

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ПРЕДИКТОРЫ РАЗНЫХ ТИПОВ ВОВЛЕЧЕННОСТИ В КОМПЬЮТЕРНЫЕ ИГРЫ В ПЕРИОД РАННЕЙ ВЗРОСЛОСТИ

Л.С. ГЛИНКИНА

Санкт-Петербургский государственный университет
(ФГБОУ ВО СПбГУ), г. Санкт-Петербург, Российская Федерация
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-5423-9098>,
e-mail: gsluba@yandex.ru

В.Е. ВАСИЛЕНКО

Санкт-Петербургский государственный университет
(ФГБОУ ВО СПбГУ), г. Санкт-Петербург, Российская Федерация
ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-3070-5522>,
e-mail: v.vasilenko@spbu.ru

Актуальность. В связи с цифровой трансформацией общества в современной психологии остро встает вопрос о том, какое влияние оказывает эта трансформация на людей, в частности, как проявляется компьютерно-игровая вовлеченность и что именно ее вызывает. **Цель.** Работа посвящена изучению психологических предикторов различных типов вовлеченности в компьютерные игры. **Материалы и методы.** В исследовании приняли участие 124 игрока в компьютерные игры в возрасте от 18 до 30 лет ($M = 25,08$), из них 64 женщины и 60 мужчин. Проанализировано 6 типов компьютерно-игровой вовлеченности, полученных в результате разработки авторской анкеты: «Аддикция», «Чувство сообщества», «Эмоциональная поддержка», «Погружение», «Потоковость» и «Идентификация». **Результаты и выводы.** В качестве предикторов каждого из выявленных видов компьютерно-игровой вовлеченности в различных пропорциях выступают личностные черты, а также кризисные и стрессовые переживания. Типы «Аддикция», «Погружение» и «Потоковость» в большей степени объясняются личностными чертами, «Чувство сообщества» — личностными чертами и кризисными переживаниями, «Идентификация» — стрессовыми переживаниями, а тип «Эмоциональная поддержка» провоцируется негативным образом окружающей реальности.

Ключевые слова: компьютерные игры, типы вовлеченности в компьютерные игры, зависимость от компьютерных игр, личностные черты, кризисные переживания, повседневные стрессы.

Финансирование. Исследование выполнено при финансовой поддержке Российского фонда фундаментальных исследований (РФФИ) в рамках научного проекта № 20-313-90039.

Для цитаты: Глинкина Л.С., Василенко В.Е. Психологические предикторы разных типов вовлеченности в компьютерные игры в период ранней взрослости // Консультативная психология и психотерапия. 2023. Том 31. № 1. С. 107—126. DOI: <https://doi.org/10.17759/cpp.2023310105>

PSYCHOLOGICAL PREDICTORS OF DIFFERENT TYPES OF INVOLVEMENT IN COMPUTER GAMES IN EARLY ADULTHOOD

LIUBOV S. GLINKINA

Saint Petersburg State University, Saint Petersburg, Russia
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-5423-9098>,
e-mail: gsluba@yandex.ru

VICTORIA E. VASILENKO

Saint Petersburg State University, Saint Petersburg, Russia
ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-3070-5522>,
e-mail: v.vasilenko@spbu.ru

Relevance. Due to the digital transformation of society, in modern psychology arises the question of what impact this transformation has on people, in particular, how computer-game involvement manifests itself and what causes it. **Purpose.** This paper aims to investigate the psychological predictors of various types of involvement in computer games. **Method and sampling.** 124 computer game players aged 18 to 30 ($M = 25,08$), including 64 women and 60 men participated in the study. 6 types of computer game involvement: «Addiction», «Sense of community», «Emotional support», «Immersion», «Flow» and «Identification», obtained as a result of the development of the author's questionnaire, were analyzed. **Results and conclusions.** Personality traits along with crisis experience and stressors in various proportions act as predictors of each type of computer-gaming involvement. Types «Addiction», «Immersion» and «Flow» are more accounted for by personality traits, «Sense of community» — by personality traits and crisis experiences, «Identification» — by stress-suffering, and «Emotional support» is caused by a negative image of the surrounding reality.

Keywords: computer games, computer-game addiction, computer-game involvement, character traits, critical experiences, daily stressors

Funding. The reported study was funded by Russian Foundation for Basic Research (RFBR), project number 20-313-90039.

For citation: *Glinkina L.S., Vasilenko V.E. Psychological Predictors of Different Types of Involvement in Computer Games in Early Adulthood* *Konsul'tativnaya psikhologiya i psikhoterapiya = Counseling Psychology and Psychotherapy*, 2023. Vol. 31, no. 1, pp. 107—126. DOI: <https://doi.org/10.17759/cpp.2023310105> (In Russ.).

Введение

Информационные технологии в современном мире настолько прочно проникли в повседневную жизнь, что речь уже идет о поколениях людей, почти не представляющих свою жизнь без компьютеров, смартфонов и Интернета. Несомненно, такие изменения оказывают влияние на психику. В частности, речь идет о феномене компьютерных игр, ставших одной из самых обширных ветвей индустрии досуга.

А.Г. Макалатия и Л.В. Матвеева определяют киберигру как «добровольное, внутренне мотивированное занятие, приносящее удовольствие, где деятельность протекает в созданном авторами игры виртуальном игровом мире, с которым пользователь взаимодействует при помощи электронных устройств» [12, с.17].

За рубежом исследования в области компьютерных игр начались в 80-х годах 20 века, в России — несколько позже — в 90-е, что было обусловлено степенью проникновения технологий в повседневную жизнь.

Исследования, посвященные влиянию компьютерных игр, можно разделить на несколько основных блоков, хронологически появившихся в следующем порядке.

— «Серьезные игры» и процессы геймификации как способы улучшения образовательной среды на всех ступенях образования. Было выявлено, что люди, играющие в компьютерные игры, имеют более развитые навыки социальной адаптации, у них выше самооценка, у них лучше развиты обработка зрительного канала (по параметрам внимания, памяти и скорости обработки поступающей информации), мелкая моторика, когнитивная гибкость.

— Изменения в психике и поведении, вызываемые видеоиграми. Речь идет, в частности, о связи агрессии с жестокими (violent) играми и о связи игр с девиантным поведением. Однако, несмотря на обширный ряд существующих исследований, в том числе лонгитюдных и экспериментальных, пока уверенно можно говорить лишь о краткосрочном влиянии игр на уровень агрессивности пользователей.

— Типологии игр и факторы предпочтения тех или иных типов игр.

— Вопрос существования зависимости от компьютерных и видеоигр, потенциальные связи ее с интернет-зависимостью и компьютерной зависимостью. Сюда можно включить вопрос изменения типа мышления на цифровой [10], где стоит вопрос не о зависимости от компьютеров и гаджетов как таковых, но о зависимости от контента, к которому аддикты получают доступ с помощью данных устройств.

А.Ю. Егоров относит компьютерно-игровую аддикцию наряду с интернет-зависимостью к технологическим (нехимическим) зависимостям, и традиционно ее принято причислять к подвидам интернет-зависимости. При этом текущие критерии определения подвергаются серьезной критике [19; 23]. Ж. Билльо и др. в своей работе поднимают вопрос о необходимости разведения непатологической и патологической (аддикции) высокой увлеченности компьютерными играми [21].

В предыдущих работах авторами статьи была разработана анкета, позволяющая дифференцировать различные типы увлеченности компьютерными играми [3], целью данной работы было исследование комплекса предикторов, вызывающих увлеченность компьютерными играми.

Первым аспектом, о корреляции которого с увлеченностью компьютерными играми говорят ученые, являются личностные черты [1; 14]. При этом В.Л. Малыгин и др. пишут, что погружение в виртуальную среду связано не столько с какой-либо личностной чертой, сколько с наличием дезадаптации, этой чертой вызванной [13]. Дезадаптация — это один из симптомов кризисных состояний, а стрессоры усиливают состояния дезадаптации [9; 11].

Гипотеза исследования: предикторами разных типов вовлеченности в компьютерные игры могут выступать личностные черты, кризисные и стрессовые переживания.

Метод

Выборка исследования. В исследовании приняли участие 124 человека в возрасте от 18 до 30 лет ($M=25,08$), 64 женщины и 60 мужчин. При определении возрастного диапазона ранней взрослости в этих границах авторы статьи опирались на периодизацию В.И. Слободчикова. Она интегрирует другие периодизации, охватывает весь жизненный цикл и включает как стабильные, так и кризисные периоды, что было важно при решении исследовательских задач. Респонденты-добровольцы набирались в сети Интернет с помощью объявлений в группах социальной сети «ВКонтакте» и ряда ресурсов, посвященных компьютерным играм.

Методы исследования. При помощи авторской анкеты измерялись потенциальные типы вовлеченности в компьютерные игры. Также респондентам был предъявлен ряд психодиагностических методик:

— модель структуры личности Нехасо (М. Эштон, К. Ли, 2009), позволяющая оценить 6 диспозиционных черт личности: честность/скромность, эмоциональность, экстраверсию, доброжелательность, сознательность и открытость опыту;

— методика «Способность самоуправления» (тест ССУ) Н.М. Пейсачова (1997), оценивающая 8 этапов самоуправления: анализ противоречий, прогнозирование, целеполагание, планирование, принятие решения, критерии оценки качества, самоконтроль и коррекцию;

— диагностика моральных оснований (Дж. Грэм и др., 2011) оценивающая 6 моральных оснований: «заботу» (включая запрет на причинение вреда), «справедливость», «лояльность группе», «уважение» (к различного рода авторитетам) и «чистоту» (отношение к религиозным и культурным нормам и запретам в сфере отношения к пище, телу, сексу и различным сакральным для группы объектам, например, флагу или гимну);

— анкета кризисных переживаний для периода ранней взрослости (В.Р. Манукян, 2011), позволяющая выявить различные переживания: кризиса нереализованности, кризиса бесперспективности, кризиса опустошенности, кризиса как конфликта, кризиса идентичности (самоопределения), кризиса вхождения во взрослость;

— опросник повседневного стресса (М.Д. Петраш и др., 2018), направленный на оценку 10 типов стрессовых переживаний в сферах: «Работа — Дела», «Взаимоотношения с окружающими», «Нарушение планов», «Финансы», «Планирование», «Семейные проблемы», «Окружающая действительность», «Самочувствие — Одиночество», «Общее самочувствие» и «Конкуренция»;

— список стрессовых ситуаций (М.Б. Маркс, 1975), состоящий из 47 жизненно важных событий с разным количеством баллов, оценивающих выраженность перемен в жизни респондента, разделенных на 7 тематических блоков;

— опросник «Потери и приобретения персональных ресурсов» (ОППР) (Н.Е. Водопьянова, М.В. Штейн, 2009), представляющий собой индекс, позволяющий оценить динамику взаимодействия потерь и приобретений личностных ресурсов;

— шкала устойчивости к источникам стресса (Е.В. Распопин, 2012), дающая представление об уровне стрессогенности оценок респондента по шкалам «Я сам», «Другие люди» и «Мир вокруг»;

— опросник «Самооценка эмоциональных состояний» (А. Уэссман, Д. Рикс, 1966), оценивающий текущее эмоциональное состояние респондента по шкалам «Спокойствие—тревожность», «Энергичность—усталость», «Приподнятость—подавленность», «Чувство уверенности в себе—чувство беспомощности».

Статистическая обработка данных производилась в программе SPSS 26. С помощью регрессионного анализа выявлялись предикторы разных типов вовлеченности в компьютерные игры.

Подготовленный план исследования был одобрен Этическим комитетом Санкт-Петербургского психологического общества в области исследований с привлечением людей 19.02.2021.

Результаты

В результате процедур валидизации анкеты на типы вовлеченности в компьютерные игры факторный анализ ее показателей выявил 6 основных факторов, которыми объясняется 50% дисперсии [3]. Виды получили названия «Аддикция» (19,38%), «Чувство сообщества» (8,25%), «Эмоциональная поддержка» (7,27%), «Погружение» (5,47%), «Потоковость» (5,11%) и «Идентификация» (4,47%).

«Аддикция» как тип увлеченности обладает характеристиками зависимостей: навязчивыми мыслями, потерей самоконтроля, отказом от реальности и негативными эмоциями в случае невозможности игровой сессии.

Тип увлеченности «Чувство сообщества» представляет собой игру как средство или повод общения. Здесь игра — это то, что объединяет людей, является общей темой.

Тип увлеченности «Эмоциональная поддержка» представляет собой использование игр как своеобразного громоотвода, где процесс игры выступает в качестве различных видов копинг-стратегии.

Тип «Погружение» сформирован вокруг потребления времени игрой в качестве времяпрепровождения в альтернативной реальности.

Сходный с ним тип «Потоковость» отражает несколько другой подход к процессу игры — состояние сиюминутного стремления (состояние потока), увлеченности именно миром, не дающим оторваться, пока игрок не завершит прохождение.

И последний, шестой, тип увлеченности — «Идентификация» характеризуется возможностью игрока попробовать себя в новых ситуациях.

Эти данные более подробно изложены в нашей предыдущей публикации [3].

По методике НЕХАСО игроки, принявшие участие в настоящем исследовании, характеризуются большей интровертированностью ($p < 0,001$), доброзелательностью ($p < 0,01$) и меньшей сознательностью ($p < 0,001$), нежели общероссийская выборка (по данным авторов российской адаптации методики), и у них более низкий уровень морали, за исключением шкалы «Справедливость», оценки по которой выше. Уровень самоуправления игроков можно оценить как средний, а уровень ресурсности — как высокий. У игро-

ков значительно выражены кризисные переживания (средний балл — 83,36). Уровень глобальных стрессоров у игроков значительно ниже, чем нормативный, в то время как уровни переживаний ежедневных стрессоров по одним шкалам превышают средние в более общей (общероссийской) выборке, а по другим оказываются ниже. Более подробное описание результатов по этим методикам также представлено в нашей предыдущей статье [4].

Перейдем к результатам регрессионного анализа. Зависимыми переменными выступали виды вовлеченности в компьютерные игры (по анкете), а независимыми — показатели личностных особенностей, а также кризисных и стрессовых переживаний по психодиагностическим методикам. Бета-коэффициент — это стандартизированный коэффициент, показывающий вклад каждой независимой переменной в предсказание зависимой. Большой модуль соответствует более сильному влиянию, знак показывает направление влияния.

Т а б л и ц а 1

**Данные регрессионного анализа для модели с фактором 1
«Аддикция» на всей выборке**

Модель для фактора 1 «Аддикция» R= 0,743; R²= 0,552			
	Бета	T-крит.	Знач.
(Константа)		0,14	0,898
Модель структуры личности Нехасо (М. Эшгон, К. Ли)			
Зависимость	-0,31	-3,94	0,000
Креативность	0,27	3,96	0,000
Тревожность	0,43	4,58	0,000
Боязливость	-0,33	-3,79	0,000
Способность прощать	0,15	2,07	0,041
Анкета кризисных переживаний для периода ранней взрослости (В.Р. Манукян)			
Кризис обучения	0,59	6,44	0,000
Кризис идентичности (самоопределения)	-0,22	-2,77	0,007
Самооценка эмоциональных состояний» (А. Уэссман, Д. Рикс)			
Уверенность в себе	-0,18	-2,07	0,041
Энергичность	-0,13	-1,72	0,088
Опросник повседневного стресса (М.Д. Петраш и др.)			
Конкуренция	-0,52	-5,65	0,000
Работа — Дела	0,37	4,24	0,000
Окружающая действительность	-0,17	-2,01	0,047
Список стрессовых ситуаций (М.Б. Маркс)			
На уровне аффективных связей	-0,23	-3,12	0,002

Игроки с большими оценками по фактору «Аддикция» обладают меньшей зависимостью (от эмоциональной поддержки других) и боязливостью, но предстают более креативными и тревожными, менее уверенными в себе и менее энергичными. Они отмечают большее количество повседневных стрессоров, связанных с дедлайнами на работе и при этом меньшее число стрессоров, связанных с конкуренцией, окружающей действительностью и аффективными связями. Они испытывают более выраженные переживания кризиса обучения, но менее выраженные — кризиса идентичности.

По количественному показателю бета-коэффициентов также можно оценить вклад каждой из переменных в регрессионную модель, т. е. определить, что наиболее существенно влияет на возникновение того или иного вида увлеченности. Так, наибольший вклад в фактор «Аддикция» вносят переживания кризиса обучения, чуть меньший — отсутствие стрессовых переживаний, связанных с конкуренцией; из личностных черт наибольшее влияние оказывает тревожность — для сравнения, вклад переменной «способность прощать» — почти в три раза меньше.

Таблица 2

**Данные регрессионного анализа для модели с фактором 2
«Чувство сообщества» на всей выборке**

Модель для фактора 2 «Чувство сообщества» R= 0,589; R²= 0,347			
	Бета	T-крит.	Знач.
(Константа)		1,90	0,061
Модель структуры личности Нехасо (М. Эштон, К. Ли)			
Развитое эстетическое чувство	0,31	3,85	0,000
Зависимость	0,25	2,74	0,007
Боязливость	-0,30	-3,13	0,002
Диагностика моральных оснований (Дж. Грэм и др.)			
Уважение (к авторитетам)	-0,33	-4,19	0,000
Анкета кризисных переживаний для периода ранней взрослости (В.Р. Манукян)			
Кризис нереализованности	0,49	3,92	0,000
Кризис опустошенности	-0,36	-2,83	0,006
Опросник повседневного стресса (М.Д. Петраш и др.)			
Самочувствие — Одиночество	-0,35	-3,48	0,001
Шкала устойчивости к источникам стресса (Е.В. Распопин)			
Мир вокруг	-0,19	-2,03	0,045

Более склонны искать общение и общаться с соигроками люди с более выраженными кризисом нереализованности и менее выражен-

ным кризисом опустошенности, обладающие большей зависимостью (от эмоциональной поддержки других), более развитым эстетическим чувством и меньшей боязливостью. При этом такие люди в меньшей степени склонны уважать авторитеты, чувствовать себя одинокими и воспринимать окружающий мир как враждебный. Наибольшее влияние оказывают переживания кризиса нереализованности, затем идет уважение к авторитетам и такая личностная черта, как развитое эстетическое чувство. Наименьший вклад вносит оценка стрессогенности окружающего мира.

Таблица 3

**Данные регрессионного анализа для модели с фактором 3
«Эмоциональная поддержка» на всей выборке**

Модель для фактора 3 «Эмоциональная поддержка» R=0,624; R²= 0,389			
	Бета	T-крит.	Знач.
(Константа)		-2,49	0,014
Модель структуры личности Нехасо (М. Эштон, К. Ли)			
Зависимость	0,39	4,56	0,000
Неординарность	0,27	3,65	0,000
Методика «Способность самоуправления» (тест ССУ) Н.М. Пейсахова			
Прогнозирование	-0,36	-4,02	0,000
Принятие решения	0,27	2,78	0,006
Диагностика моральных оснований (Дж. Грэм и др.)			
Уважение (к авторитетам)	-0,17	-2,25	0,027
Опросник «Потери и приобретения персональных ресурсов» (ОППР) (Н.Е. Водопьянова, М.В. Штейн)			
Приобретения	-0,23	-2,92	0,004
Шкала устойчивости к источникам стресса (Е.В. Распопин)			
Мир вокруг	-0,41	-4,51	0,000
Другие люди	0,35	4,07	0,000

Люди, более склонные искать эмоциональную поддержку в игре, отличаются большей выраженностью зависимости (от эмоциональной поддержки) и неординарностью, более слабой способностью к прогнозированию событий, менее выраженным уважением к авторитетам. Они легче принимают решения и менее стрессогенно воспринимают других людей, но более стрессогенно — мир вокруг. Также люди, более склонные искать эмоциональную поддержку в игре, отмечают у себя меньшее количество приобретенных эмоциональных ресурсов.

Наибольший вклад в фактор вносят стрессогенность оценок мира вокруг и зависимость от эмоциональной поддержки других людей.

Таблица 4

**Данные регрессионного анализа для модели с фактором 4
 «Погружение» на всей выборке**

Модель для фактора 4 «Погружение» R=0,690; R²= 0,476			
	Бета	Т-крит.	Знач.
(Константа)		1,51	0,134
Модель структуры личности Нехасо (М. Эштон, К. Ли)			
Неординарность	-0,25	-3,31	0,001
Чувствительность	0,39	4,37	0,000
Зависимость	-0,37	-3,90	0,000
Благоразумие	-0,35	-3,91	0,000
Высокая социальная самооценка	0,17	2,00	0,048
Методика «Способность самоуправления» (тест ССУ) Н.М. Пейсахова			
Коррекция	0,35	4,03	0,000
Принятие решения	0,19	2,06	0,041
Диагностика моральных оснований (Дж. Грэм и др.)			
Чистота	-0,27	-3,59	0,000
Опросник повседневного стресса (М.Д. Петраш и др.)			
Самочувствие — Одиночество	0,49	4,91	0,000
Семья	-0,36	-4,17	0,000
Список стрессовых ситуаций (М.Б. Маркс)			
На уровне аффективных связей	0,19	2,68	0,008

Те игроки, которые склонны тратить на игры большее количество времени, более чувствительны, менее благоразумны, менее зависимы, менее склонны принимать неординарность в людях, при этом они менее трепетно относятся к культурным нормам и у них выше социальная самооценка. Они лучше способны корректировать свое поведение и быстрее принимают решения, но при этом испытывают больше стрессовых переживаний одиночества и меньше стрессовых переживаний, вызванных семейными отношениями.

Наибольшее влияние на фактор оказывают стрессовые переживания одиночества и чувствительность, наименьшее влияние — высокая социальная самооценка.

Т а б л и ц а 5

**Данные регрессионного анализа для модели с фактором 5
«Потоковость» на всей выборке**

Модель для фактора 5 «Потоковость» R= 0,822; R²= 0,676			
	Бета	Т-крит.	Знач.
(Константа)		4,82	0,000
Модель структуры личности Нехасо (М. Эштон, К. Ли)			
Неординарность	-0,29	-4,69	0,000
Чувствительность	-0,54	-7,23	0,000
Боязливость	0,35	4,45	0,000
Гибкость	-0,26	-3,93	0,000
Равнодушие к роскоши	0,30	4,56	0,000
Развитое эстетическое чувство	0,13	2,02	0,046
Упорство	-0,26	-4,19	0,000
Методика «Способность самоуправления» (тест ССУ) Н.М. Пейсахова			
Критерий оценки качества	-0,14	-2,37	0,020
Диагностика моральных оснований (Дж. Грэм и др.)			
Забота	-0,34	-4,58	0,000
Чистота	0,18	2,23	0,028
Лояльность группе	0,31	3,56	0,001
Шкала устойчивости к источникам стресса (Е.В. Распопин)			
Другие люди	0,27	3,82	0,000
Мир вокруг	-0,24	-2,99	0,003
Анкета кризисных переживаний для периода ранней взрослости (В.Р. Манукян)			
Кризис идентичности (самоопределения)	0,29	4,42	0,000
Опросник повседневного стресса (М.Д. Петраш и др.)			
Работа — Дела	-0,28	-4,01	0,000
Окружающая действительность	0,24	3,44	0,001
Список стрессовых ситуаций (М.Б. Маркс)			
На уровне аффективных связей	0,17	2,53	0,013

Игроки, в большей степени склонные попадать в состояние потока во время использования компьютерных игр, обладают равнодушием к роскоши, большей боязливостью, но при этом они менее упорны, менее гибки в общении, менее чувствительны, обладают более развитым эстетическим чувством и хуже принимают неординарность в людях. Они более трепетно относятся к культурным нормам

и нормам группы, но меньше склонны заботиться об окружающих и хуже понимают, по каким параметрам они оценивают успешность своих действий. Также люди, склонные к потоку, испытывают более выраженные переживания кризиса идентичности, отмечают меньше стрессовых переживаний, связанных с работой, но больше переживаний, вызванных окружающей действительностью и изменениями структуры эмоциональных связей. Они воспринимают мир как более стрессогенный, но при этом людей оценивают как лучше настроенных по отношению к ним.

Наибольшее влияние на фактор оказывает отсутствие чувствительности.

Таблица 6

**Данные регрессионного анализа для модели с фактором 6
«Идентификация» на всей выборке**

Модель для фактора 6 «Идентификация» R= 0,627; R²=0,393			
	Бета	T-крит.	Знач.
(Константа)		-3,90	0,000
Модель структуры личности Нехасо (М. Эштон, К. Ли)			
Перфекционизм	0,28	3,51	0,001
Порядочность	-0,28	-3,61	0,000
Неординарность	0,18	2,34	0,021
Методика «Способность самоуправления» (тест ССУ) Н.М. Пейсахова			
Целеполагание	0,18	2,30	0,023
Опросник повседневного стресса (М.Д. Петраш и др.)			
Семья	0,17	2,20	0,029
Опросник «Потери и приобретения персональных ресурсов» (ОППР) (Н.Е. Водопьянова, М.В. Штейн)			
Потери	0,21	2,64	0,009
Список стрессовых ситуаций (М.Б. Маркс)			
На уровне учебы	-0,23	-2,97	0,004
На уровне профессиональной жизни	0,18	2,25	0,026

Игроки, более склонные идентифицировать себя с персонажем компьютерной игры, отмечают большее количество потерь эмоциональных ресурсов за последние полгода, большую выраженность стрессовых переживаний в сферах семьи и профессиональной жизни, но при этом меньше, связанных с учебной деятельностью. У них выше уровень перфекционизма, и они больше склонны принимать неординарность в лю-

дах, но при этом они менее порядочны. Помимо этого, игроки, более склонные идентифицировать себя с персонажем, лучше могут прогнозировать результаты своих действий. Наибольший вклад в фактор вносят личностные черты, такие как перфекционизм и порядочность.

Обсуждение результатов

Как видно из табл. № 1—6, психологическими характеристиками обусловлена более всего вовлеченность в компьютерные игры по типам «Потоковость» (68% дисперсии) и «Аддикция» (55%), менее всего — по типу «Чувство сообщества» (35%).

Считается, что аддикты обладают стремлением к уходу от реальности, страхом перед обыденной жизнью, перед обязательствами и ответственностью, склонностью к интенсивным эмоциональным переживаниям, к опасным ситуациям, риску и авантюрам [18], что совпадает с направлением связи, полученной нами для фактора «Аддикция» с переживаниями кризиса обучения. Кризисы могут быть и причиной формирования аддиктивной идентичности [8], что согласуется с отрицательной связью фактора «Аддикция» с кризисом идентичности.

Кризисные переживания связаны и с другими полученными нами факторами. Игры помогают восполнять утраченный смысл через общение [17] или помогать прорабатывать проблему, формируя эмоционально безопасную атмосферу [7].

Также наблюдается положительная связь фактора «Потоковость» с переживанием кризиса идентичности, объяснение которой можно найти в явлениях «Communitas» и «Liminoïd». «Communitas» — состояние, при котором стираются привычные социальные роли и способы взаимодействия и становятся возможными прямая, непосредственная встреча между людьми, переживание единения и взаимопонимания на экзистенциальном уровне. «Liminoïd» обозначает те области социальной жизни, которые обладают чертами лиминальной стадии обрядов (старого уже нет, нового еще нет), но не вписаны в ритуальную структуру. Это состояния, близкие к потоку, при которых нет самой идентичности, она не создана и не существует [6].

Положительную связь морального основания «Чистота» и фактора «Потоковость» можно связать с аномией (состоянием общества, характеризуемым распадом норм, регулирующих социальное взаимодействие) [15]. Обратную же связь фактора «Потоковость» с моральным основанием «Забота» (забота об окружающих людях и окружающей среде, развитая способность к эмпатии и межличностному взаимодействию) можно объяснить тем, что компьютерные игры за-

частую полны насилия, и человеку, склонному к заботе о других, в таком случае сложнее войти в состояние потока, схожего с потоком при боевых действиях [16].

Сходную причину можно усмотреть и в обратной связи морально-го основания «Чистота» и фактора «Погружение» — люди с высокими оценками по этому моральному основанию больше верны идеалам моральной и физической чистоты, и, следовательно, более бережно относятся к распределению своего времени, а также отрицательной связи морального основания «Уважение (к авторитетам)», представляющего собой соблюдение традиций, правил поведения, которые существуют в обществе, в том числе и в игровом сообществе или виртуальном мире, и типа вовлеченности «Эмоциональная поддержка».

Причины отрицательной связи морального основания «Уважение (к авторитетам)» и фактора «Чувство сообщества» кроются в том, что зачастую игроки в играх от лица своих персонажей совершают противоправные поступки. Люди, легче относящиеся к такому поведению, не будут видеть проблемы в обсуждении противоправных действий в игре и в том, чтобы быть «соучастником» с кем-то.

Полученные данные перекликаются с данными работ, описывающих результаты анализа связей личностных черт с увлеченностью компьютерными играми, к примеру, с работой А.З. Аббаси и коллег [20], а полученный жизненный портрет близок к портрету человека, ведущего образ жизни хикикомори (взрослых людей, добровольно, а не по причине какой-либо фобии изолирующих себя от общества, проводящих все свое время дома и находящихся на иждивении родственников) [2].

О связи стрессовых переживаний с компьютерными играми существуют противоречивые данные: считается, что одни типы игр снижают стрессовые переживания, другие же, наоборот, их усиливают [22]. В данном исследовании в качестве предикторов проявили себя стрессоры, связанные с конкуренцией, событиями окружающей действительности, самочувствием, работой, учебой и семейными отношениями (как в кратковременной, так и долговременной перспективе), при этом с разными знаками для разных типов вовлеченности, что может говорить о том, что люди, испытывающие разные стрессовые переживания, по-разному вовлекаются в компьютерные игры. Сочетания личностных черт и направленность их связей со стрессовыми переживаниями соответствуют данным об их взаимосвязях [5].

Заключение

Проведенное исследование позволяет сделать выводы о том, что в качестве предикторов компьютерно-игровой увлеченности разных типов в

различных пропорциях выступают личностные черты, а также кризисные и стрессовые переживания.

Вовлеченность в компьютерные игры по типам «Аддикция», «Погружение» и «Потоковость» в большей степени объясняется личностными чертами.

Что касается кризисных и стрессовых переживаний, то для типа «Аддикция» характерны переживания, связанные с кризисом обучения, и компенсаторный механизм преодоления кризиса идентичности, а также стрессоры, связанные с работой, деловой сферой. Для типа «Погружение» предиктором оказались стрессовые переживания одиночества. Для типа «Потоковость» характерны кризис идентичности и стрессовые переживания со стороны окружающей действительности.

Основные причины вовлеченности по типу «Чувство сообщества» обнаружены в личностных чертах и кризисных переживаниях, а по типу «Идентификация» — в стрессовых переживаниях, особенно в семейной сфере.

Корни вовлеченности по типу «Эмоциональная поддержка» кроются в негативном образе окружающей реальности, в ощущении нехватки эмоциональных ресурсов, в проблемах с прогнозированием событий. Из личностных черт наиболее ярко для этого типа проявили себя зависимость от эмоциональной поддержки и неординарность.

При этом можно отметить, что играющие испытывают более выраженные кризисные переживания, чем популяция в целом, обладают менее выраженной внутренней моралью и имеют специфический личностный портрет, а именно игроки в компьютерные игры в большей степени интроверты и при этом менее сознательны, но более доброжелательны.

Связи выявленных типов вовлеченности с типами компьютерных игр остались за пределами задач данной статьи, однако данный вопрос, наряду с вопросами о возможной ко-динамике интенсивного использования игр и психологических состояний является перспективой дальнейших запланированных исследований.

Ограничения исследования. Выборка, собранная нами, специфична, что связано с тем, что в исследовании принимали участие добровольцы. Ответивших — 124 человека, а просмотров объявлений — более 15000; даже с учетом потенциально готовых ответить, но не вписывающихся в параметры выборки (от 18 до 30), мы получаем большой процент отказов, что определенно имеет под собой специфику личностных черт.

ЛИТЕРАТУРА

1. *Акопова М.А.* Исследование влияния игровой компьютерной зависимости на личностные особенности студентов // *Russian Journal of Education and Psychology*. 2019. Том 10. № 2. С. 74—85. DOI:10.12731/2658-4034-2019-2-74-85

2. *Войскунский А.Е., Солдатова Г.У.* Эпидемия одиночества в цифровом обществе: хикикомори как культурно-психологический феномен // Консультативная психология и психотерапия. 2019. Том 27. № 3. С. 22—43. DOI:10.17759/cpp.2019270303
3. *Глинкина Л.С., Василенко В.Е.* Анкета увлеченности компьютерными играми для юношей и взрослых: психометрические характеристики // Известия Саратовского университета. Новая серия. Серия Акмеология образования. Психология развития. 2022. Том 11, вып. 2. С. 154—167. DOI:10.18500/2304-9790-2022-11-2-154-167
4. *Глинкина Л.С., Василенко В.Е.* Предикторы увлеченности компьютерными играми в период ранней взрослости [Электронный ресурс] // Мир науки. Педагогика и психология. 2022. № 2. URL: <https://mir-nauki.com/PDF/42PSMN222.pdf> (дата обращения: 01.01.2022).
5. *Головей Л.А., Стрижницкая О.Ю., Петраш М.Д.* Личностные факторы восприятия стрессоров повседневной жизни // Материалы третьей международной научной конференции «Психология состояний человека: актуальные теоретические и прикладные проблемы» Казань: Казанский (Приволжский) федеральный университет, 2018. С. 146—149.
6. *Гребенюк Е.Г.* Ритуал перехода и психотерапия // Консультативная психология и психотерапия. 2016. Том 24. № 1. С. 97—108. DOI:10.17759/cpp.20162401007
7. *Григорьева Т.А., Жедунова Л.Г.* Использование экзистенциального кино в решении экзистенциальных кризисов // Педагогика и психология современного образования: теория и практика. 2020. № 1. С. 174—179.
8. *Дмитриева Н.В., Первозкина Ю.М., Сигаева А.В.* Постмодернистские факторы аддиктивного риска // Сибирский педагогический журнал. 2012. № 5. С. 119—124.
9. *Долгова В.И., Василенко Е.А.* Социальный стресс как фактор дезадаптации личности // Современные наукоемкие технологии. 2016. № 8-2. С. 303—306.
10. *Жукова Н.В., Айсмонтас Б.Б., Макеев М.К.* Цифровое детство: новые риски и новые возможности // Инновационные методы профилактики и коррекции нарушений развития у детей и подростков: межпрофессиональное взаимодействие. 2019. С. 123—128.
11. *Краснова В.В., Холмогорова А.Б.* Социальная тревожность и ее связь с эмоциональной дезадаптацией, уровнем стресса и качеством интерперсональных отношений у студентов // Вопросы психологии. 2011. № 3. С. 49—58.
12. *Макалатия А.Г., Матвеева Л.В.* Субъективные факторы притягательности компьютерных игр для детей и подростков // Национальный психологический журнал. 2017. № 1 (25). С. 15—24. DOI:10.11621/nprj.2017.0102
13. *Мальгин В.Л., Хомерики Н.С., Антоненко А.А.* Индивидуально-психологические свойства подростков как факторы риска формирования интернет-зависимого поведения // Медицинская психология в России: электрон. науч. журн. 2015. № 1(30). С. 7 [Электронный ресурс]. URL: http://mprj.ru/archiv_global/2015_1_30/nomer10.php. (дата обращения: 07.05.2022).

14. Малыгин В.Л. и др. Особенности личности подростков, склонных к интернет-зависимому поведению // Журнал неврологии и психиатрии им. С.С. Корсакова. 2011. Том 111. № 4. С. 105—108.
15. Осин Е.Н., Леонтьев Д.А. Смыслотрата и отчуждение // Культурно-историческая психология. 2007. Том 3. № 4. С. 68—77. DOI:10.17759/chp.2007030408
16. Радченко М.А. Творческая деятельность vs креативные практики: подмена понятий в условиях рынка // Творчество как национальная стихия: общее и особенное в современном социокультурном пространстве: сборник статей / Под ред. Г.Е. Аляева, О.Д. Маслобоевой. СПб.: Изд-во СПбГЭУ, 2019. С. 313—319.
17. Садовникова Н.О. Психология профессионального кризиса личности: монография. Екатеринбург: Изд-во Рос. гос. проф.-пед. ун-та, 2021. 151 с.
18. Шаломова Е.В. Особенности аддиктивного поведения подростков // Современные проблемы науки и образования. 2014. № 5. С. 143—143.
19. Aarseth E. et al. Scholars' open debate paper on the World Health Organization ICD-11 Gaming Disorder proposal // Journal of behavioral addictions. 2017. Vol. 6. № 3. P. 267—270. DOI:10.1556/2006.5.2016.088
20. Abbasi A.Z. et al. The Role of Personality Factors Influencing Consumer Video Game Engagement in Young Adults: A Study on Generic Games // IEEE Access. 2021. Vol. 9. P. 17392—17410. DOI:10.1109/ACCESS.2021.3053207
21. Billieux J. et al. High involvement versus pathological involvement in video games: A crucial distinction for ensuring the validity and utility of gaming disorder // Current Addiction Reports. 2019. Vol. 6. № 3. P. 323—330. DOI:10.1007/s40429-019-00259-x
22. Pallavicini F. et al. Commercial Off-The-Shelf Video Games for Reducing Stress and Anxiety: Systematic Review [Электронный ресурс] // JMIR mental health. 2021. Vol. 8(8). P. e28150. URL: <https://DOI.org/10.2196/28150>
23. Wood R. T.A. Problems with the concept of video game «addiction»: Some case study examples // International journal of mental health and addiction. 2008. Vol. 6. № 2. P. 169—178. DOI:10.1007/s11469-007-9118-0

REFERENCES

1. Akopova M.A. Issledovanie vliyaniya igrovoi komp'yuternoï zavisimosti na lichnostnye osobennosti studentov [Research of influence of computer games addiction on the student's personal characteristics]. *Russian Journal of Education and Psychology*. 2019. Vol. 10, no. 2, pp. 74—85. DOI:10.12731/2658-4034-2019-2-74-85 (In Russ., abstr. in Engl.).
2. Voiskunskii A.E., Soldatova G.U. Epidemiya odinochestva v tsifrovom obshchestve: khikikomori kak kul'turno-psikhologicheskii fenomen [Epidemic of Loneliness in a Digital Society: Hikikomori as a Cultural and Psychological Phenomenon]. *Konsul'tativnaya psikhologiya i psikhoterapiya = Counseling Psychology and Psychotherapy*. 2019. T. 27, no. 3, pp. 22—43. DOI:10.17759/cpp.2019270303 (In Russ., abstr. in Engl.).
3. Glinkina L.S., Vasilenko V.E. Anketa vlechennosti komp'yuternymi igrami dlya yunoshei i vzroslykh: psikhometricheskie kharakteristiki [Psychometric characteristics of the questionnaire to measure boys' and adults' involvement in video games]. *Izvestiya Saratovskogo universiteta. Novaya seriya. Seriya Akmeologiya*

- obrazovaniya. *Psikhologiya razvitiya*. [Izvestiya of Saratov University. Educational Acmeology. *Developmental Psychology*], 2022, vol. 11, iss. 2 (42), pp. 154–167 (in Russian). DOI: 10.18500/2304-9790-2022-11-2-154-167
4. Glinkina L.S., Vasilenko V.E. Prediktory uvlechenosti komp'yuternymi igrami v period rannei vzroslosti [Predictors of computer game involvement in early adulthood]. *Mir nauki. Pedagogika i psikhologiya* [World of Science. Pedagogy and psychology], 10(2): 42PSMN222. Available at: <https://mir-nauki.com/PDF/42PSMN222.pdf>. (In Russ., abstract in Eng.).
 5. Golovei L.A., Strizhitskaya O.Yu., Petrash M.D. Lichnostnye faktory vospriyatiya stressorov povsednevnoi zhizni [Personality factors of daily stress perception] // Materialy tret'ei mezhdunarodnoi nauchnoi konferentsii «*Psikhologiya sostoyanii cheloveka: aktual'nye teoreticheskie i prikladnye problem*» [Proceedings of the third international scientific conference “Psychology of human states: actual theoretical and applied problems”] Kazan': Publ. Kazanskii (Privolzhskii) federal'nyi universitet, 2018, pp. 146–149. (In Russ., abstr. in Engl.).
 6. Grebenyuk E.G. Ritual perekhoda i psikhoterapiya [Rite of Passage and Psychotherapy]. *Konsul'tativnaya psikhologiya i psikhoterapiya = Counseling Psychology and Psychotherapy*. 2016. Vol. 24, no. 1, pp. 97–108. DOI:10.17759/cpp.20162401007. (In Russ., abstr. in Engl.).
 7. Grigor'eva T.A., Zhedunova L.G. Ispol'zovanie ekzistentsial'nogo kino v reshenii ekzistentsial'nykh krizisov [The use of existential cinema in solving existential crises]. *Pedagogika i psikhologiya sovremennogo obrazovaniya: teoriya i praktika* [Pedagogy and psychology of modern education: theory and practice], 2020, pp. 174–179. (In Russ.).
 8. Dmitrieva N.V., Perevozkina Yu.M., Sigaeva A.V. Postmodernistskie faktory addiktivnogo riska [Postmodern factors of addictive risk]. *Sibirskii pedagogicheskii zhurnal* [Siberian Pedagogical Journal], 2012, no. 5, pp. 119–124. (In Russ.).
 9. Dolgova V.I., Vasilenko E.A. Sotsial'nyi stress kak faktor dezadaptatsii lichnosti [Social stress as a factor maladjustment personality]. *Sovremennye naukoemkie tekhnologii* [Modern high technologies], 2016, no. 8-2, pp. 303–306. DOI:10.17513/snt.36149 (In Russ., abstr. in Engl.).
 10. ZHukova N.V., Ajsmontas B.B., Makeev M.K. Cifrovoe detstvo: novye riski i novye vozmozhnosti [Digital childhood: new risks and new opportunities] in *Innovacionnye metody profilaktiki i korrektsii narushenij razvitiya u detej i podrostkov: mezhproufessional'noe vzaimodejstvie*. [Innovative methods for the prevention and correction of developmental disorders in children and adolescents: interprofessional interaction], 2019, pp. 123–128. (In Russ.).
 11. Krasnova V.V., Kholmogorova A.B. Sotsial'naya trevozhnost' i ee svyaz' s emotsional'noi dezadaptatsiei, urovнем stressa i kachestvom interpersonal'nykh otnoshenii u studentov [Social anxiety and its relations with emotional disadaptation, stress level and the quality of interpersonal relationships of students]. *Voprosy psikhologii* [The Issues Relevant to Psychology], 2011, no. 3, pp. 49–58. (In Russ.).
 12. Makalatiya A.G., Matveeva L.V. Sub'ektivnye faktory prityagatel'nosti komp'yuternykh igr dlya detej i podrostkov [Subjective factors that influence children

- and adolescents to be attracted by computer games]. *Natsional'nyy psikhologicheskii zhurnal [National Psychological Journal]*, 2017, no. 1 (25), pp. 15—24. DOI:10.11621/npj.2017.0102. (In Russ.).
13. Malygin V.L., Khomeriki N.S., Antonenko A.A. Individually-psychological qualities of adolescents as risk-factors for development of internet-addictive behaviour. *Meditsinskaya psikhologiya v Rossii [Medical psychology in Russia]*, 2015, no. 7(30). P. 7 [Elektronnyi resurs]. Available at: http://mprj.ru/archiv_global/2015_1_30/nomer10.php (Accessed 07.05.2022).
 14. Malygin V.L. et al. Osobennosti lichnosti podrostkov, sklonnykh k internet-zavisimomu povedeniyu [Personality features in adolescents with internet addiction]. *Zhurnal nevrologii i psikiatrii im. C.C. Korsakova [S.S. Korsakov Journal of Neurology and Psychiatry]*. 2011. T. 111. no. 4. pp. 105—108.
 15. Osin E.N., Leont'ev D.A. Smysloutrata i otchuzhdenie [Estrangement and Loss of Meaning]. *Kul'turno-istoricheskaya psikhologiya = Cultural-Historical Psychology*, 2007, Vol. 3, no. 4, pp. 68—77. DOI:10.17759/chp.2007030408. (In Russ., abstr. in Engl.).
 16. Radchenko M.A. Tvorcheskaya deyatel'nost' vs kreativnye praktiki: podmena ponyatii v usloviyakh rynka [Creative activity versus creative practices: substitution of concepts in the market conditions]. In G.E. Alyaev, O.D. Masloboeva (ed.) *Tvorchestvo kak natsional'naya stikhiya: obshchee i osobennoe v sovremennom sotsiokul'turnom prostranstve: sbornik statei [Creativity as a national element: general and special in the modern socio-cultural space: collection of articles]*, 2019, pp. 313—319. (In Russ.).
 17. Sadovnikova, N.O. Psikhologiya professional'nogo krizisa lichnosti: monografiya [Psychology of professional personality crisis: monograph]. Ekaterinburg: Publ. Russian State Vocational Pedagogical University, 2021. 151 p. (In Russ.).
 18. Shalomova E.V. Osobennosti addiktivnogo povedeniya podrostkov [Features of addictive behaviour among adolescents]. *Sovremennye problemy nauki i obrazovaniya [Modern problems of science and education]*, 2014, no. 5, pp. 143—143. (In Russ.).
 19. Aarseth E. et al. Scholars' open debate paper on the World Health Organization ICD-11 Gaming Disorder proposal. *Journal of behavioral addictions*, 2017, Vol. 6, no. 3, pp. 267—270. DOI:10.1556/2006.5.2016.088
 20. Abbasi A.Z. et al. The Role of Personality Factors Influencing Consumer Video Game Engagement in Young Adults: A Study on Generic Games. *IEEE Access*, 2021, Vol. 9, pp. 17392-17410. DOI:10.1109/ACCESS.2021.3053207
 21. Billieux J. et al. High involvement versus pathological involvement in video games: A crucial distinction for ensuring the validity and utility of gaming disorder. *Current Addiction Reports*, 2019, T. 6, no. 3, pp. 323—330. DOI:10.1007/s40429-019-00259-x
 22. Pallavicini F. et al. Commercial Off-The-Shelf Video Games for Reducing Stress and Anxiety: Systematic Review. *JMIR mental health*, 2021, vol. 8, no. 8, p. e28150. DOI:10.2196/28150
 23. Wood R.T.A. Problems with the concept of video game «addiction»: Some case study examples. *International journal of mental health and addiction*, 2008, vol. 6, no. 2, pp. 169—178. DOI:10.1007/s11469-007-9118-0

Информация об авторах

Глинка Любовь Сергеевна, аспирант кафедры психологии развития и дифференциальной психологии, Санкт-Петербургский государственный университет (ФГБОУ ВО СПбГУ), Санкт-Петербург, Российская Федерация, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-5423-9098>, e-mail: gsluba@yandex.ru

Василенко Виктория Евгеньевна, кандидат психологических наук, доцент кафедры психологии развития и дифференциальной психологии, Санкт-Петербургский государственный университет (ФГБОУ ВО СПбГУ), Санкт-Петербург, Российская Федерация, ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-3070-5522>, e-mail: v.vasilenko@spbu.ru

Information about the authors

Liubov S. Glinkina, postgraduate student, Chair of Developmental and Differential Psychology, Saint Petersburg State University, Saint Petersburg, Russia, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-5423-9098>, e-mail: gsluba@yandex.ru

Victoria E. Vasilenko, PhD in Psychology, Associate Professor, Chair of Developmental and Differential Psychology, Saint Petersburg State University, Saint Petersburg, Russia, ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-3070-5522>, e-mail: v.vasilenko@spbu.ru

Получена 12.05.2022

Received 12.05.2022

Принята в печать 01.03.2023

Accepted 01.03.2023