и мобильные игры могут негативно влиять на психику подростка, но и желание получения лёгкого заработка в онлайн-казино,

что нередко пропагандируется популярными стримерами на стриминговой платформе Twitch. Такая пропаганда характеризуется не только рекламой ресурсов по лёгкому заработку, но даже вся стриминговая деятельность блогеров может быть завязана на играх и ставках. Следовательно, наблюдая за тем, как кто-то другой выигрывает крупные суммы денег, не прилагая особых усилий, у подростков и детей появляется желание начать играть самим, что может способствовать формированию зависимости от азартных игр.

Психологические механизмы, способствующие формированию игровой зависимости у подростков, на данный момент недостаточно изучены; даже несмотря на большое количество исследований, посвящённых игровой зависимости, многие аспекты этой проблемы остаются недостаточно изученными, особенно в контексте психологии подростков.

В психологическом словаре игровая аддикция раскрывается как «...уход от реальности и деструктивное поведение» [2].

В качестве видов игровой зависимости можно выделить следующие.

1. Зависимость от MMORPG.

В играх подобного жанра подросток может исследовать открытый цифровой мир, создавать и кастомизировать персонажа, а также, что является немаловажной чертой этого жанра, игрок может общаться с единомышленниками во внутриигровом чате. Таким образом, подросток может избегать общения в реальной жизни, заменяя его на общение с игроками по ту сторону экрана, что несомненно может привести к снижению его эмоционального интеллекта, а в некоторых случаях – к снижению уровня социальной адаптации за счёт страха перед реальным общением. Исследуя интересный новый игровой мир, подростку может стать совсем не интересен мир «реальный».

2. Зависимость от азартных игр.

Для этой зависимости характерна полная потеря контроля над своими денежными тратами. Большую популярность получили онлайн-казино, работа которых устроена таким образом, чтобы казалось, что лёгкие деньги получить

легко. Сайт запрограммирован так, чтобы первая ставка всегда была «выигрышной», а последующие ставки всегда проигрывали, вследствие чего подросток снова и снова будет пытаться получить денежный выигрыш.

3. Зависимость от игровых симуляторов.

Специфика этого жанра заключается в том, что содержание этих игр сопоставимо с реальностью, но за счёт того, что игровые действия намного легче выполнять, чем в реальной жизни, и присутствует награда за каждое выполненное задание в виде игровых очков или других видов наград, а в реальной жизни за мимолётное действие награды нет. Человеческий мозг направлен на получение быстрого удовольствия в виде дофамина, который выделяется в ходе игры. Также хочется отметить дополнительный плюс игровых симуляторов, которые используются профессиональными гонщиками в таких играх, как *Asseta Corsa*, являющейся симулятором с возможностью подключения руля, педалей, коробки передач, что, в свою очередь, даёт возможность улучшить навыки вождения, которые профессиональный пилот сможет применить на практике. В других симуляторах, таких как симулятор дальнобойщика *Euro Truck Simulator 2* со всеми дополнениями к игре, которые дают возможность посетить практически все трассы мира и улучшить свои знания географии. Из всех видов игр симуляторы дают одни из наиболее практичных навыков, которые человек сможет применить как в жизни, так и в профессии. Но, в свою очередь, стоит упомянуть важный фактор – время, которое игроки тратят в этих играх: в большинстве случаев это сотни часов на полное изучение игрового мира и его механик, плюс дороговизна входа в этот жанр, которая обуславливается различными гарнитурами и гаджетами.

Согласно Ц.П. Короленко, суть аддиктивного поведения заключается в наличии у человека стремления к уходу от реальности и развитию интенсивных эмоций с помощью изменения собственного психического состояния посредством приёма некоторых веществ или постоянной фиксации внимания на определённых предметах, активных видах деятельности [4].

Подростки, склонные к игровой зависимости, чаще всего характеризуются определёнными маркерами, благодаря которым можно составить психологический портрет подростка, который имеет игровую зависимость: неусидчивость, сниженный уровень социальной адаптации, чрезмерная агрессия, клиповое мышление, проявление признаков начальной стадии невротического поведения.

По Л.Б. Шнайдер, к числу характерных черт личности подростков, способствующих развитию зависимого поведения, относятся: сниженная переносимость трудностей; скрытый комплекс неполноценности; стереотипичность, повторяемость поведения; тревожность [5].

В заключении хотелось бы отметить важность и актуальность поставленной проблемы в нашей работе, которая затрагивает огромное количество подростков нашей страны и других стран. В XXI веке игровая зависимость обходит виды любой зависимости подростков и чаще всего создаёт неправильное представление о мире, что, в свою очередь, несёт пагубный эффект для психологического здоровья подрастающего поколения и его морально-этических ценностей. В играх может часто проскальзывать нецензурная брань, которую в последующем подросток будет употреблять в повседневной жизни.

Игровая индустрия нацелена именно на молодую аудиторию; за красивой вывеской мультяшной игры может скрываться выкачивание денежных средств на различные покупки в играх под красивым предлогом, вовлечение в деструктивные группы. Важен контроль родителей за деятельностью своего ребенка за гаджетами, в которых он может находиться в свободное время, контроль государственных органов в сфере информационных технологий и внимание общества к этой проблеме. Важно помнить, что игры могут быть полезными в некоторых аспектах, но могут нести разрушительный эффект при отсутствии должного контроля.

Список литературы

1. Басалаева Н.В. Проявление зависимого поведения у подростков / Н.В. Басалаева, Т.В. Захарова // Проблемы современного педагогического образования. – 2022. – №76-2. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/proyavlenie-zavisimogo-povedeniya-u-podrostkov> (дата обращения: 28.11.2025). EDN UXARSE
2. Большой психологический словарь / под ред. Б.Г. Мещерякова, В.П. Зинченко. – М., 2003. – 672 с.
3. Волкова Е.Н. Оценка распространенности игровой компьютерной зависимости у младших подростков / Е.Н. Волкова, А.В. Гришина // Вестник Мининского университета. – 2014. – №3(7). – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/otsenka-rasprostranennosti-igrovoy-kompyuternoy-zavisimosti-u-mladshih-podrostkov> (дата обращения: 18.04.2026).
4. Короленко Ц.П. Аддиктивное поведение. Общая характеристика и закономерности развития / Ц.П. Короленко // Обозрение психиатрии и медицинской психологии им. В.М. Бехтерева. – 1991. – №1. – С. 8–15.
5. Шнейдер Л.Б. Психология подростковой девиантности и аддиктивности: учебно-методическое пособие для студентов, изучающих дисциплину «Психология девиантного и аддиктивного поведения» / Л.Б. Шнейдер. – М.: МПСУ, 2016. – 300 с.