

ращения – 25.04.17] - [http://www.vedamost.info/2013/04/blog-post\\_1583.html](http://www.vedamost.info/2013/04/blog-post_1583.html).

**УДК 159.99**

С.Б. Тимофеев

S.B. Timofeev

Педагогический Институт Иркутского  
Государственного Университета  
Pedagogical Institute of Irkutsk State University

**ОСОБЕННОСТИ КОПИНГ-СТРАТЕГИЙ  
У ПОДРОСТКОВ-ГЕЙМЕРОВ  
FEATURES OF COPING STRATEGIES IN TEENAGERS-  
GAMERS**

**Аннотация.** В статье рассматривается связь между копинг-стратегиями и компонентами компьютерной-игровой активности подростков. Изучается влияние, оказываемое на эти стратегии, игровыми механиками и жанровыми особенностями игр. Предпринимаются попытки разработки их классификации.

**Abstract.** The article deals with the relationship between coping strategies and components of computer-game activity of teenagers. The influence exerted on these strategies by game mechanics and genre features of games is studied. Attempts are being made to develop their classification

**Ключевые слова:** копинг-стратегии, компьютерная активность, компьютерные игры, жанры компьютерных игр, компьютерно-игровая активность.

**Keywords:** coping strategies, computer activity, computer games, genres of computer games, computer-gaming activity.

За несколько десятилетий исследований, проводимых отечественными и зарубежными психологами, так и не удалось однозначно установить, пагубно ли влияние компьютерных игр на личность или же, напротив, позитивно. Несмотря на неоднозначность и противоречивость опубликованных научных данных, в обществе сформировалось скорее негативное отношение к данному виду деятельности. Компьютерным играм предписывают деструктивное влияние, говоря о повышении агрессивности и тревожности детей, их коммуникативных проблемах и неумении конструктивно преодолевать реальные проблемы, как о последствиях погружения в виртуальную игровую реальность.

Мы не беремся утверждать ошибочность этих умозаключений, равно как и не ставим под сомнение тот факт, что злоупотребление компьютерными играми может приводить к формированию аддикции. В рамках нашего исследования компьютерная игра будет рассматриваться, в первую очередь, с точки зрения ее ресурсных возможностей.

Обычно в работах схожей тематики исследователи устанавливают связь или влияние между непосредственно игрой и связанными с ней явлениями или процессами. Мы, в свою очередь, считаем, что важнейшую роль в воздействии выполняет не сам процесс игры, а именно специфика деятельности, осуществляемой в рамках того или иного ее вида.

Каждый из этих видов ставит перед игроком совершенно разные цели и задачи, устанавливает свои рамки и предъявляет разные требования, тем самым провоцируя игрока к созданию различных стратегий поведения, способствующих достижению поставленной цели.

Мы предполагаем, что стратегии, создаваемые и реализуемые в виртуальной реальности игры, при условии их успешности в ситуациях преодоления трудностей, могут закрепляться и переноситься человеком в его жизнедеятельность, преобразовываясь в копинг-стратегии как стратегии действия, направленные на разрешение стрессовой ситуации или снижения ее пагубного воздействия.

Для описания непосредственного процесса игры в компьютерную игру, нами будет использован термин «компьютерно-игровая активность» (далее. КИА).

В проведенном исследовании приняли участие 69 учащихся 9 классов МБОУ Гимназии №25 г. Иркутска в возрасте от 15 до 16 лет.

Для изучения копинг-стратегий использовалась методика WCQ «Способы совладающего поведения», разработанная Р. Лазарусом и С. Фолкманом. Адаптация опросника была проведена Т.Л. Крюковой, Е.В. Куфтяк и М.С. Замышляевой. В результате обработки данных мы получаем значения по восемью шкалам, каждая из которых определяет выраженность в поведении испытуемого одной из выделенных копинг-стратегий: конфронтация, дистанцирование, самоконтроль, поиск социальной поддержки, принятие ответственности, бегство-избегание, планирование решения, положительная переоценка [1, 2].

Для изучения особенностей КИА нами был составлен и апробирован опросник, позволяющий определять: заинтересованность геймера компьютерной игрой, степень увлеченности, частоту игры и ее систематичность, выявлять жанровые предпочтения, наличие опыта погружения и т.д.

Согласно результатам, полученным по критерию «заинтересованность игрой», среди опрошенных школьников 42% не играют в ком-

пьютерные игры (группа Б) и соответственно 58% играют (далее – группа А). При этом среди играющих, 26% прибегают к этому виду времяпрепровождению систематично. То есть четверть опрошенных играет в компьютерные игры регулярно изо дня в день.

Беря за критерий распределения «среднее время игры», мы можем установить, что наибольшее число испытуемых «группы А» (55%), играют в среднем от 1 до 3 часов в сутки, 32% респондентов проводят за этим занятием меньше 1 часа, 10% – от 3 до 5 часов и оставшиеся 3 % играют более 5 часов в день.

«Опыт погружения» – это критерий, позволяющий определить наиболее длительный период пребывания в виртуальной реальности. Взяв его за основу, мы определили, что для 35% испытуемых наибольшим временем погруженности в компьютерную игру является период до 3 часов. Равное количество респондентов: 25% и 25% максимально посвящали игре от 3 до 5 и от 5 до 10 часов. 12% обладают опытом глубокого погружения, они проводили за игрой от 10 до 20 часов, а оставшимся 3% доводилось играть без длительных перерывов в одну игру более суток.

В рамках исследования были определены жанровые предпочтения респондентов «группы А». В процессе обработки было выделено три жанра, пользующихся наибольшей популярностью. «Экшен» был выбран как наиболее интересный жанр 37% респондентами, «Стратегиям» свое предпочтение отдают 20% опрошенных и 15% выбрали в качестве любимого жанра «Гонки».

Следующим этапом нашего исследования было выявление значимых связей между критериями КИА и копинг-стратегиями.

На этом этапе в первую очередь нами была проведена попытка, изучения зависимости между копинг-стратегиями и критерием «заинтересованность игрой».

Как видно из рис.1, по сравнению с группой не играющих респондентов, играющие испытуемые обладают более низкой выраженностью стратегии «поиск социальной поддержки». Это может характеризовать их как людей, в меньшей степени привыкших обращаться за помощью к другим, они не ищут совета и поддержки, предпочитая оставаться с проблемой один на один. Наличие значимых различий было подтверждено при помощи U критерия Манна-Уитни ( $p = 0,011$ ).

Так же при помощи этого критерия было установлено различие между «заинтересованностью игрой» и еще одной копинг-стратегией, «положительной переоценкой» ( $p = 0,003$ ). При этом играющие респонденты обладают, опять же, сниженным, относительно не играющих, уровнем ее выраженности. Они в большей мере склонны видеть в побе-

дах лишь победы, а в поражениях лишь поражения. Им не свойственна положительная переоценка своего опыта и неудач.

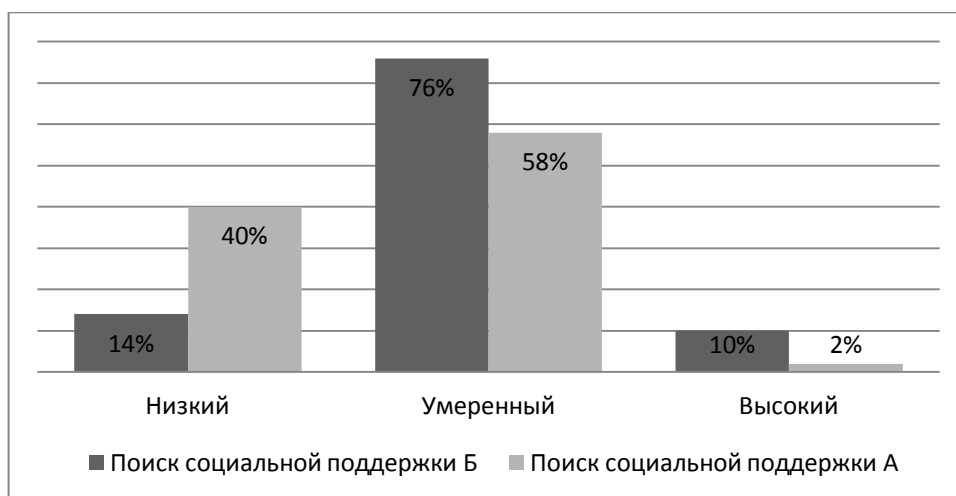


Рис.1. Сравнение уровня выраженности стратегии «Поиск социальной поддержки» между группами

*Примечание: А – Группа А (играющие), Б – Группа Б (не играющие).*

Однако описанные выше результаты и сделанные на их основании выводы не могут избежать критики по причине того, что, в отличие от Группы А, группа Б на 100% состоит из девушек. Этот факт автоматически ставит вопрос о причинности: является ли причиной различия копингов игровой опыт или гендерные особенности. Ответ на этот вопрос требует дополнительных исследований.

Интересными, на наш взгляд, являются данные полученные в ходе изучения взаимосвязей между копинг-стратегиями и «опытом погружения» в группе А.

На рис.2 представлена динамика повышения уровня выраженности стратегии «поиск социальной поддержки» в зависимости от длительности опыта погружения в компьютерную игру. Данная связь была подтверждена при помощи критерия ранговой корреляции Спирмена ( $p=0,026$ ). Прямые значимые взаимосвязи были также зафиксированы между критерием «опыт погружения» и стратегиями «конфронтация» ( $p=0,007$ ), «принятие ответственности» ( $p=0,029$ ), «планирование решения проблемы» ( $p=0,038$ ).

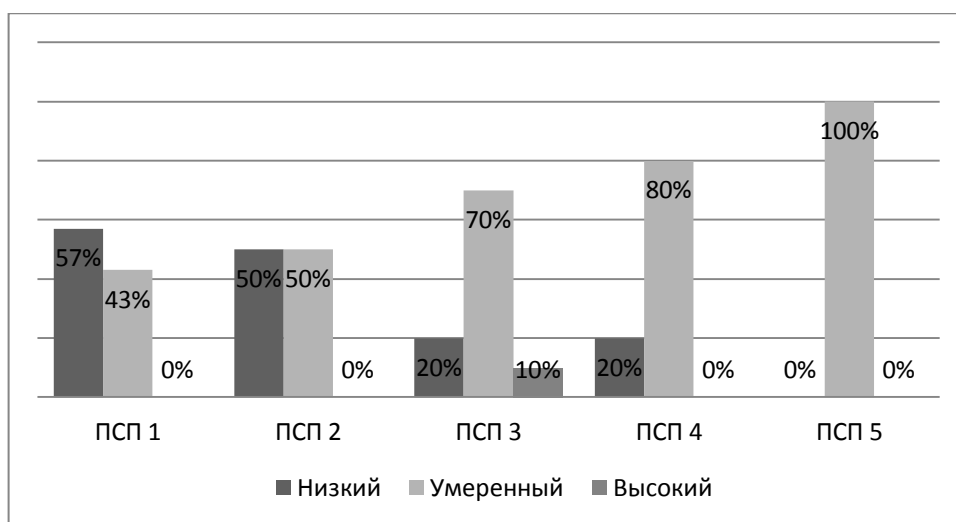


Рис. 2. Сравнение уровня выраженности стратегии «поиск социальной поддержки» и «опыта погружения»

*Примечание: ПСП – поиск социальной поддержки, 1 – до 3 часов, 2 – от 3 до 5, 3 – от 5 до 10, 4 – от 10 до 20, 5 – больше 24 часов.*

Эти данные позволяют нам предположить, что в стрессовых ситуациях для респондентов, обладающих высоким «опытом погружения» характерно проявление повышенной активности, направленной на скорейшее разрешение проблемы, однако активности не всегда уместной. Вместе с тем для них так же свойственно вдумчивое отношение к ситуации, они анализируют трудности и ищут наилучшие пути их устранения. Такие люди осознают свою роль в структуре возникшей проблемы и принимают ответственность за ее решения, вместе с тем для них свойственна чрезмерная самокритичность. Они не чужаются внешней помощи или совета авторитетных людей, однако без весомой причины стараются не прибегать к этому ресурсу и решать свои проблемы самостоятельно.

Далее определялась зависимость между копинг-стратегиями и предпочитаемыми испытуемыми игровыми жанрами. Для этого нами было выделено три самых популярных жанра: «Экшен» (37%), «Стратегия» (20%) и «Гонки» (15%). С помощью процедуры математического анализа было установлено отсутствие значимых различий по уровню выраженности всех копинг-стратегий, между выделенными группами.

Этот вывод мог бы опровергнуть выдвигаемую нами идею о влиянии особенностей игрового процесса на формирования копинг-стратегий. Однако, по нашему мнению, жанровая классификация компьютерных игр, в силу размытости внутренних границ жанров, не может выступать надежной системой координат, позволяющей однозначно связать определенный жанр и свойственные лишь ему особенности и игровые механизмы.

По этой причине на следующем этапе была предпринята попытка выработки универсальных критериев, характеризующих особенности или механики игр, которые в той или иной степени выраженности были бы свойственны большинству компьютерных игр, а также установление наличия связей между уровнями этих критериев и копинг-стратегий.

Нами определены три критерия:

1. Критерий А (агрессивности), определяющий степень жестокости демонстрируемой игрой,

2. Критерий РР (рассудительности – рефлексивности), при высоких значениях характеризующий игры, требующие от пользователя вдумчивого подхода, решения сложных, многоуровневых задач и анализа собственных действий. Низкие показатели присваиваются играм, требующим от игрока бездумной повторяющейся деятельности.

3. Критерий П (погруженности) определяющий степень вовлеченности пользователя в виртуальные события, а также демонстрируемый уровень идентификации с главным героем.

Используя критерий ранговой корреляции Спирмена, мы установили значимые прямые зависимости между Критериями «А», «П» и стратегией «конфронтации» (уровень значимости:  $p=0,007$  и  $p=0,002$  соответственно). Это свидетельствует о том, что испытуемые, предпочитающие игры с высокой степенью выраженности данных критериев, в случае возникновения проблемной ситуации стремятся разрешить ее как можно быстрее, не думая о способах, руководствуясь при этом идеей «не важно что, главное делать» и не задумываясь о последствиях принятых решений. Помимо этого, таким людям свойственны попытки эмоционального, как правило, агрессивного, отреагирования ситуации.

Значимая зависимость обратного порядка была выявлена между критерием РР и стратегией «дистанцирование» ( $p=0,015$ ). Такая связь позволяет предположить, что респонденты, выбирающие игры с высоким показателем по данному критерию, не склонны отстраняться от проблемы и обесценивать ее значение. Они видят проблему и стремятся к ее реальному разрешению.

В ходе исследования нами была установлена прямая связь между «Опытом погружения» в компьютерные игры и четырьмя из восьми копинг-стратегий: «конфронтацией», «поиском социальной поддержки», «принятием ответственности» и «планированием решения проблемы». Также были установлены значимые различия выраженности стратегий: «поиск социальной поддержки», «положительная переоценка» у групп играющих и не играющих респондентов.

Согласно проведенному опросу, самыми популярными игровыми жанрами являются: «Экшен», «Стратегии» и «Гонки». Нам не удалось

установить значимых связей между предпочитаемым испытуемым жанром и выраженностью стратегий совладения. Однако при помощи выработанных нами содержательных критериев удалось установить связи между стратегиями: «конфронтация», «дистанцирование» и представляемыми этими критериями игровыми механиками? и особенностями.

Результаты исследования, таким образом, являются основанием суждения о достоверности выдвинутых предположений.

Полученные в результате обработки данные позволяют нам говорить, о том, что основным из критериев КИА влияющих на развитие копинг-стратегий является не частота игры ее средняя продолжительность или жанровые предпочтения, а именно опыт погружения.

#### Литература

1.Крюкова, Т.Л. Опросник способов совладания (адаптация методики WCQ) / Т.Л.Крюкова, Е.В. Куфтык // Журнал практического психолога. – 2007. – № 3. – С. 93-112.

2.Методика для психологической диагностики способов совладания со стрессовыми и проблемными для личности ситуациями. Пособие для врачей и медицинских психологов НИПНИ им. Бехтерева / Л.И. Вассерман и др. – СПб., 2009. – 39с.

**УДК 159.923.2**

О.А. Шилина

O.A. Shilina

Lesosibirsk Pedagogical Institute

Branch Siberian Federal University

**ЦЕННОСТНОЕ ОТНОШЕНИЕ К ВЫБРАННОЙ  
ПРОФЕССИИ У СТУДЕНТОВ С РАЗНЫМ УРОВНЕМ  
ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ  
VALUABLE ATTITUDE TOWARDS THE CHOSEN  
PROFESSION AMONG STUDENTS WITH DIFFERENT LEVELS OF  
PSYCHOLOGICAL WELLBEING**

Аннотация. В статье представлены результаты теоретико-экспериментального исследования ценностного отношения к выбранной профессии у студентов. Анализ теоретических источников показал, что ценностное отношение к профессиональной деятельности формируется в процессе проживания определенной системы общечеловеческих ценностей, синтезирующих профессиональные ценности будущей профессии. Выявлено, что специфика ценностного отношения к профессио-