

УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ АЛЬФРЕДА НОБЕЛЯ

КАФЕДРА ПСИХОЛОГІЇ ТА ПЕДАГОГІКИ

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА МАГІСТРА

на тему:

«Зв'язок між ігровими перевагами гравців та особливостями їх Я-концепції»

Виконав: здобувачка 2 курсу,
групи ПС-23-1м
спеціальності 053 «Психологія»
Бочорішвілі Т.Г.
Керівник: Гаркуша І.В..
PhD з соц.ком., доц.

Дніпро
2025 р.

АНОТАЦІЯ
кваліфікаційної роботи здобувача
Бочорішвілі Т.Г.

на тему: «Зв'язок між ігровими перевагами гравців та особливостями їх Я-концепції»

Кваліфікаційна робота здобувача 2-го курсу, спеціальності 053 «Психологія» (у форматі магістр) (Університет імені Альфреда Нобеля, м. Дніпро, кафедри психології та педагогіки) присвячена проблемі зв'язок між ігровими перевагами гравців та особливостями їх Я-концепції.

У кваліфікаційній роботі наведено результати аналізу зв'язок між ігровими перевагами гравців та особливостями їх Я-концепції.

Переважний вибір гравцями того чи іншого жанру комп'ютерних ігор може слугувати індикатором рівня їх самостворення. Так вибір користувачем ігор не агресивних, але активних видів, або рольових ігор указує на високий рівень його самостворення.

Студенти сприймають себе у грі як активних суб'єктів. Комп'ютерні ігри дають змогу їм виплеснути надмірну активність, скинути зайву енергію, що переповернує сучасну молодь. У цілому студенти досить чітко розрізняють реальний та віртуальний світи. У грі вони можуть обирати характери, які поведуться не найкращим чином, скоюють антисоціальні, жорстокі вчинки.

Переважний вибір студентом комп'ютерних ігор того або іншого жанру може стати основою для оцінювання певних особливостей Я-концепції особистості.

З'ясовано, що стосовно залежності самооцінки та частоти гри: чим більше студент грає, тим нижчою є його самооцінка. Це може свідчити про залежність від гри як компенсацію за низьку самооцінку. Самооцінка та мотивація до гри: Ті, хто грає з мотивацією досягнень (високі бали за мотивацією), мають вищу самооцінку.

Студенти, які обирають агресивні ігри, характеризують себе як недружніх, жорстоких людей як в житті, так і в грі, але, на жаль вони не вважають це вадою характеру. Значно більше вони піклуються про розвиток у собі самоконтролю, самосвідомості, що не є достатнім для компенсації недостатньої доброти й дружності.

Студенти, які обирають активні неагресивні ігри відчують себе у реальному житті активними, енергійними, відкритими до оточення і всього нового.

Студенти, які обирають логічні ігри, навпаки описують себе як емоційно стабільних. Також вони відрізняються дуже високим рівнем самоконтролю як в реальному житті, так і в грі.

Студенти, які виявляються прихильниками рольових комп'ютерних ігор не відчують себе достатньо активними у житті й вимушені виплескувати свою енергію в іграх.

Перелік ключових слів: Я-концепція, геймери, комп'ютерні ігри, особистість, студенти, агресивні прояви.

SUMMARY

Master's Degree Project of the 2-th year student, speciality «Psychology» (Alfred Nobel University, Dnipro, Department of Psychology and Pedagogy) is devoted to the problem of the relationship between players' gaming preferences and the peculiarities of their self-concept.

The qualification work presents the results of the analysis of the relationship between players' gaming preferences and the peculiarities of their self-concept.

The predominant choice of a particular genre of computer games by players can serve as an indicator of their level of self-concept. For example, a user's choice of games that are not aggressive but active, or role-playing games, indicates a high level of self-concept.

Students perceive themselves as active subjects in the game. Computer games allow them to release excessive activity, to discharge excessive energy that overwhelms modern youth. In general, students distinguish between the real and virtual worlds quite clearly. In the game, they can choose characters who do not behave in the best way, commit antisocial, cruel acts.

The student's preferred choice of computer games of a particular genre can be the basis for assessing certain features of the self-concept of a person.

It has been found that the more students play games, the lower their self-esteem is. This may indicate a dependence on the game as a compensation for low self-esteem. Self-esteem and motivation to play: Those who play with achievement motivation (high motivation scores) have higher self-esteem.

Students who choose aggressive games characterize themselves as unfriendly, cruel people both in life and in the game, but unfortunately they do not consider it a character flaw. They are much more concerned with developing self-control and self-awareness, which is not enough to compensate for their lack of kindness and friendliness.

Students who choose active, non-aggressive games feel active, energetic, open to the environment and everything new in real life.

Students who choose logic games, on the contrary, describe themselves as emotionally stable. They are also characterized by a very high level of self-control both in real life and in games.

Students who are fans of role-playing computer games do not feel active enough in life and are forced to release their energy in games.

Key words: Self-concept, gamers, computer games, personality, students, aggressive manifestations.

ЗМІСТ

ВСТУП	3
РОЗДІЛ 1 ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНИЙ АНАЛІЗ ДОСЛІДЖЕННЯ ФЕНОМЕНУ Я-КОНЦЕПЦІЇ.....	7
1.1. Поняття феномену Я-концепції у сучасній психології	7
1.2. Психологічні особливості діади «гравець – комп’ютерна гра»....	20
Висновки до першого розділу	34
РОЗДІЛ 2 ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ Я- КОНЦЕПЦІЇ КОМП’ЮТЕРНИХ ГРАВЦІВ.....	36
2.1. Процедура, методи та методики емпіричного дослідження геймерів	36
2.2. Результати та аналіз емпіричного дослідження рівня залучення студентів до світу комп’ютерних ігор	42
2.3. Дослідження самоставлення студентів за методикою В.В. Століна та С.Р. Пантилеєва.....	55
2.4. Комп’ютерні ігри й агресивні прояви особистості	77
Висновки до другого розділу	90
ВИСНОВКИ	92
СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ	95

ВСТУП

Актуальність дослідження. Останні десятиріччя характеризуються стрімким поширенням комп'ютерних технологій, що пронизують усі сфери життя людини: професійну, навчальну, сімейну. У новому інформаційному середовищі в людини формуються нові компоненти психічної регуляції діяльності, подібні до тих, що виникають у процесі оволодіння письмовою мовою як знаковою системою. Зважаючи на це, актуальною загально-психологічною проблемою є вивчення зміни особистості в процесі пристосування до роботи чи спілкування у новому знаковому середовищі при комп'ютеризації її життя.

Нині спостерігається інтенсивна комп'ютеризація сучасного суспільства, психологічні наслідки якої мають амбівалентний характер.

Комп'ютерні ігри є одним із найпоширеніших видів такої масової комп'ютеризації, що охоплює всі верстви населення. Проте молодь, підлітки і діти, які перебувають на віковому етапі формування особистості, найбільш піддаються впливам цих ігор. Проблема психологічних наслідків комп'ютеризації висвітлена як у суто психологічних дослідженнях, так і у дослідженнях суміжних наукових дисциплін (соціології, інформатики). Але сфера нових комп'ютерних технологій є однією з тих, що розвиваються найстрімкіше та кожного року охоплює все нові верстви населення. Набуває ваги й актуальності завдання вивчення змін в Я-концепції особистості під час входження людини до світу нових комп'ютерних технологій, як нового соціокультурного чинника, зокрема до світу комп'ютерних ігор.

Концептуальною основою дослідження є сучасний підхід до поняття особистості як цілісної системи соціально зумовлених психологічних характеристик, що виявляються в суспільних за своєю природою зв'язках і стійких відношеннях.

Складність та диференційованість Я-концепції особистості залежить від багатства структури її життя. Безумовно, нові інформаційні технології суттєво впливають на соціальне оточення особистості, структуру її діяльності та саму

особистість, що й зумовило вибір теми нашої магістерської роботи: «Зв'язок між ігровими перевагами гравців та особливостями їх Я-концепції».

Мета дослідження: теоретично обґрунтувати та емпірично дослідити зв'язок між ігровими перевагами гравців та особливостями їх Я-концепції.

Об'єкт дослідження: феномен Я-концепції комп'ютерних гравців.

Предмет дослідження: Зв'язок між ігровими перевагами гравців та особливостями їх Я-концепції.

Гіпотеза дослідження полягає у припущенні, що існує зв'язок між Я-концепцією гравців, самооцінкою, мотивацією та жанром комп'ютерних ігор, які вони переважно обирають.

Емпіричні гіпотези:

- існують розбіжності у представників студентських груп за рівнем глобального самостварення, а також за рівнями самостварення;

- існує кореляція між грою в агресивні ігри і загальною агресивністю гравця

Для досягнення поставленої мети, об'єкту та предмету нами сформульовані такі завдання:

1. Узагальнити теоретичні підходи до розуміння Я-концепції комп'ютерних гравців як динамічної системи, відкритої для зовнішніх впливів.

2. Обґрунтувати теоретико-методологічні основи емпіричного дослідження самостварення та Я-образів комп'ютерних гравців як цілісного опису Я-концепції та її складових.

3. Виявити позитивні та негативні впливи комп'ютерних ігор на молодих людей-геймерів.

4. Інтерпретувати результати дослідження.

Методи дослідження: Для розв'язання поставлених завдань і досягнення мети дослідження використовувався комплекс методів:

- *теоретичні:* аналіз та узагальнення наукової літератури; систематизація, класифікація;

- *емпіричні:* тестування, зокрема використовувалися такі психодіагностичні методики: анкета «Самосприйняття, ігрових переваг і частоти гри»; тест-

опитувальник самоствавлення особистості (С.Р. Пантисєєв, В.В. Столін); метод самоопису з використанням прикетників; метод особистісного семантичного диференціалу з використанням репертуарних позицій для всебічного опису Я-концепції (Я-реальне, Я-ідеальне, Я-у майбутньому, тощо), Шкала самооцінки Розенберга (Rosenberg Self-Esteem Scale);

- *методи обробки та інтерпретації емпіричних даних*: кількісний та якісний аналіз (критерій узгодженості Пірсона χ^2 , описова статистика, порівняння вибірових середніх за t-критерієм Стюдента, методом ANOVA для кількох груп, факторний аналіз результатів з подальшою категоризацією на основі отриманих факторів).

Емпірична база дослідження: проводилося на базі закладів вищої освіти м. Дніпро. В емпіричному дослідженні приймали участь респонденти у кількості 118 осіб.

Теоретико-методологічна основа роботи стали: системний підхід у психології (П.К. Анохін, Г.О. Балл, Г.В. Ложкін, Б.Ф. Ломов, С.Д. Максименко, В.Д. Шадриков та ін.); положення суб'єктного підходу (О.Ф. Бондаренко, Л.М. Карамушка, Г.С. Костюк, О.І. Кузьміна, С.Д. Максименко, Т.М. Титаренко, Н.В. Чепелева та ін.), концепції самоствавлення (О.І. Бондарчук, С.Р. Пантисєєв, Л.З. Сердюк, В.В. Столін, І.І. Чеснокова та ін.), концепції теорії особистості (Дж. Келлі, В. Норман, В.Ф. Петренко, О.Г. Шмельов); концептуальні засади розкриття поняття Я-концепції (Р. Бернс, М.Й. Боришевський, О.Є. Гуменюк, У. Джемс, Т.В. Дмитрова, І.С. Кон, С.Д. Максименко, К. Роджерс, В.В. Столін, В.О. Ядов та інші).

Теоретична значущість полягає в тому, що на основі методології системного підходу здійснено аналіз особливостей Я-концепції геймерів; визначено особливості Я-концепції не лише осіб, які зловживають комп'ютерними іграми, а також звичайних гравців, на основі того, які жанри комп'ютерних ігор вони переважно обирають.

Практична значущість полягає в обґрунтуванні засад дослідження особистісних змін у кіберпросторі, зокрема Я-концепції; може допомогти

проводити психологічні коригувальні дії з особами, які зловживають комп'ютерними іграми, залежно від їх ігрових преференцій.

Структура роботи. Робота складається зі вступу, двох розділів, висновків до кожного розділу, загальних висновків, списку використаної літератури, який налічує 51 джерело. Робота містить 14 таблиць, 6 рисунків. Загальний обсяг роботи 106 сторінок.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНИЙ АНАЛІЗ ДОСЛІДЖЕННЯ ФЕНОМЕНУ Я-КОНЦЕПЦІЇ

1.1. Поняття феномену Я-концепції у сучасній психології

Інтерес людини до самої себе, до свого – Я, бажання покращити себе, розкрити свою сутність виникли у людини вже давно. Але, хоч поняття «Я» є одним з найстаріших філософсько-психологічних понять, його категорійний статус залишається невизначеним, зокрема і такі терміни як «самість», «ідентичність», «Его» та «Я» використовуються в найрізноманітніших значеннях. Ці труднощі є не лише термінологічними – поняття «Я» завжди співвідноситься і часто зливається як з поняттям особистості, так і з поняттям самосвідомості. Не кажучи вже про багатозначність самих цих термінів, оскільки поняття «Я» не вичерпує їх повністю. Так, поняття «Я» – це не просто індивідуальність, особистість, а особистість, що розглядається зсередини. Водночас самосвідомість може бути не лише індивідуальною, але й колективною, груповою.

Я-концепція є результатом особистісного розвитку людини. Це система самосприйняття, розуміння і прийняття, визначення себе суб'єктом, яка складається на основі взаємодії особистості з навколишнім середовищем. Це відносно стійка система вираження множинних «Я», система установок, спрямованих на самого себе, містить на різних рівнях свого прояву такі механізми, як когнітивний, емоційний, вольовий, поведінковий. Я-концепція як система розвивається в процесі самоактуалізації особистості на основі позитивного ставлення до себе¹.

Я-концепція виникає в людини в процесі розгортання соціальної взаємодії як винятковий результат її культурного розвитку, це відносно стійке і водночас таке, що піддається внутрішнім коливанням і змінам, психологічне утворення.

¹ Петровский А.В. Основы теоретической психологии. М.: ИНФРА-М, 1998. 528 с.

Я-концепція створює в людини відчуття своєї постійної визначеності, самототожності, відповідності самій собі. Я-концепція виконує детермінуючу роль в активності суб'єкта, його стосунках із середовищем, вона повинна не просто надати індивідові вірогідні відомості про себе, а й допомогти виробити ефективні життєві орієнтири, у тому числі й орієнтири в суспільному середовищі².

Змістовно-динамічне наповнення Я-концепції особистості, вичерпно спричинене соціально-культурним досвідом, здобутим нею як суб'єктом психічної активності, пережитим як процес її безперервної самототожності та цілісності, що постійно використовується у сфері актуальних і потенційних соціальних взаємостосунків. Соціокультурне замовлення і самоспричинення розвитку Я-концепції виходить за межі пізнання людиною своїх конкретних якостей та усвідомлення себе як учасника соціального процесу й поширюється на ту серцевинну частину її самосвідомості, у якій діалектично поєднуються чотири складові – когнітивна («Я»-образ), емоційно-оцінкова («Я»-ставлення), поведінкова («Я»-вчинок), спонтанно-креативна («Я»-духовне) – у структурно-функціональному контексті та під інтегральною дією виробленої «Я»-схеми, що містить найбільш прийнятні когнітивні інтерпретації та узагальнення про самість, отримані з минулого досвіду і які контролюють обробку інформації про власне «Я»³.

Ю.І. Матвеев⁴ розглядає Я-концепцію як уявлення особистості про свої соціальні якості, про свій реальний, можливий і необхідний соціальний статус, про потреби, інтереси, ідеали, що інтегрувалися у складну динамічну систему. Ця система регулює і скеровує всі свідомі дії людини. Її ядро – сукупність поглядів особистості про саму себе. Її якісні параметри визначають три компоненти, що характеризують Я-концепцію як цілісне утворення – когнітивний, емоційний, поведінковий. Когнітивна (пізнавальна) складова Я-концепції набуває вигляду сукупності переконань, обґрунтованих або ні, але таких, в яких людина впевнена.

² Васильченко О.М. Етносоціальні уявлення в структурі Я- концепції університетської молоді: автореф.. дис. ... канд.: психол.н: 19.00.05. К., 2003. 19 с.

³ Гуменюк О.Є. Психологія Я-концепції: монографія. Тернопіль: Економічна думка, 2002. 186 с.

⁴ Матвеев Ю.И. Социальная ориентация личности. Ростов-на-Дону, 1990. 210 с.

Емоційна складова набуває вигляду оцінно-емоційного ставлення особистості до самої себе, до образу власного «Я». Поведінкова складова спрямовує дії особистості, які ґрунтуються на уявленнях про саму себе, свої потенційні можливості.

Отже, Я-концепція особистості є похідним від реальної активності суб'єкта, що складається послідовно з розвитком цієї активності від ситуативних реакцій до скерованої світоглядом поведінки. Я-концепція усвідомлюється індивідом у різних формах ступеня суб'єктивної узагальненості – від розпорошених відчуттів до категорійного «Я», що є частиною світогляду суб'єкта. Зміст Я-концепції визначається середовищем життєдіяльності індивіда. Я-образи є видами суб'єктивного знання про себе або елементами цілісної Я-концепції. Я-образи є суб'єктивним відображенням об'єктивного становища суб'єкта у системі реальних стосунків з реальним світом. В Я-образах узагальнена емоційна і когнітивні інформація про сутність «Я», яку особистість виокремила з суб'єктивного досвіду. Ця інформація актуалізується у новій активності. Необхідність усвідомлювати себе для реалізації власної активності спонукає суб'єкта порівнювати знання про себе із запланованою діяльністю, формуючи смисли «Я». Усвідомлення цілісності власного існування, узагальнення і систематизація знань про себе і світ, створює підґрунтя для побудови Я- концепції, яка включає не лише Я-образи, а й систему уявлень про перспективні лінії розвитку «Я» – майбутні Я-образи, ідеальні, еталонні тощо.

Очевидно, характеристика Я-концепції особистості буде неповною і навіть неадекватною, якщо індивідуальний образ «Я» будуватиметься без урахування культурного еталону. Такий культурний еталон буття особистості в окремій спільноті не є абсолютно ригідним, він трансформується із зміною культурного середовища⁵.

Найбільш пластичною складовою цього еталона є зміст схвальних атрибутів (особистісні риси, якості, вміння тощо). Вплив цієї складової позначається на Я-

⁵ Кочубейник О.М. Трансформація уявлень про «Я»-концепцію у крос-культурних психологічних дослідженнях: автореф. дис. ... канд. психол. н: 19.00.01. К. : Ін-т психології ім. Г.С.Костюка АПН України. 2003. 16 с.

концепції: індивід прагне набути культурно схвалюваних рис. Поведінка особистості зазнає значного впливу з боку норм і переконань, заданих культурним середовищем.

Реальне «Я» – це початкова сила, яка діє в напрямку індивідуального зростання й самореалізації, з якою суб'єкт може досягти повної ідентифікації. Реальне «Я» – це те, на що посилається суб'єкт, коли говорить, що хоче знайти себе. Реальне «Я», якщо воно є сильним й активним, дає змогу приймати рішення й брати на себе відповідальність за них. Воно веде до справжньої інтеграції і до здорового відчуття цілісності, тотожності із самим собою.

Ідеальне «Я» складається з цілої низки уявлень, що відбивають заповітні сподівання і прагнення індивіда, ці уявлення можуть бути як досить дійсними, так і відірваними від реальності.

Так, К. Хорні⁶ виокремлює актуальне, або емпіричне «Я» від ідеалізованого «Я», з одного боку, і реального «Я», з іншого. Актуальне «Я» – всеохопне поняття для всього того, чим є людина в певний час: для її тіла й душі, здоров'я чи невротичних станів. Реальне «Я» – те, що має на увазі суб'єкт, коли говорить, що хоче знати себе, тобто хоче знати, яким він є. Ідеалізоване «Я» – це те, чим суб'єкт є або чим повинен бути у своїй уяві. Згідно з К. Хорні, велика розбіжність між реальним й ідеалізованим «Я» досить часто призводить до депресії, зумовленої недосяжністю ідеалу.

Багато авторів пов'язують ідеальне «Я» із засвоєнням культурних ідеалів, уявлень і норм поведінки, що стають особистими ідеалами завдяки механізмам соціального підкріплення. Такі ідеали властиві будь-якій людині. Ідеальний образ – це інстанція, яка виконує регулювальну функцію, відповідає за відбір вчинків.

Коли ми говоримо про регуляторну роль ідеального образу «Я», варто розуміти, що він може чинити дієвий вплив на поведінку тільки за умови його тісного зв'язку з Я-реальним. Відсутність такого зв'язку може зумовити поступовий перехід ідеального «Я» у фантастичне «Я». М.Й. Боришевський⁷

⁶ Horney K. (1994). *The Neurotic Personality of Our Time*. W.W. Norton & Company; Revised ed. Edition. 1994. 304 p.

⁷ Боришевський М.Й. Взаємини в учнівському колективі: формування особистості. К. : Т-во Знання УСРС, 1974. 47с.

ззначає, що саме здатність до саморефлексії забезпечує особистості можливість інтегрувати в собі одночасно дві функції: функцію суб'єкта поведінки і функцію об'єкта управління.

К. Роджерс⁸ [цит.] виділив чотири параметри «Я»:

- real self-concept (реальне уявлення про себе);
- social self-concept (уявлення про свою соціальну роль);
- physical self-concept (уявлення про свій фізичний стан);
- ideal self-concept (уявлення про свою мету, плани і бажання на майбутнє).

Ш. Самюель визначає чотиривимірну Я-концепцію: образ тіла, соціальне-Я, когнітивне-Я і самооцінку.

М. Розенберг⁹ [цит.] виділив шість образів «Я»:

- теперішнє «Я» (якою особистість бачить себе в дійсності у поточний момент життя);
- динамічне «Я» (якою особистість поставила собі за мету стати);
- фантастичне «Я» (яким необхідно бути, зважаючи на засвоєні норми та зв'язки);
- майбутнє чи можливе «Я» (яким, на думку суб'єкта, він міг би стати);
- ідеалізоване «Я» (яким було б бажано бути);
- низка уявних «Я» (образів та масок, які особистість виставляє на показ, щоб приховати за ними певні негативні чи неприємні риси, вразливі місця, слабкості свого теперішнього «Я»).

Слід зазначити, що всі ці варіанти образів «Я» існують лише в самосвідомості, як її власні іпостасі й потенції.

Усі ці образи характеризують внутрішній світ особистості і численними зв'язками пов'язані з її життєвим досвідом і реальними стосунками з іншими людьми. Так, ідеальне «Я» залежить від тих норм і зразків, які були надані людині в дитинстві: бажане з погляду суспільства, сім'ї або певної іншої соціальної групи поступово стало бажаним для самої особистості, яка не бачить для себе іншої

⁸ Pervin Lawrence A. (1994). Personality: Theory and Research. John Wiley & Sons; 5th edition. 624 p

⁹ Pervin Lawrence A. (1994). Personality: Theory and Research. John Wiley & Sons; 5th edition. 624 p

поведінки, тому будь-яке ухилення від засвоєного зразка викликає у неї сумління та зниження самоповаги.

Динамічне «Я» пов'язане із соціальною позицією людини: рівень домагань особистості, як і її самооцінка, завжди походять із певних об'єктивних можливостей тощо.

Можливе-Я детально розроблене в концепції Х. Маркус і П. Нуріус¹⁰. Вони ввели поняття «робочої Я-концепції» – Я-концепції в певний час і в заданому соціальному контексті взаємодії, частина загального репертуару «Я», яке визначається на мікро- та макро-соціальному рівнях. Деякі робочі Я-концепції актуалізуються частіше, деякі – рідше, питання про стабільність / мінливість Я-концепції починає звучати як питання ймовірності появи тієї чи іншої окремої Я-концепції в ситуації конкретної соціальної взаємодії. Ця ідея ймовірності, визначеної відносно самопроявів, обумовила появу категорії можливого «Я». Воно є екстраполяцією нашої поточної робочої Я-концепції. Наявних характеристик можливих «Я» така сама необмежена кількість, як і робочих Я-концепцій; вони можуть бути як негативними, так і позитивними. Згідно з Х. Маркус і П. Нуріус¹¹ можливе «Я» – це наші уявлення про те, ким ми станемо у майбутньому (як «добрі», так і «погані»), які мають мотивуючу функцію – образ себе успішного у майбутньому або уявлення про себе як про потенційного невдачу обумовлює реальний успіх або невдачу. Крім того, великі розбіжності між поточною робочою Я-концепцією й можливим «Я» є джерелом тривожних або депресивних станів.

М.Й. Боришевський¹² розглядає Я-концепцію, вивчаючи її горизонтальну структуру, як систему, елементами якої виступають самооцінка, рівень домагань та соціально-психологічні очікування, а також система оціночних ставлень до оточення, або так званих фундаментальних життєвих ставлень індивіда як особистості.

¹⁰ Markus H. (1986). Possible selves. *American Psychologist* № 41(9) pp. 954-969.

¹¹ Markus H. (1986). Possible selves. *American Psychologist* № 41(9) pp. 954-969.

¹² Боришевський М.Й. Взаємини в учнівському колективі: формування особистості. К.: Т-во Знання УСРС, 1974. 47с.

Розуміння Я-концепції як системи настанов привело М. Розенберга¹³ до виокремлення в ній декількох автономних формальних вимірів. По-перше, це ступінь когнітивної складності й диференційованості, який вимірюється кількістю і характером власних якостей, що усвідомлюються особистістю: чим більше своїх якостей особистість усвідомлює і чим більш складні й узагальнені ці якості, тим вищий рівень самосвідомості особистості. По-друге, це ступінь виразності, рельєфності образу «Я», його суб'єктивної значущості для особистості. Одна людина багато думає про себе, аналізує свої вчинки, намагається цілеспрямовано формувати себе; в іншій рефлексія нерозвинена, вона діє під впливом безпосередніх збудників або за логікою ситуації. Різними бувають й об'єкти рефлексії: один більше турбується про свою зовнішність, інший – про розумові здібності, третій – про свій моральний вигляд. По-третє, це ступінь внутрішньої цілісності, послідовності Я-концепції.

Оскільки людина бачить себе під різними кутами зору, її самосвідомість завжди буде суперечливою. Я-ідеальне ніколи не збігається з Я-реальним, і ця суперечність є головною рушійною силою самовиховання. Проте характер суперечностей самосвідомості може бути різним. Одна справа – усвідомлення розбіжностей у ступені розвитку певних властивостей (людина знає, що в неї недостатньо розвинені окремі необхідні якості та намагається їх розвинути), інша справа – коли людина усвідомлює, що властивості, наявні в неї, у принципі несумісні (наприклад, високий рівень домагань, бажання завжди бути першим важко поєднати з низькою оцінкою своїх здібностей у значущій для особистості сфері діяльності). Отже, суперечливість, непослідовність образу «Я» викликає внутрішнє напруження, сумніви й коливання.

Додатково, важливим є ступінь стійкості, стабільності образу «Я» в часі. В одних людей часткові самооцінки і загальні уявлення про себе залишаються більш чи менш стабільними, незмінними, а в інших – вони доволі нестійкі, схильні до значних коливань, що не може не відбитися на поведінці людини та її стосунках з оточенням.

¹³ Rosenberg M. (1979). *Conceiving the self*. New York. 350 p.

Ступінь когнітивної складності Я-концепції зростає послідовно від молодшого віку до старшого; дорослі розрізняють у собі більше якостей, ніж юнаки, а юнаки – більше, ніж підлітки, підлітки – більш, ніж діти; зростає й узагальненість усвідомлюваних якостей, причому це найтісніше пов'язано з розвитком інтелекту.

Однаковою мірою це стосується і проблеми виразності, рельєфності «Я». Тут спостерігається вікове зростання: від дитинства до юнацтва та від юнацтва до зрілого віку людина не лише ясніше усвідомлює свою індивідуальність, а й надає їй більшого значення, тобто Я-концепція поступово стає однією з центральних, головних настанов особистості, з якою вона співвідносить усю свою поведінку. Але цей процес не є прямолінійним.

На основі аналізу сучасних досліджень Т.В. Дмитрова¹⁴ виділила різні підходи до вивчення категорії «Я»:

- логіко-гносеологічний, у межах якого переважно розглядається зміст категорії «Я», її взаємозв'язки з іншими психологічними дисциплінами;
- генетичний, що розкриває генезу Я-концепції, психологічні передумови її становлення і розвитку, та вплив цих передумов на особливості такого психологічного утворення;
- конкретно-історичний та змістовний, досліджує історично зумовлені особливості, форми «Я» і Я-концепції залежно від конкретних умов життєдіяльності особистості та її індивідуальних відмінностей;
- функціональний, спрямований на розгляд функцій, що їх виконує Я-концепція в житті людини;
- структурно-психологічний, що вивчає внутрішньо-психологічну структуру Я-концепції, характеристику її елементів та їх взаємовпливів.

«Я» виникає як певний єдиний комплекс, окремі грані якого і знайшли відображення в таких категоріях, як «самосвідомість», «самооцінка», «образ Я»

¹⁴ Дмитрова Т.В. Образ – Я як регулятор міжособистісних стосунків у ранній юності: дис ... канд. психол. наук: 19.00.07. К., 1993. 187 с.

тощо. Найбільш загальним значенням «Я» при цьому розуміється «самість» (self)¹⁵, тобто інтегральна цілісність індивіда, єдність його реальної ідентичності та індивідуальної самосвідомості. Інші аспекти «Я», що розглядаються в науковій літературі – «Его» (суб'єктність)¹⁶ і «Я-концепція». Усі три аспекти взаємопов'язані і передбачають один одного. Ідентичність психіки й поведінки особистості неможлива без певного єдиного регулятивного початку, який, у свою чергу, потребує самосвідомості. «Его» як регулятивний механізм передбачає спадкоємність психічної діяльності та існування інформації про самого себе. Я-концепція ніби добудовує ідентичність і суб'єктність особистості й водночас коригує її поведінку.

Проте, кожен із цих аспектів має свої специфічні питання.

Разом із змінами у вмісті Я-концепції суттєво змінюється суб'єктивна значущість окремих її компонентів (наприклад, зовнішності й інтелекту). У підлітковому та юнацькому віці масштаб самооцінок суттєво зростає; внутрішні якості усвідомлюються пізніше, ніж зовнішні, проте в старшому віці їм надають більшого значення. Варто також розрізнити усвідомлення якої-небудь якості та стурбованість нею, підвищену увагу до неї.

У літературі можна знайти цілу низку функцій Я-концепції¹⁷: регуляторну або регуляторно-організуючу, контролюючу, самовиховання, цілепокладання, ціннісно-орієнтаційну, соціально-рольової ідентифікації, захисну, адаптивну. Я-концепція надає особистості можливість локалізувати себе як у часовому і фізичному, так і в психологічному просторі, і, таким чином, визначити своє місце щодо інших людей, явищ, самої себе. Інакше кажучи, Я-концепція – це основа самовизначення як головної мети життєдіяльності людини.

Значною мірою Я-концепції властива функція мотивації, яка здійснюється через систему особистісних смислів, тобто Я-образи можуть спонукати до певної

¹⁵ Sullivan Harry Stack. (1968). The Interpersonal Theory of Psychiatry. W. W. Norton & Company; First Printing, Reissue edition. 412 p.

¹⁶ Юнг К.Г. Архетипи і колективне несвідоме. Львів: Астролябія, 2012. 588 с.

¹⁷ Дмитрова Т.В. Образ – Я як регулятор міжособистісних стосунків у ранній юності: дис ... канд. психол. наук: 19.00.07. К., 1993. 187 с.

діяльності або перешкоджати тій чи іншій дії, вчинку або, навпаки, бездіяльності¹⁸. Мотиваційна функція Я-концепції може мати різне походження. Вона може укорінюватися в уявленнях про ідеальне «Я» і бути пов'язаною з моральними категоріями сумління, обов'язку, відповідальності. Ця функція може бути віддзеркаленням теперішнього «Я» і майбутнього «Я». Мотивуючий ефект має і самоповага, яку багато авторів виокремлюють як одну з головних інтегральних характеристик особистості.

Протягом всього життя відбувається корекція вже сформованої та певним чином сформульованої Я-концепції у зв'язку з інформацією, що постійно надходить ззовні, з обставинами, що відбуваються, з результатами діяльності тощо, оскільки сутність людини – її суспільні зв'язки, вона живе серед людей, кожного дня отримуючи нові потоки інформації та перетворюючи новий досвід спілкування.

Система Я-концепції може мати дві рівнозначні форми – статичну й динамічну, що характеризують її з різних боків: перша – з точки зору системності, структури, її внутрішнього змісту, а друга – з точки зору її функціонування й розвитку. Статична форма дорівнює сумі відомих основних характеристик, відповідей і розв'язань головних питань, тобто є ніби поперечним зрізом особистості, її наявним станом. Зрозуміти функціонування системи Я-концепції в динамічному аспекті розвитку – це значить зрозуміти шлях її розвитку в подоланні перешкод, у необхідності її удосконалення, ускладнення, змін у внутрішній логіці розвитку.

Як складну, ієрархічно побудовану систему, Я-концепцію можна розглядати, виходячи з різних підстав, проте для потреб нашого дослідження буде вивчено Я-образи, як такі елементи цілісної Я-концепції, що розкривають суб'єктивне знання особистості про себе, в яких узагальнена емоційна і когнітивна інформація про сутність «Я». Я-образи дозволять розкрити Я-концепцію не тільки як певний зріз уявлень особистості про саму себе на поточний момент (Я-реальне), але й

¹⁸ Сердюк Л.З. Особистісно-сміслові характеристики мотивації навчання студентів вищих навчальних закладів. Вісник післядипломної освіти: Зб. наук. Праць. Ун-т менедж. освіти НАПН України. Вип. 6(19) К.:«АТОПОЛ», 2012. С. 382-391

простежити можливу динаміку змін через уявлення про себе у майбутньому, про себе ідеальну (Я-ідеальне), а також розкрити певні поведінкові аспекти Я-концепції у разі практичної взаємодії із комп'ютерними іграми (Я – у грі).

Я-концепція містить оцінку особистістю самої себе. У ній більш чи менш адекватно відбивається рівень власної гідності, у зв'язку зі специфікою якого людина може відчувати такі стани, наприклад, як почуття своєї неповноцінності чи почуття невиправданої переваги над іншими. Самооцінка – це та цінність, значущість, яку надає собі індивід загалом та окремим рисам своєї особистості, діяльності, поведінки. Як єдність когнітивного, емоційного, оціночного аспектів сприйняття особистістю самої себе, вона стає центральним компонентом Я-концепції.

За К. Роджерсом, самооцінка формується на основі оцінки індивіда іншими людьми. Для формування позитивної Я-концепції та адекватної самооцінки, дитина має почувати себе прийнятою, це є головною умовою подальшої самоактуалізації особистості¹⁹.

Із особистісним зростанням людини її самооцінка стає все більш диференційованою, з'являються парціальні самооцінки, тобто самооцінки певного аспекту її психологічного світу. Предметом самооцінки можуть стати фізичні якості, здібності, соціальні відносини й безліч інших особистісних проявів. Парціальних самооцінок багато, судити за ними про людину, не знаючи системи її особистих цінностей, того, які саме якості або сфери діяльності для неї є головним, неможливо. Самоповага, самоствавлення є загальним знаменником, підсумковим виміром «Я», що показує міру сприйняття або не сприйняття особистістю самої себе, похідне від сукупності окремих самооцінок, позитивне або негативне ставлення до себе.

Отже, самоствавлення є інтеграцією окремих самооцінок і визначає ступінь прийняття або неприйняття людиною самої себе. Саме ця узагальнювальна й відносно стійка самооцінка і є предметом психологічного аналізу в багатьох

¹⁹ Меднікова Г.І. Самооцінка та рівень домагань особистості як динамічна система: дис. ... канд. психол. наук.: 19.00.01. Харківський державний педагогічний університет ім. Г.С. Сковороди. Х., 2002. 194 с.

дослідженнях. Важливим є питання, як, по якій основі парціальна самооцінка інтегрується в загальне почуття позитивного або негативного ставлення індивіда до себе²⁰.

Вітчизняна наука також характеризується широким спектром розуміння поняття «самоствавлення».

Розглядаючи самосвідомість як ставлення до себе, опосередковане ставленням інших людей, В.В. Столін пише, що самосвідомість має три голоси: вона охоплює ставлення до себе, ставлення до іншої людини і ставлення іншого, яке сприймається (або очікується) суб'єктом²¹. Таким чином, якщо традиційно самоствавлення розглядається через порівняння себе й своїх якостей з певною нормою, то в цій концепції і знання про себе, і самоствавлення є наслідком найзагальніших причин, які перебувають поза суб'єктом, в його діяльності.

Природа самоствавлення не замикається внутрішнім простором особистості, а через мотиви пов'язується з реальною життєдіяльністю суб'єкта. Причому самоствавлення має властивість адитивності, яка проявляється в тому, що кожен з емоційних компонентів самоствавлення робить незалежний внесок одного того самого порядку до інтегрального почуття «Я».

Згідно з результатами дослідження В.В. Століна, в основі самоствавлення лежать три емоційних виміри: самоповага, аутосимпатія й близькість до себе (самозацікавленість), які за рахунок адитивності цієї структури інтегруються в загальне почуття позитивного або негативного ставлення до себе.

Виходячи з вищесказаного, можна стверджувати, що самоствавлення є емоційним узагальненням Я-концепції, і, дослідивши її, можна зрозуміти Я-концепцію особистості холістично, тобто як цілісну систему.

Таким чином, розглядаючи Я-образи як елементи Я-концепції особистості та самоствавлення як узагальнення Я-концепції, ми зрозуміємо Я-концепцію особистості з двох боків: як цілісну систему і як структурований концепт. Схему зазначеного підходу представлено на рис. 1.1.

²⁰ De Raad B., Only three factors of personality description are fully replicable across languages: A comparison of 14 trait taxonomies. *Journal of Personality and Social Psychology*. 2010. № 98. pp.160-173.

²¹ Столін. В.В. Психология самосознания. Хрестоматия. Самара: Издательский Дом «БАХАР. М», 2003. 672 с.

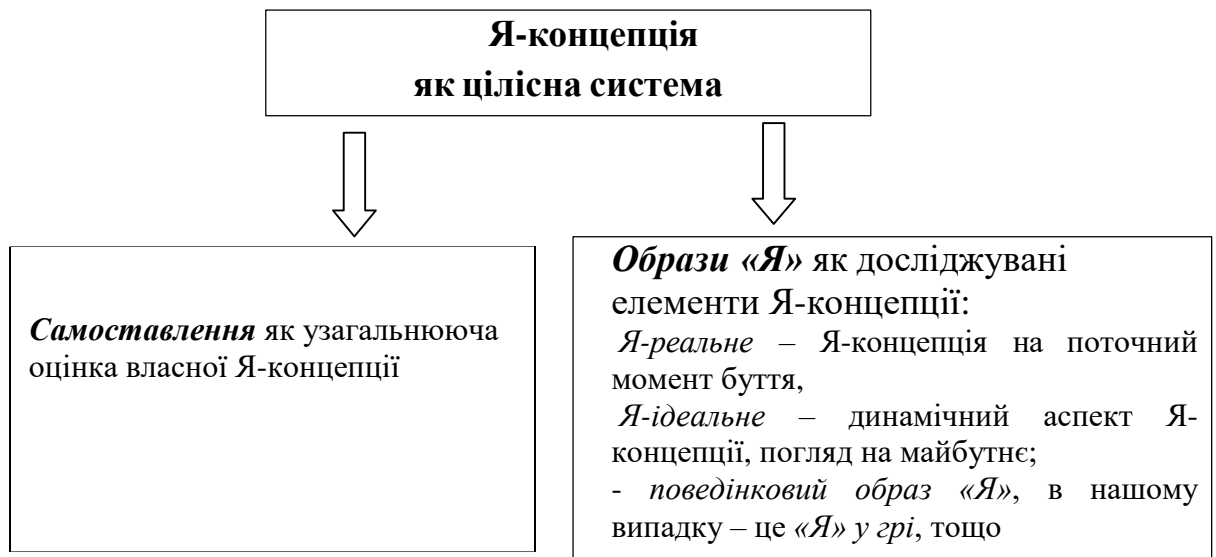


Рис. 1.1. Холістичний підхід до вивчення Я-концепції особистості комп'ютерних гравців (геймерів)

1.2. Психологічні особливості діади «гравець – комп'ютерна гра»

Центральною тезою культурно-історичної психології є твердження про існування глибинного зв'язку між конкретним оточенням, в якому існує людина, та фундаментальними, характерними якостями людського розуму: оточення людини наповнено пристроями, знаряддями (адаптаціями) поведінки попередніх поколінь в упредметненій і (значною мірою) зовнішній формі. Філогенез, культурогенез, онтогенез і мікрогенез водночас структурують розвиток дитини, підлітка, молодої людини, причому кожний більш низькій рівень вбудований у рівень, що знаходиться над ним²².

Культура не просто додає щось до вже наявних з дня народження психофізіологічних процесів, а може корінним чином змінювати психічні процеси, які є результатом біологічного дозрівання. При входженні у культуру дитина не лише бере дещо з культури, привласнює собі дещо ззовні, але культура глибоко перероблює увесь хід розвитку дитини.

У моделі екологічних систем У. Бронфенбреннера²³, дитина, яка розвивається, постійно взаємодіє із зовнішнім середовищем. Рівні середовища охоплюють: мікросистему – людей та події у сім'ї, школі, інших громадських інститутах, що становлять безпосереднє оточення дитини; мезосистему – взаємовідносини кількох (мінімум – двох) елементів мікросистеми; екзосистему – громадські структури, що не становлять найближче оточення дитини, але впливають на неї (наприклад, місцеві органи самоврядування або виробництво, на якому працюють батьки); і макросистему – культуру в цілому. Кожний елемент середовища впливає на дитину так, як дитина впливає на середовище.

Р. Шведер²⁴ писав: «Не існує ніякого окремого самостійного середовища, незалежного від людських засобів видобування із нього сенсів та можливостей, а

²² Кочубейник О.М. Трансформація уявлень про «Я»-концепцію у крос-культурних психологічних дослідженнях автореф.: дис. ... канд. психол. н. 19.00.01. К. : Ін-т психології ім. Г.С. Костюка АПН України. 2003. 16 с.

²³ Bronfenbrenner U. (1979). The ecology of human development. / Bronfenbrenner U. Cambridge, MA: Harvard University Press. 330 p.

²⁴ Shweder R.A. (1984). Preview: A colloquy of culture theorist. Culture theory: Essay of Mind, Self and Emotion. N.-Y.: Cambridge University Press. pp. 1-24.

будь-яка людина знаходить свою суб'єктивність та індивідуальне психологічне життя шляхом видобування сенсів і можливостей із соціокультурного середовища та його використання».

Культурне опосередковування передбачає такі зміни у розвитку, за яких діяльність попередніх поколінь акумулюється у теперішньому як специфічно людська складова середовища. Винахід нових засобів використання енергії або нових засобів репрезентації або проста зміна в звичаях можуть суттєво порушити наявний культурний порядок або стати джерелом значних розривів у розвитку.

Найхарактернішою рисою сучасного культурного процесу є той факт, що людство остаточно вступило до інформаційної епохи. Сьогоднішні темпи комп'ютеризації перевищують темпи розвитку всіх інших галузей. Сучасна людина починає взаємодіяти з комп'ютером постійно – на роботі, вдома, у транспорті. Комп'ютери стрімко входять до людського життя, посідаючи своє місце у нашій свідомості, але ми досить часто не усвідомлюємо того, що починаємо багато у чому залежати від їх роботи.

Комп'ютер став одним із найважливіших елементів нового предметного, артефактного середовища, змінюючи усталені протягом століть форми стосунків між людьми. На перший план виходять проблеми, пов'язані з розкриттям специфіки людини у контакті з технічними засобами інформатизації, вивченням людини в інформаційному середовищі сучасного суспільства.

В умовах інформаційного суспільства формується новий вид реальності – кіберпростір, або так звана «віртуальна реальність», яка вносить суттєві зміни в усі сфери життєдіяльності особистості, її наслідки помітні вже зараз, вони проявляються в способах і стилі життя окремої людини, соціальних груп і спільнот²⁵. Як вважає дослідник з Німеччини О. Шмідтке²⁶, під кіберпростором розуміється «сфера машинних процесів комунікації, в якій комунікативні процеси реалізуються настільки незалежно, що комуніканти звільнені від необхідності

²⁵ Богач О.В. Кіберпростір і перспектива соціалізації особистості старшокласників. Психологічні перспективи. Спеціальний випуск: Проблеми кіберагресії. Київ: Інститут соціальної та політичної психології НАПН України, 2012. Т. 1. С. 158-167.

²⁶ Schmidtke O. Berlin in the Net: Prospects for Cyberdemocracy From Above and From Below. Cyberdemocracy: Technology, Cities and Civic Networks. L.: Routledge, 1998. P. 81.

зустрічатися фізично». У кіберпросторі здійснюється цілий конгломерат людських діяльностей, основу яких становить пізнавальна, ігрова й комунікативна діяльність.

Доступність і одночасно відстороненість інформації стали основою формування віртуального простору, який характеризується зниженням емоційного чинника безпосередньої взаємодії між людьми, відсутністю розмежування між реальністю та вигадкою. Віртуальна реальність формує нові символи, знання, цінності, норми, соціальні зразки, що становлять елементи культури суспільства, особи, отже, і способу життя. Виникає паралельна реальному життю віртуальна реальність, що породжує роздвоєність свідомості особистості, нові ціннісно-сміслові орієнтації, часом досить далекі від наявних у суспільстві. Посилюється стан невизначеності в оцінці поточної інформації, різко знижуються критерії визначеності. Віртуальний простір – це новий тип культурного простору, створений сучасною цивілізацією, а віртуальна реальність – це часткове, недовтілене існування.

За останні 50-60 років науковці далеко вже віддалилися від перших концепцій теорії інформації, які намагалися відповісти на запитання, «чи може машина мислити?», розпочалася інформатизація всього суспільства (ЗМІ, Інтернет, буденна урбаністична реальність). Тепер психологи, що вивчають питання кіберпростору все частіше вдаються до більш трагічних питань: а чи зуміє мислити людина за теперішніх і подальших умов інформаційного полону?²⁷

Сучасний інформаційний простір надає значно більші можливості для саморозвитку особистості, опанування культурними надбаннями людства, пошуку та отримання оперативної інформації тощо. Поширення нових комунікаційних технологій, створення технічних можливостей для інтерактивного телебачення та, особливо, інтерактивного діалогу в мережі Інтернет є значним кроком у задоволенні потреби людства в масовому духовному спілкуванні. І якщо корисність тих чи інших нововведень визначається самою логікою науково-технічного прогресу, то загрози або ризики, які несуть у собі нові інформаційно-

²⁷ Моляко В.О. Генетичні індикатори конструювання образів світу в сучасному інформаційному просторі. Психологічні закономірності творчого сприймання інформаційних індикаторів реальності : монографія. К.: Педагогічна думка, 2015. 145 с. С. 10-40.

комунікативні технології для розвитку суспільства та особистості, потребують постійної дослідницької уваги²⁸.

Українські вчені вже багато років проектують дистанційні середовища саморозвитку у віртуальному просторі. Цей проект зорієнтований не лише на осіб із обмеженою мобільністю, а й сприяє переорієнтуванню на успішний ефективний саморозвиток (як професійний, так і особистісний) молоді, в якій є схильність до комп'ютерної (Інтернет) залежності, шляхом використання її інтересів як підґрунтя для успішного навчання²⁹. Навчальна діяльність у віртуальному освітньому просторі характеризується самостійним пошуком знання у гіпертексті, конструюванням власного освітнього середовища та індивідуальної освітньої траєкторії, самостійною постановкою (вибором) навчальних завдань, необхідністю прийняття рішень щодо використання потенціалу середовища, перебиранням на себе функцій управління власною навчальною діяльністю тощо. Психологічні особливості діяльності учня в такому середовищі дозволяють говорити про його інтелектуально-насичений характер, тобто наявність потенціалу для інтелектуального розвитку і саморозвитку³⁰.

Однією з унікальних особливостей кіберпростору є можливість експериментувати із самоотождеченням. У багатьох ситуаціях – соціальних мережах, рольових іграх – людина може обрати будь-яке ім'я, манеру поведінки і навіть стать. Люди, з якими вона буде вступати у стосунки, будуть сприймати її через слова й дії, що здійснюються відповідно до обраного типажу. На думку науковців, коли кіберпростір сприймається як продовження розуму – проміжний простір між «Я» та іншими – він стає відчиненими дверима для різних фантазувань і реакцій переносу, які можуть бути спроектовані на цей простір.

Кіберпростір охоплює водночас найвищі досягнення людського інтелекту й найпримітивніші інстинкти людської особистості. Людина завжди шукала нові

²⁸ Еколого-психологічні чинники якості життя в умовах розвитку сучасного суспільства : колективна монографія. За наук. ред. Ю.М. Швалба. Кіровоград : «Імекс-ЛТД», 2013. 208 с.

²⁹ Інтелектуальний розвиток дорослих у віртуальному освітньому просторі: монографія / М.Л. Смульсон, Ю.М. Лотоцька, М.М. Назар, П.П. Дітюк, І.Г. Коваленко-Кобилянська [та ін.] ; за ред. М.Л. Смульсон. К.: Педагогічна думка, 2015. 221 с

³⁰ Дистанційне навчання: психологічні засади: монографія / М.Л. Смульсон, Ю.І. Машбиць, М.І. Жалдак та ін.; за ред. М.Л. Смульсон. Кіровоград : Імекс-ЛТД, 2012. 240 с.

засоби самовисловлення й спілкування з іншими людьми, і в кіберпросторі вона знайшла одну з таких можливостей, де можна бути тим, ким бажає, і проявляти свої емоції без контролю з боку зовнішнього спостерігача.

Новий потужний соціокультурний чинник – комп'ютерні технології, які створюють кіберпростір, віртуальну реальність для роботи, дозвілля, спілкування, – охоплює широкі верстви населення. Більшість дослідників погоджуються, що вплив цієї віртуальної реальності на психологічний світ сучасної людини дуже великий. Комп'ютерні технології пронизують усі сфери життя сучасної людини, і одна робота ніякою мірою не може охопити всі аспекти змін. Надалі ми зупинимося на дослідженні психологічних впливів, що спричиняють комп'ютерні ігри на особистість гравця, а точніше на можливі зміни в Я-концепції.

Віртуальна реальність зумовлює виникнення нової субкультури – субкультури її користувачів. Належність до такої субкультури відіграє велику роль у формуванні особистості її учасників, які у переважній більшості є підлітками або молодими людьми. Молодіжна субкультура – система цінностей і норм поведінки, смаків, форм спілкування, відмінна від культури дорослих, що характеризує життя молоді віком від 14 до 30 років. Один з напрямів субкультури віртуальної реальності – субкультура геймерів. Геймери (англ. gamer – гравець) – це шанувальники комп'ютерних ігор, які вбачають в іграх сенс свого життя.

Найчастіше геймерами стають підлітки, студенти, молодь. Гра у них відбирає фактично весь вільний час. Субкультура геймерів зародилася в 90-х роках ХХ століття з появою комп'ютерних ігор, а пізніше й Інтернету, коли молодь стала спілкуватися в мережі. Комп'ютерні мережеві ігри для них – це можливість спілкуватися в дії: разом з іншими, часто іноземними, однолітками проходити завдання і перемагати ворогів³¹. Науковці зазначають, що для геймера важливо максимально зануритися в простір гри, отримати унікальний ігровий досвід і таким чином самореалізуватися в грі. Повноцінна самореалізація можлива лише в мікросоціумі, який ґрунтується на певній картині світу. Для такої субкультури

³¹ Селецкая Т.В. Молодіжна субкультура: вплив на формування особистості. Практична психологія та соціальна робота. 2009. № 12. С. 60-65.

характерний власний знаковий рівень (атрибутика, символіка, жаргон і субкультурний фольклор), зумовлений реаліями й традиціями гри та ігрової спільноти. Середній підліток – геймер проводить за монітором у день від 2 до 6 годин. Проводяться чемпіонати з кіберігор. Залучення підлітків до комп'ютерних ігор стає типовою сімейною подією. Поступово кіберігри стають чинником формування соціальної дійсності.

З появою комп'ютерних ігор виникли і спроби дослідити їх психологічний аспект, їх вплив на психічний світ особистості. У користувача нових комп'ютерних технологій відбуваються якісні зміни його розумового розвитку, у процесах сприйняття, мислення та пам'яті³². Як свідчить вітчизняний та зарубіжний досвід, інформаційні технології все більш і більш впливають на формування психічних процесів людини. За даними, наведеними у роботах, спілкування з комп'ютером створює багато можливостей для розвитку внутрішнього світу особистості, стимулює її творчі здібності тощо. Для сьогоденного покоління підлітків, молоді, вміння користуватися комп'ютерними технологіями важливе не менше, ніж вміння читати та писати, незалежно від обраної професії.

Але існує і зворотній бік «медалі». Робота з комп'ютером, зазвичай, характеризується великим нервово-емоційним та зоровим напруженням, переробкою великих масивів інформації, високими вимогами до психіки користувача і пов'язана як з негативними, так і позитивними емоціями, що може викликати значні зміни у фізіологічних, психологічних і поведінкових показниках³³. Таке напруження може спричинити зміни у настрої людини, зростання її агресивності, призвести до фрустрації або депресії, роздратованості. Тривала взаємодія з комп'ютерними засобами, включаючи Інтернет, може призвести до депресивних станів та почуття самотності.

³² Максименко С.Д. Основи генетичної психології. К.: НІЦ Перспектива, 1998. С. 99-122.

³³ Пасічник І.Д. Інформатизація та психічний розвиток. Відновлено з: http://eprints.oa.edu.ua/1267/1/Pasichnyk_030412.pdf

В.В. Гудимов³⁴ зробив спробу зрозуміти притягальну силу комп'ютерних ігор з точки зору психології гравця на матеріалі «шутерів» та рольових комп'ютерних ігор. Можна зазначити:

1. Кіберігрова продукція розрахована на максимальне залучення гравця. Графіка стає все більш витонченою, інтрига гри – усе більш захоплюючою тощо. Емоції, які розробник планує викликати у споживача – геймера, мають бути все більш притягальні, інтенсивні й яскраві.

2. Головною відмінністю ігрової реальності від матеріальної дійсності є відсутність обмежень – як фізичного (наприклад, зворотний перебіг часу), так і морально-соціального порядку (наприклад, зняття табу на руйнівні дії, оскільки знищуються умовні, неіснуючі об'єкти). У цьому плані ігрова реальність є моделлю дійсності, проте з певними здвигами, перекосами.

3. Людина перетворюється на персонаж гри. Крім того, переборюючи суперника, її персонаж може стати абсолютним переможцем, героєм гри. Виникає ігровий парадокс: як тільки персонаж став Героєм – «казці кінець»! Мить урочистостей триває кілька секунд у порівнянні із загальним ігровим часом. Для того, щоб знову стати Героєм і знову отримати ауру ігрового стресу потрібна нова гра.

Розмірковуючи про психіку людини в контексті ігрової реальності, В.В. Гудимов робить спробу визначити психологічну основу комп'ютерних ігор. Завдяки якій психічній функції може існувати те, чого у дійсності не існує? Гравець висловлює не повсякденне «Я», а емоційно-інтуїтивний варіант іншого «Я». Мова йде про фантазію, у полі якої інше «Я» отримує право на існування. Фантазія – це часто своєрідний план перетворення слабкого «Я» на сильне, успішне, героїчне. Комп'ютерна гра – це зручний сценарій, за якими геймер програє свою фантазію, в результаті створюється віртуальний образ «Я».

Для людини, яка має багатий досвід соціально-фізичного існування, кіборга залишається спрощеною версією матеріальної дійсності – саме через безтілесний режим і «чарівну» топологію гри. Гра залишається тільки грою. Проте, на думку

³⁴ Гудимов В.В. Психология киберигр. Відновлено з: <https://banderus2.narod.ru/87988.html>

В.В. Гудимова, неуспішна або недостатньо сформована через вікові обмеження соціально й фізично людина сприймає ігрову реальність як дійсну, життєву реальність. Гравець отримує задоволення від зображення зі звуком. Система цінностей перетворюється на систему пріоритетів: який відеоряд обрати, куди натиснути кнопку, щоб стати героєм. Перемога – це позитивна самооцінка і позитивні емоції. Гра стає середовищем формування особистісних якостей *homo games*, для якого показником успішності стає рейтинг.

У рольових іграх особливо цікавою є можливість вибору персонажу, який досить часто ґрунтується на основних архетипах. Людина приміряє на себе можливі особистості, й оцінює наскільки комфортно вона себе відчуває в цій ролі. У грі, як у міфі чи ритуальній дії, людина спроможна отримати суб'єктивність, ухиляючись від одиничності, неухильності того, що відбувається, вириваючись із полону повсякденної ситуативності, залежності від зовнішніх обставин. Той, хто творить ігрову дійсність, забезпечує собі паралельні реальному житті сценарії існування.

Кіно і література постійно експлуатують казкові мотиви, але в рольових комп'ютерних іграх характерні риси міфологічного світу реалізувалися, мабуть, найбільшою мірою. Казка має багато позитивних рис, проте в неї немає однієї суттєвої якості, яка властива ритуалам й іграм, – ефекту власної участі. Рольові ігри додають цей аспект, гравець стає активним учасником казки. Чарівні казки і комп'ютерні ігри принципово розрізняються за походженням, якщо казки – це тисячорічний досвід реалізації колективного несвідомого, то гра – це авторський твір. Проте разом з додатковими редакторами деякі найпопулярніші ігри дуже близько наближаються до народної (і навіть інтернаціональної) творчості. Створена навколо них інфраструктура обміну додатковими рівнями, квестами, проведення будь-яких конкурсів виводить ці ігри далеко за межі авторства. Власне кажучи, гра і стає дійсно популярною саме тоді, коли в ній використовується велика кількість архетипичних образів і сюжетів.

У сучасній психологічній літературі активно дискутується питання ігрової залежності³⁵.

Кіберадикція або залежність від комп'ютерних ігор – форма психологічної залежності, що виявляється в нав'язливому захопленні відеоіграми. Основними проявами цієї залежності є бажання все більше часу проводити за відеоіграми і дратівливість, коли такої можливості немає. Відповідно до діагностичних рекомендацій, залежною визнається людина, яка проводить у грі не менше шістьох годин на день і у якої спостерігався щонайменше один з наступних симптомів залежності протягом попередніх трьох місяців:

- нездатність спланувати час роботи або гри за комп'ютером і стійке небажання закінчувати гру;
- поява роздратування або навіть агресії, якщо хто-небудь відволікає такого гравця від комп'ютера;
- зневага домашніми справами та обов'язками на користь комп'ютера;
- постійне переведення спілкування на розмови про комп'ютерні ігри або на комп'ютерну тематику;
- нехтування особистою гігієною через гру;
- відмова від зустрічей з друзями та відвідування спортивних секцій або яких-небудь клубів, розважальних заходів задля проведення часу за комп'ютером;
- низка соматичних розладів (поганий сон, захворювання очей і зап'ястя).

До недавнього часу дослідники ігрової залежності вважали, що механізм її формування ґрунтується на мотивації до гри. Але останнім часом побутує думка, що мотивація не є першорядним чинником формування ігрової залежності: механізм формування ігрової адикції заснований на частково неусвідомлюваних прагненнях та потребах – відходу від реальності й прийнятті ролей. Ці механізми працюють незалежно від свідомості людини і характеру мотивації ігрової діяльності, вони включаються одразу після знайомства з комп'ютерними іграми і закріплюються з початком більш-менш регулярної гри в них.

³⁵ Пасічник І.Д. Інформатизація та психічний розвиток. Відновлено з: http://eprints.oa.edu.ua/1267/1/Pasichnyk_030412.pdf

У подальшому та потреба, на якій заснований основний механізм, домінує в мотивації ігрової діяльності. Наприклад, можна припустити, що у дорослої людини домінувальним є механізм відходу від реальності, оскільки у неї часто-густо виникає потреба подолати стресовий стан, а комп'ютерні ігри можуть бути чудовим психотерапевтичним засобом, звичайно, за умови дозованого їх застосування. І, навпаки, у дітей домінуючим є механізм прийняття ролей, оскільки беручи на себе ролі комп'ютерних персонажів, вони здійснюють найважливішу для свого розвитку пізнавальну діяльність.

С.В. Федоренко³⁶ показала, що чинниками комп'ютерної залежності виступають: втеча від самотності, можливість уникнути вимог оточення та проблем, пов'язаних з ними, відключення від реального світу, заміна відсутніх друзів Інтернет-спілкуванням; неможливість насправді посісти першість або страх обіймати позицію лідера, потреба це здійснити у віртуальному світі; невіра у власні сили та неправильне переконання у тому, що людина не може свідомо приймати рішення і втілювати їх у життя.

Недостатня адаптованість до швидкоплинних змін примушує багатьох людей частіше застосовувати логіку й менш прислухатися до передчуттів і власних снів, ніж це необхідно для рівноваги свідомого й несвідомого в їхній психіці. Сучасна людина жертвує психічним здоров'ям (душевним комфортом) заради миттєвого успіху. Для таких людей комп'ютерна гра – стрілялка стала інструментом підтримання душевної рівноваги, схожим на алкоголь, нікотин, ліки чи наркотики. Чим більш ірраціональна поведінка у віртуальному світі, тим більш вона раціональна у реальному.

М.С. Іванов³⁷ зазначає, що з усіх жанрів комп'ютерних ігор лише рольові ігри здатні формувати стійку психологічну залежність, тільки у випадку рольових ігор спостерігається певний розподіл на Я-віртуальне і Я-реальне, наростання дисонансу між якими посилює дезадаптацію й порушення у сфері психічних станів.

³⁶ Федоренко С.В. Емоційно-мотиваційні чинники виникнення комп'ютерної залежності у студентської молоді. Актуальні проблеми психології: зб. наукових праць. 2010. Т.8. Психологічна теорія і технологія навчання, Вип. 7. С. 235- 248

³⁷ Кириленко Н. М. Комп'ютерна дидактична гра як компонент освітнього простору. Збірник наукових праць. Педагогічні науки. Випуск XXXXVI. Херсон, 2007. С. 395-398.

В індивідів, що мають комп'ютерну залежність, зростає тривожність із зростанням своєрідного дисонансу між Я-віртуальним, який безсмертний і може все у віртуальному світі, і Я-реальним, який є простою смертною людиною.

На думку автора, особа з адитивною поведінкою намагається увійти в роль комп'ютерного персонажа, отримати своє віртуальне «Я», тому що Я- віртуальне не має проблем адаптації – воно сильне, розумне, спритне, йому доступні зброя, гроші, за які можна купити все у віртуальним світі, тощо. Але людина розуміє, що вона живе в реальному світі, де вона зовсім не така сильна й багата, а головне, що вона смертна, на відміну від віртуального героя, якого без проблем можна воскресити, розпочавши нову гру. Зважаючи на це, вихід із віртуальної реальності – це повернення з ролі надлюдини у свій звичайний стан, який значно менше задовольняє осіб із адитивною поведінкою. Автор наполягає на існуванні негативних відхилень в емоційній сфері таких осіб й підвищеному, відносно до нормального, рівню тривожності. Депресивні відхилення у сфері емоційних станів зумовлені самою залежністю й пояснюються кількома причинами:

- існуванням постійної потреби в комп'ютерній грі і, разом з цим, неможливістю повного задоволення цієї потреби;
- суб'єктивне переживання особами, що мають адитивну поведінку, на свідомому рівні практичної непотрібності захопленням комп'ютерними іграми;
- неадекватне ставлення до себе в результаті невідповідності Я-реального та Я-віртуального.

Таким чином, комп'ютерні ігри завдяки тому, що в них створюється ілюзія безпосереднього впливу, являють собою реальність, яка є більш привабливою для гравців, ніж повсякденний світ з його складнощами й проблемами. Завдяки описаними вище психологічним характеристикам комп'ютерних ігор, гравець має можливість відчувати себе як свій ідеал.

Проте існують й інші думки, що за всієї реальності переживань ігрової діяльності, вивчення й аналіз віртуальної діяльності на різних рівнях – гра, ігрова діяльність, віртуальна реальність – показують, що ігрові досягнення не є досягненнями людини, Я-реального. Вони, без сумніву, можуть сприйматися

людиною в процесі гри як власні досягнення, але коли приписування віртуальних досягнень реальному «Я» відбувається після гри, має місце ілюзія сприйняття. Ігрові досягнення, успіхи, невдачі і все те, що відбувається у грі, нереальні й мають сенс тільки у грі. Відчуття самореалізації у віртуальній діяльності – явище, що спостерігається об'єктивно, проте дійсна самореалізація у віртуальному просторі – це ілюзія.

Взагалі, специфіка Я-концепції досліджуваних з групи ризику проявляється у виразності когнітивного компонента (самостійність мислення, низькі загальні рівні саморегуляції, програмування, гнучкості, пізнавальних потреб); у змістовних особливостях поведінкового компонента Я-концепції (агресивність, ригідність); у наявності адиктивного компонента, який представлений менш значуще, ніж в учнів з високим рівнем віртуальної адикції, і не включає в себе віртуальну адикцію. Структура Я-концепції досліджуваних групи норми включає поведінковий, ціннісний, когнітивний і емоційний компоненти.

Специфікою Я-концепції респондентів групи норми є значна виразність когнітивного компонента (високий рівень усвідомленої саморегуляції), позитивність самоставлення (високі показники самоповаги, самоприйняття, інтегрального почуття «за» власне Я, тобто високі рівні самоставлення, аутосимпатії, самоінтересу, низька тривожність, фрустрація і самозвинувачення), виразність гнучкості і контактності поведінки (поведінковий компонент), відсутність адиктивного компонента.

О.Ю. Чекстере³⁸ показала, що заміна традиційної рольової гри комп'ютерним сурогатом затримує процес розвитку децентрації у дітей дошкільного віку тому, що у традиційній рольовій грі підвищується рівень соціально-психологічної компетентності дітей, яка проявляється у розширенні навичок навчального спілкування і взаємодії і в більшій адаптованості до рольових відносин.

³⁸ Чекстере О.Ю. Захоплення комп'ютерними іграми як фактор впливу на процес децентрації у дітей. Актуальні проблеми психології: зб. наукових праць. 2010. Т. 8. Психологічна теорія і технологія навчання, Вип. 7. С. 268-279

Багато уваги вчені приділяють вивченню особистісної репрезентації в іграх, розрахованих на багатьох користувачів, і впливу їх на Я-концепцію³⁹.

Доведено, що особам, схильним до Інтернет-залежності, притаманні яскраво виражені ознаки сплутаної ідентичності – недостатня інтегрованість Я-образу, негативне самоствавлення та очікування негативного ставлення інших, недостатнє самовизначення. Установлено, що характерною особливістю для осіб, схильних до Інтернет-залежності, є творення «компенсаторної» віртуальної самопрезентації, яка суттєво відрізняється від реального Я більшою активністю, відкритістю та привабливістю й дає змогу у віртуальному світі реалізовувати бажаний Я-образ. Вивчено залежність виразності й плинності Я-концепції від часу, проведеному в грі⁴⁰. Показано, що залежні гравці мають гіршу виразність власної Я-концепції та її більшу плинність.

Проведений теоретичний огляд праць, присвячених вивченню особливостей Я-концепції осіб, які захоплюються комп'ютерними іграми показав, що, по-перше, ця тема актуальна, і багато дослідників як в Україні, так і за її межами звертаються до неї. Проте більшість праць присвячені особам, які мають залежність від комп'ютерних ігор. Безсумнівно, у залежних гравців особистісні зміни, у тому числі зміни в Я-концепції, відбуваються найбільш виразно. Вибірки, складені із залежних осіб, мають виразні статистичні відмінності у порівнянні із контрольними групами, і отримані результати наочні. Проте, під час вивчення осіб, які мають комп'ютерну залежність, автори розглядають певні пограничні стани, іноді навіть клінічні прояви змін. Ми не стверджуємо, що такі дослідження не потрібні, навпаки вони актуальні, але стосуються лише невеликого прошарку комп'ютерних користувачів. У такому разі за межами досліджень залишаються значно більш широкі верстви таких геймерів, які люблять комп'ютерні ігри різних жанрів, проводять досить багато часу в такій активності, але про них не можна говорити, що вони є залежними від комп'ютерів.

³⁹ Dieter J. Avatar's neurobiological traces in the self-concept of massively multiplayer online role-playing game (MMORPG) addicts. Behavioral Neuroscience. Feb 2015. Vol 129(1). pp. 8-17

⁴⁰ Lee Ch. Effects of college students' video-gaming behavior on self- concept clarity and flow. Social Behavior and Personality. 2012. Vol 40. №4 pp. 673-679.

Додатково, усі досліджені літературні джерела вказують на існування відмінностей у Я-концепціях залежних гравців у порівнянні із контрольними групами, проте в жодному з них не вказується на те, що є первинним. Чи зловживання комп'ютерними іграми так вплинуло на психологічні характеристики, зокрема, Я-концепцію особистості. Чи навпаки, особливості психічних станів, характеру, Я-концепції призвели до появи залежностей такого типу.

Таким чином, розглянувши Я-образи як елементи Я-концепції особистості з одного боку, та самоствавлення як узагальнення Я-концепції ми здатні зрозуміти Я-концепцію особистості з двох боків: як цілісну систему і як низку структурних елементів.

Особистість здатна успішно адаптуватись до різноманітних мінливих соціальних умов і ситуацій лише за умови гармонійної Я-концепції. Останніми роками з'явився новий потужний соціокультурний чинник – комп'ютерні технології, що створюють кіберпростір, віртуальну реальність для роботи, дозвілля, спілкування, що охоплює широкі верстви населення і особливо молодь. Більшість дослідників погоджуються, що вплив віртуальної реальності на психологічний світ сучасної людини дуже великий. Тому дослідження змін у психології особистості під впливом віртуального простору загалом, або певних його аспектів, наприклад, комп'ютерних ігор, є актуальним питанням сучасної психологічної науки. Інакше кажучи, зміни у соціальному, культурному, техногенному оточенні (у тому числі залучення до світу комп'ютерних технологій, Інтернет-мережі, ігор) здатні спричинити зміни у Я-концепції особистості, що можуть бути спрямовані на створенні позитивної Я-концепції, так і, навпаки, на зниження її.

Стосовно Я-концепцій комп'ютерних гравців, то на сьогодні ця проблема є актуальною і такою, що активно вивчається і обговорюється науковцями. Багато уваги приділяється питанню притягальної сили таких ігор, їх міфологічному, казковому, іншомовному змістам. Досить широко вивчається проблема адикції гравців, особливості Я-концепції адиктів.

У нашому дослідженні ми пропонуємо зосередитися не на тих особах, які є залежними від комп'ютерних ігор, а на більш широкій групі. До цієї групи ми включили тих, хто захоплюється такими іграми, проводить певний час з ними, наприклад, весь, або майже весь час, призначений для дозвілля, проте їх не діагностовано, як залежних. Ми пропонуємо дослідити Я-концепцію гравців, що обирають різні жанри комп'ютерних ігор (агресивні – неагресивні, рольові або логічні) і порівняти особливості їхніх Я-концепцій між собою, та з групою досліджуваних, які взагалі не грають у комп'ютерні ігри. Завдяки такому підходу ми зможемо порівняти особливості Я-концепцій (їх самоставлення як цілісної оцінки Я-концепції, і низку Я-образів як елементів Я-концепції) гравців, які обирають різні жанри комп'ютерних ігор, що уможливить ширший опис зміни в Я-концепції в умовах комп'ютерного середовища та стане підґрунтям більш змістовного розуміння Я-концепцій гравців різного типу, й це сприятиме створенню й розвитку позитивного їхнього погляду на власну особистість.

Висновки до першого розділу

Теоретичне дослідження проблеми особливостей Я-концепції любителів комп'ютерних ігор показало наступне:

1. Я-концепція являє собою відкриту, відносно стійку, але динамічну, нелінійну систему, складну й ієрархічно побудовану. Виходячи з цього її можна розглядати в термінах системного підходу. Я-концепція виникає, розвивається, змінюється в людини у процесі соціальної взаємодії, є результатом її культурного розвитку в соціокультурному оточенні. Це психічне утворення відносно стійке і, водночас, таке, що піддається коливанням і змінам під впливом як внутрішніх, так і зовнішніх чинників.

2. Проаналізовані праці дають підставу розглядати Я-концепцію як системне утворення, що складається з уявлень особистості про власні характеристики і здібності, про можливість взаємодії з іншими людьми і оточенням, із ціннісних

уявлень і уявлень про цілі або ідеї, що можуть мати позитивну або негативну спрямованість.

3. Як складну, ієрархічно побудовану систему, Я-концепцію можна розглядати, виходячи з різних поглядів і оснований, проте для потреб нашого емпіричного дослідження буде вивчено Я-образи як елементи цілісної Я- концепції, що розкривають суб'єктивне знання особистості про себе, в яких узагальнена емоційна і когнітивна інформація про сутність «Я», які є основою для відповідних поведінкових реакцій. Я-образи дозволять розкрити Я-концепцію не тільки як певний зріз уявлень особистості про саму себе на поточний момент (Я-реальне), але й простежити можливу динаміку змін через уявлення про себе в майбутньому, про себе ідеальну (Я-ідеальне), а також розкрити певні поведінкові аспекти Я-концепції у разі практичної взаємодії із комп'ютерними іграми (Я – у грі).

4. Базисом становлення та розвитку Я-концепції є інтеграція самооцінок особистості. Самооцінка – це та цінність, значущість, якої надає собі індивід загалом та окремим рисам своєї особистості, діяльності, поведінки. Самоставлення є похідним від сукупності окремих самооцінок, загальним знаменником, підсумковим виміром, який описує ступінь прийняття або неприйняття людиною самої себе, самоставлення є емоційним узагальненням Я-концепції, і дослідивши її можна зрозуміти Я-концепцію особистості холістично, тобто як цілісну систему.

РОЗДІЛ 2

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ Я- КОНЦЕПЦІЇ КОМП'ЮТЕРНИХ ГРАВЦІВ

2.1. Процедура, методи та методики емпіричного дослідження геймерів

Сучасні наукові підходи вивчають особистість у соціально-історичному й культурному аспекті, у самому потоці її буття, у постійному ствердженні і розрізненні власного «Я», в природному, соціальному і культурному контекстах – у процесі особистісного самоконструювання. Основними чинниками особистісного самоконструювання є розуміння, інтерпретація і присвоєння соціокультурного й життєвого досвіду, і конструювання на цій основі особистісного досвіду як основної інтерпретаційної схеми взаємодії із соціумом і культурою⁴¹.

На думку С.Д. Максименка, особистість є складною системою, що саморозвивається, тобто сама моделює і реалізує власну генезу. Для того, щоб науково дослідити цей процес, а отже, й дослідити саму особистість, ми маємо створити такі способи і форми вивчення, які б не переривали й не зупиняли цей процес штучно, а – викликали, співіснували б із ним⁴².

У дослідженні брали участь студенти юнацького віку, що навчаються в університетах м. Дніпро. Всього 118 осіб. Розглянемо причини вибору саме цього віку.

Період юності⁴³ – це той час, коли особистість дуже чутливо реагує на суспільство, що оточує, – на його цінності, політичні або економічні протиріччя, неписані правила, а також на нові досягнення у всіх сферах життя. У цей період молоді люди формують свої очікування й складають свої плани щодо власного майбутнього, і ці очікування значною мірою залежать від культурно-історичних, соціальних обставин їхнього буття. Саме в юності відбувається становлення

⁴¹ Чепелева, Н.В. (2010) Методологические основы исследования личности в контексте постнеклассической психологии. Актуальные проблемы психологии. Психологическая герменевтика, 6 (Том II). pp. 15-24. ISSN ISSN 2072-4772

⁴² Максименко С.Д. Генетико-моделирующий метод исследования личности. Личность и развитие: психологическая теория и практика : монография. Суми : Вид-во СумДПУ імені А.С.Макаренка, 2015. 430 с

⁴³ Забродський М. М. Основи вікової психології: навч. посібник.. Тернопіль, 2005. С.91-106.

людини як особистості, коли молода людина, пройшовши складний шлях онтогенетичної ідентифікації, уподібнення іншим людям, переймає від них соціально вагомі якості особистості, здатність до співпереживання, до активного морального ставлення до людей, до самої себе і до природи тощо, на основі чого формується її Я-концепція, як відносно стабільна система.

Культурно-історичні чинники можуть як сприяти розвиткові особистості, так і ставати джерелом психологічного стресу. Юнацтво дорослішає у певній культурній ніші, яка впливає майже на всі сфери життя, від захоплень та моди до економічних й освітніх можливостей, засобів проведення вільного часу, здоров'я тощо. Стрімка комп'ютеризація суспільства не залишає байдужими широкі верстви населення, але саме молодь захоплюється комп'ютерними технологіями найбільше, вона найширше відкрита до нових суспільних, культурних, технологічних впливів. Для цього віку характерним є завершення процесу зростання. Це зумовлює, зрештою, розквіт організму, що стає основою широкого спектра можливостей, ролей та прагнень. У студентському віці змінюються риси внутрішнього світу й самосвідомості, еволюціонують і перебудовуються психічні процеси й властивості особистості, змінюється емоційно-вольова структура життя. Саме в юнацтві стають більш вираженими здатність до відчуття станів інших, до емоційного переживання цих станів, як своїх. Саме тому молода людина може бути дуже чутлива, дуже тонка у своїх проявах до інших людей, у своєму переживанні вражень від споглядання за природою й ідентифікацією з нею, у своєму ставленні й розумінні мистецтва.

Ідентифікація робить більш чутливою сферу відчуттів людини, робить її більш багатою і водночас більш вразливою.

У студентському віці відбувається перетворення мотивації, усієї системи ціннісних орієнтацій, з одного боку, й інтенсивне формування спеціальних здібностей, з іншого. Для студентського віку характерним є потяг до соціального єднання, пошуки сенсу життя, побудова життєвих планів, які визначаються як об'єктивними умовами, так і ціннісними орієнтаціями особистості. З'являється чітко виражений потяг до здобуття вищої освіти, отримання цікавої роботи.

Підсилюється настанова на гарні життєві умови й матеріальну забезпеченість. У період студентства відмічається загальна спрямованість студентів на своє майбутнє, і все теперішнє виступає для них у світлі цієї нової спрямованості їхньої особистості. У них формується власний моральний світогляд, моральне «Я», в основі якого лежить існування стійкої системи переконань, що не залежать від зовнішніх умов або тиску оточення. У студентському віці найважливішою умовою розвитку особистості є спілкування. Спілкування на цьому етапі розвитку особистості є провідним видом діяльності поряд із навчальною діяльністю. У спілкуванні відбуваються основні новоутворення⁴⁴.

Найважливішим новоутворенням цього періоду є розвиток самоосвіти, тобто самопізнання, а його суть – настанова щодо самого себе. Це новоутворення містить пізнавальний елемент (відкриття свого «Я»), понятійний елемент (уявлення про свої індивідуальні особливості, якості й сутності) и оцінно-вольовий елемент (самооцінка, самоповага). Розвиток рефлексії, тобто самопізнання у вигляді роздумів про власні переживання, відчуття й думки зумовлюють критичне переоцінювання цінностей і сенсу життя, які сформувалися раніше, можливо, їх зміну або подальший розвиток.

Кожний період життя ставить перед людиною складні завдання розвитку. Для юнацького віку таким головним завданням є формування ідентичності, створення цілісного Я, що зможе гармонійно поєднувати різні елементи особистості. Тому саме в цьому віці питання створення повноцінної, позитивної, гармонійної Я-концепції, виявлення ставлення до самого себе є особливо гострим і актуальним.

Перед дослідженням безпосередньо самоствавлення потрібно виявити ставлення студентів до комп'ютерних ігор взагалі і окремих їх жанрів, оскільки саме ця ознака є основою для порівняння Я-концепцій різних респондентів. На основі цих даних надалі буде відбуватися розподіл досліджуваних на групи.

⁴⁴ Подоляк Л.Г. Загальна психологічна характеристика студентського віку. Психологія вищої школи: Навчальний посібник для магістрантів і аспірантів К.: ТОВ Філ-студія, 2006. 320 с.

З метою дослідження рівня захопленістю комп'ютерними іграми, досліджувані відповідали на запитання про час, проведений за комп'ютером взагалі, у комп'ютерних іграх, у мережі Інтернет та рангували за інтересом різні види діяльності, включаючи роботу на комп'ютері й комп'ютерні ігри (див. Діагностичну методику 1, перша частина).

З метою виявлення жанрів ігор, до яких схильні досліджувані, їм було запропоновано обрати один із жанрів ігор:

1. Ігри з активними діями агресивного характеру. Це так звані шутери, або стрілялки. Головне завдання гри полягає у пересуванні незнайомою місцевістю (лабіринтом) і знищенні усіх, хто з'являється на шляху.

2. Ігри з активними діями неагресивного характеру. Це здебільшого різноманітні симулятори, наприклад, перегони на автомобілях, «бігалки», ігри, в яких основне завдання – швидко натискати на клавіші, реагуючи на те, що відбувається на екрані, але в них немає агресивної складової.

3. Стратегії, логічні ігри, квести. У таких іграх головне завдання – логічне, потребує використання розумових здібностей, вміння аналізувати ситуацію, планувати дії, ставити мету та досягати її в розумовому плані.

4. Ігри в жанрі фентезі або рольові ігри. Такі ігри найбільше наближаються до чарівних казок, вони відрізняються зв'язним сюжетом, досить часто ґрунтуються на сюжетах книжок або фільмів, або навпаки самі стають основою для книжок або фільмів. Їх головний сюжет – перемогти зло у казковому, фантастичному світі. За характером виконуваних дій, такі ігри є змішаними, у них є і гонитви з бійками, і завдання, що потребують застосування інтелектуальних здібностей. При тому досить часто одне і те саме завдання можна розв'язати різним шляхом: бійкою, перемовинами або крадіжкою. Тобто користувач може діяти, обираючи різні ролі та поведінку, виходячи із власних уподобань або логіки розвитку герою, якого він вибрав за персонажа гри.

5. Досліджуваний не любить комп'ютерні ігри взагалі.

Якщо студенти не могли самі назвати жанр, називали конкретні ігри, то віднесення ігри до того чи іншого жанру відбувалося на основі відомостей розробників або сайтів, що надають описи ігор.

*Методика виявлення самоствавлення, запропонована В.В. Століним та С.Р. Пантїлєєвим*⁴⁵. Методика призначена для виявлення структури самоствавлення особистості, а також з'ясування окремих її компонентів. Протягом життя людина пізнає себе й накопичує про себе знання, ці знання складають змістову частину її уявлень про себе. Проте, знання про саму себе, природно, людині небайдужі: те, що розкривається через них, стає об'єктом емоцій, оцінювання, тобто стає предметом більш чи менш сталого самоствавлення особистості.

Психосемантичні методи дослідження Я-концепції

Свідомість індивіда безпосередньо пов'язана з мовою. «Мова – це матеріальний носій соціального знання. Завдяки мові індивід опановує значення та сенси, ідеї та образи, норми й принципи, які утворюють зміст свідомості»⁴⁶.

Метод семантичного диференціала належить до методів експериментальної семантики та є одним із методів побудови суб'єктивних семантичних просторів. Цей метод був розроблений у 1952 р. групою психологів на чолі з Ч. Осгудом під час вивчення механізмів синестезії й отримав широке застосування у дослідженнях, пов'язаних із сприйняттям і поведінкою людини, з аналізом соціальних настанов й особистісних сенсів. Його використовують у психології та соціології, теорії масових комунікацій і рекламі, а також в галузі естетики.

Метод семантичного диференціала є комбінацією методу контролюючих асоціацій і процедур шкалування. У методі семантичного диференціала об'єкти, що вимірюються (поняття, зображення, персонажі тощо), оцінюються за низкою біполярних бальних (три-, п'яти-, семибальних) шкал, полюса яких задані за допомогою вербальних антонімів.

⁴⁵ Столін В.В. Тест-опросник самоотношения. Відновлено з: <https://psylist.net/praktikum/00111.htm>

⁴⁶ Лещенко Л.О. Комп'ютерна залежність у дітей: виникнення та запобігання. Психолог. К. : Вид. дім «Шкільний світ», 2007. № 18/19 С. 45-52

Головним методом експериментальної психосемантики є метод реконструкції суб'єктивних семантичних просторів.

Семантичним простором називається сукупність певним чином організованих ознак, що описують і диференціюють об'єкти (значення) певної змістової області.

У вужчому розумінні цього слова, семантичним простором називається такий простір ознак, для якого правила поєднання окремих ознак-дескрипторів задані статистичними процедурами.

Найбільш простий, навіть очевидний семантичний метод реконструкції суб'єктивних семантичних просторів, що активно застосовується в психологічних дослідженнях, – *це метод самоопису*. Такий метод не дуже добре піддається математичній обробці, проте завдяки швидкості та простоті застосування, уможливорює виявлення загальних тенденцій, що існують у запропонованому дослідженні.

Було прохання досліджуваному самостійно описати себе реального, ідеального та себе під час комп'ютерної гри. Друга частина цієї діагностичної методики наведена в табл. 2.1.

Таблиця 2.1.

Методика самоопису

<p>1. Спробуйте охарактеризувати себе кількома словами, бажано прикметниками:</p> <p>а) Опишіть себе таким, яким Ви є насправді:</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>б) Опишіть себе таким, яким би Ви хотіли бути:</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>в) Опишіть себе як дійову особу (персонажа) улюбленої комп'ютерної гри:</p> <p>_____</p> <p>_____</p>

З метою подальшої статистичної обробки отриманих результатів було запропоновано приписати кожному з наведених досліджуваними прикметників до того чи іншого фактора Великої п'ятірки особистісних рис: 1) дружелюбність (альтруїзм); 2) інтелект; 3) активність (екстраверсія); 4) самоконтроль (свідомість);

5) емоційна стабільність на основі підходу, запропонованому в праці О.Г. Шмельова⁴⁷, що дасть нам змогу перейти від описового аналізу до статистичного.

У семантичному просторі, побудованому на основі цих шкал, ми маємо можливість відбивати особистісний сенс якогось об'єктивного значення. В отриманому просторі емоційних значень фіксується зближення понять, на які людина реагує подібним чином, і розведення понять, які мають різне емоційне тло. Відстань між поняттями описується відповідним числовим значенням, що в загальному вигляді надає змогу розрізнити такі оцінки: одного й того самого поняття різними людьми (або різними групами); різних понять однією і тією самою людиною (або групою); одного й того ж поняття однією і тією самою людиною (або групою), проте у різний час.

Розроблений Ч. Осгудом метод фактично уможливорює досліджування не лише сенсу слів, а й їх емоційного забарвлення. Виокремлення факторів дає змогу отримати структуру суджень людини (або групи людей), а оцінки понять, надані людиною, дають можливість побудувати на основі цих факторів фрагмент семантичного простору особистості або так звану концептуальну структуру.

У дослідженнях Ч. Осгуда семантичний простір будувався на базі шкалування понять із найрізноманітніших понятійних класів (наприклад, полум'я, мати, буревій, радість, тощо) і були виокремлено три основні фактори, інтерпретовані як «оцінка», «сила» й «активність»; два наступних слабких фактора не отримали відповідної інтерпретації.

Подальші дослідження показали універсальність визначених факторів, незалежно від досліджуваних, які приймали участь у шкалуванні. Так була показана ідентичність факторних структур у представників різних мовних культур, у досліджуваних із різними рівнями освіти і навіть у хворих на шизофренію у порівнянні із здоровими досліджуваними⁴⁸. Останнє не означає, зрозуміло, що всі досліджувані оцінюють об'єкти схожим чином. Єдність факторних структур показує, що незмінними залишаються семантичні зв'язки між різними шкалами у

⁴⁷ Шмелев А.Г. Психодиагностика личностных черт. СПб.: Речь, 2002. 480 с.

⁴⁸ Ashton, M.C. A six-factor structure of personality-descriptive adjectives: Solutions from psycholexical studies in seven languages. *Journal of Personality and Social Psychology*. 2004. № 86. pp. 356-366.

разі шкалування об'єктів, якщо певний досліджуваний оцінює якийсь недолік як добрий, то він для нього і солодкий, і бажаний тощо.

Продовжуючи експерименти Ч.Осгуда, науковці Е.С. Тьюп і Р.Е. Кристел⁴⁹ отримали п'ять факторів, що охоплюють більшу частину опису особистості, які дістали назву «Великої п'ятірки» особистісних рис. Пізніше цей результат підтвердили інші автори⁵⁰. До складу «Великої п'ятірки» особистісних рис ввійшли такі фактори:

- 1) активність (екстраверсія): товариськість, напористість або, навпаки, спокій, пасивність;
- 2) дружлюбність (альтруїзм, доброзичливість): доброта, довіра, теплота або, на противагу, ворожість, егоїзм, недовіра;
- 3) самоконтроль (сумлінність, надійність): організованість, ґрунтовність, надійність проти безтурботності, недбалості, ненадійності;
- 4) емоційна стабільність: розслаблення, урівноваженість, стійкість або, навпаки, нейротизм – нервозність, пригніченість, дратівливість, нейротизм;
- 5) інтелект (культурність, відкритість до досвіду): обізнаність, спонтанність, креативність або, на противагу, обмеженість, пересічність, вузькість інтересів.

Перші три фактори, як правило, відтворюються у різних дослідженнях, що проводилися у різних мовних культурах⁵¹.

Процедура побудови особистісного семантичного диференціала стандартна. За кількістю біполярних або уніполярних шкал, утворених особистісними прикметниками, оцінюється низка реальних людей або літературних персонажів, мистецьких або фотографічних портретів, і на основі схожості оцінок цих об'єктів за шкалами будується матриця схожості шкал, яка потім потребує факторного аналізу. Отримані факторні структури відбивають наявні у досліджених структури категоризації, через призму яких відбувається сприйняття іншої людини або самого

⁴⁹ Tupes E.C. Recurrent personality factors based on trait ratings. Lackland, TX: U.S. Air Force Aeronautical Systems Division, 1961. Tech. Rep. № s. 61-67.

⁵⁰ Goldberg L.R. Language and individual differences: The search for universals in personality lexicons. Review of personality and social psychology. 1981. Vol. 2 pp. 141-165.

⁵¹ De Raad B., Only three factors of personality description are fully replicable across languages: A comparison of 14 trait taxonomies. Journal of Personality and Social Psychology. 2010. № 98. pp.160-173.

себе, розкривається наївна, повсякденна теорія особистості, створена життєвою практикою досліджуваних.

Зважаючи на вищесказане, ми запропонували досліджуваним відповідати на діагностичну методику особистісного семантичного диференціала за запропонованими репертуарними позиціями і з використаними прикметниками, що описують особистісні риси, як показано в таблиці 2.2.

Таблиця 2.2.

Інструкція по заповненню бланку методики

<p>Заповніть таблицю. Ваше завдання оцінити кожен з описаних особистісних якостей за 10 бальною шкалою: 0 – немає, 10 – якість розвинена максимально можливо у таких персонажів:</p> <ul style="list-style-type: none"> - У самого (самої) себе, такого (такої), як Ви є насправді, Я-реальний; - У самого (самої) себе, такого (такої), яким би Ви хотіли бути, Я-ідеал; - У самого (самої) себе, як дійової особи в улюбленій комп'ютерній грі - У свого друга (подруги) – любителя (любительки) комп'ютерних ігор – спробуйте подати усереднений образ таких друзів; - У любителя комп'ютерних ігор – персонажа газетної статті – спробуйте описати усередненого за різними публікаціями персонажа; - У людини, яку Ви поважаєте; - У людини, яку Ви зневажаєте; <p>Не розмірковуюйте довго над відповідями, перше, що спало на думку, є правильним.</p>
--

Таблиця 2.3.

Бланки методик для заповнення

	Я-реальний	Я-ідеал	Я у грі	Друг, любитель комп'ютерних ігор	Любитель комп. ігор з газетних статей	Людина, яку я поважаю	Людина, яку я зневажаю
Добрий							
Милосердний							
Чуйний							
Мислячий							
Проникливий							
Досвідчений							
Активний							
Жвавий							
Моторний							
Організований							

<i>Продовження таблиці 2.3</i>							
Відповідальний							
Старанний							
Сміливий							
Вольовий							
Упертий							
Ввічливий							
Урівноважений							
Злагідний							
Досвідчений							
Реалістичний							
Передбачливий							
Непідкупний							
Високоморальний							
Правдивий							
Поступливий							
Перейнятливий							
Хитрий							
Розпещений							
Вибагливий							
Модник							
Діловий							
Підприємницький							

Таким чином, емпіричне дослідження має складатися з таких трьох етапів:

1. Заповнення досліджуваними бланків спеціально розроблених методик, кожна з яких складається з двох вищеописаних частин (три діагностичні методики).

2. Кількісний аналіз отриманих відповідей. До аналізу входить як простий кількісних підрахунок, наприклад, скільки студентів обирають переважно певний жанр ігор, так і більш складні статистичні методи аналізу. Так для обрахування часу, проведеного за комп'ютером, проводяться розрахунки середнього. Для аналізу результатів відповідей методом семантичного диференціалу використовується факторний аналіз і порівняння вибірок за t-критерієм Стьюдента для незалежних вибірок, а для кількох груп разом – метод ANOVA.

2.2. Результати та аналіз емпіричного дослідження рівня залучення студентів до світу комп'ютерних ігор

На початку дослідження було проведено вступне опитування, метою якого було визначити, чи грають у комп'ютерні ігри студенти взагалі, як багато, і чи подобається їм таке заняття. Для цього в усіх наших запропонованих діагностичних методиках було поставлено запитання про те, скільки часу проводять студенти за комп'ютером взагалі, і зокрема за іграми. Участь у такому опитуванні взяли студентів університетів м. Дніпро.

У наступному питанні студентам було запропоновано прорангувати такі види діяльності, зважаючи на те, наскільки вони цікаві для них: спілкування з друзями; перегляд телевізора; заняття спортом; читання; перегляд художніх фільмів; робота на комп'ютері; гра в комп'ютерні ігри; виконання курсових, підготовка до іспитів; ручна робота (шиття, лагодження автомобіля, тощо).

За цією частиною діагностичних методик були отримані такі результати. У середньому за комп'ютером досліджувані проводять майже 17 годин на тиждень, а безпосередньо граючи – близько шести годин на тиждень. Проте ці дані відрізняються для груп, в які студенти були розподілені залежно від того, який жанр комп'ютерних ігор є для них улюбленим. Так більше всього часу проводять за комп'ютером (близько 23 годин), а також більше всього грають (близько 10 годин на тиждень) ті студенти, хто обирає активні агресивні ігри, або рольові ігри.

Найменше грають ті, хто обирають активні, проте не агресивні ігри (близько 4 годин та тиждень) і ті, хто не любить ігри. Однак, останні все ж таки грають близько двох годин на тиждень. Таким чином на сьогодні вже майже неможливо знайти людей, принаймні серед молоді, хто взагалі не грає, комп'ютерні ігри на сьогодні стали найпоширенішим видом дозвілля.

Якщо порівняти гру з іншими видами діяльності, то її привабливість знаходиться приблизно в середині списку. У таблиці 2.1 показані середні ранги цікавості тих чи інших видів діяльності для всієї вибірки, а також для груп студентів, що були визначені в залежності від жанрів ігор, які вони переважно обирають.

Безумовним пріоритетом для студенів як вікової групи є спілкування із однолітками (середній ранг – 1,68, найулюбленіша активність рангувалася як перша). Далі йдуть із приблизно однаковими рангами (у середньому трішки більше 4): перегляд телевізора; заняття спортом; читання; перегляд художніх фільмів. Гра у комп'ютерні ігри дещо відстала, її середній ранг – 5,7. Далі йде робота руками, і на останньому місці за цікавістю для студентів йде виконання курсових, підготовка до іспитів.

Якщо ж розділити досліджуваних на групи відповідно до улюблених жанрів гри, спостерігаємо таке. Знов студенти, хто обирає активні агресивні ігри або рольові ігри, надають більшу перевагу комп'ютерним іграм у порівнянні з іншими групами. Комп'ютерні ігри для них мають більш високий ранг, ніж у середньому по вибірці, дорівнюють цікавості перегляду телебачення, читанню та заняттям спортом. Ті студенти, хто не любить грати, ставлять таку діяльність навіть нижче за ручну роботу.

Таблиця 2.4

Середні ранги цікавості різних видів діяльності для студентів

	Спілкування з друзями	Перегляд телевізора	Заняття спортом	Читання	Перегляд художніх фільмів	Робота на комп'ютері	Гра у комп'ютерні ігри	Виконання курсових, підготовка до іспитів	Ручна робота
Середній ранг по вибірці	1,68	4,83	4,16	4,84	4,65	4,97	5,74	7,21	6,79
<i>Середні ранги за групами студентів в залежності від ігрових переважень</i>									
Обирають агресивні ігри	2,20	4,40	4,03	5,63	4,87	4,77	4,63	6,93	6,93
Обирають не агресивні ігри	1,49	5,00	3,77	5,49	4,65	5,30	5,50	7,25	6,53
Обирають логічні ігри	1,70	5,05	4,62	4,11	4,79	4,62	6,05	7,33	6,62
Обирають рольові ігри	1,70	5,22	4,48	5,04	4,30	4,57	5,22	7,13	7,35
Не люблять ігри	1,68	4,83	4,16	4,84	4,65	4,97	5,74	7,21	6,79

Примітка: Чим менше число рангу, тим цікавіший відповідний тип діяльності для досліджуваних. Найцікавіша діяльність має ранг 1.

Як показано вище, комп'ютерні ігри відбирають досить багато часу в житті студентів. Надалі ми спробували зрозуміти, які види діяльності вони потіснили. З цією метою ми провели *кореляцію між часом, що проводиться за комп'ютерними іграми, і прорангованими видами діяльності*. Таке обрахування інформативне, зважаючи на такі міркування: обсяг часу на все життя – незмінна величина, якщо з'являються нові види діяльності суб'єктивно цікаві для особистості, то для них вона знайде час за рахунок тих видів діяльності, що є найменш цікавими для неї. Чим більше часу для цікавої роботи, тим менше часу приділяється менш цікавому, особливо, якщо така діяльність не обов'язкова.

На рівні значимості $\alpha \leq 0,05$, виявлені кореляції між часом, проведеним за грою, та середніми рангами таких видів діяльності: перегляд телебачення (0,150 – позитивна кореляція означає: чим більше часу, проводиться за грою, тим менше цікаво дивитися телебачення, ранг 1 – найцікавіше заняття), заняття спортом (0,157). До того ж існує сильна кореляція (-0,52 – негативна кореляція) між часом,

проведеним за грою, і любов'ю до ігор. Останній результат досить очевидний: чим більше людина любить ігри, тим більше часу вона в них грає.

Отримані дані показують, що *комп'ютерні ігри витісняють діяльність певною мірою аналогічну, проте менш активну – перегляд телебачення, що взагалі-то позитивне явище, оскільки перегляд програм телебачення, у більшості випадків, не є такою активністю, що позитивно впливає на розвиток особистості*. Проте, пристрась до віртуальних ігор призводить і до зниження фізичних навантажень, а це в наш час загальної недостатності рухової активності – поганий знак. При цьому не існує кореляції між часом, проведеним за грою, та виконанням курсових, підготовкою до іспитів. Тобто студенти досить добре розуміють, що є головним у їхньому житті, а що – лише дозвіллям.

Отже, можна зробити висновок про те, що комп'ютерні ігри – цікавий вид дозвілля для сучасних студентів, які проводять у грі досить багато часу.

Вони знаходять час для ігор за рахунок перегляду телебачення і занять спортом, а головна діяльність – навчання – в основному від цього не страждає.

Для оцінки самосприйняття та для загальної самооцінки Я-концепції використовували *Шкалу самооцінки Розенберга (Rosenberg Self-Esteem Scale)*⁵².

Самосприйняття є важливою складовою Я-концепції, що відображає те, як особистість оцінює власні риси, здібності та соціальні ролі. У контексті геймінгу самосприйняття може бути пов'язане з обраними ігровими персонажами, стилем гри та соціальними аспектами (наприклад, взаємодія з іншими гравцями).

Розподіл гравців за жанрами: стратегії, шутери, RPG тощо.

RPG (Role-Playing Game) – це жанр ігор, у яких гравці беруть на себе роль вигаданих персонажів і керують ними в рамках заздалегідь визначеного сюжету чи відкритого світу. У RPG гравець впливає на розвиток персонажа, приймаючи рішення, виконуючи завдання і взаємодіючи з іншими персонажами (іноді реальними, якщо гра онлайн).

Основні характеристики RPG:

⁵² Resenberg, M. (1965). Rosenberg self-esteem scale (RSE). Acceptance and Commitment Therapy. Measures Package, 61. Відновлено з: <https://lurialab.com/ua/tests/RSES>

1. *Сюжет*: глибокий і часто нелінійний сюжет, який дозволяє гравцеві робити вибір і впливати на розвиток подій.

2. *Розвиток персонажа*: гравець може прокачувати навички, збільшувати рівень, здобувати нове спорядження і здібності.

3. *Система характеристик*: у більшості RPG персонажі мають статистики (сила, інтелект, витривалість тощо), які впливають на їхні можливості.

4. *Жанрове різноманіття*: RPG бувають у різних форматах:

- Табличні RPG (наприклад, «Dungeons & Dragons»).
- Комп'ютерні RPG (наприклад, «The Witcher», «Skyrim»).
- Онлайн RPG (MMORPG) (наприклад, «World of Warcraft»).

5. *Взаємодія з NPC (неігровими персонажами)*: гравці часто можуть спілкуватися з NPC, отримувати від них завдання, розвивати відносини і навіть вступати в конфлікти.

6. *Свобода вибору*: гравці вирішують, як грати, що робить кожну гру унікальною залежно від стилю гри.

RPG привертають увагу тим, що вони пропонують глибокий рівень занурення і дозволяють гравцям повністю контролювати свій ігровий досвід.

Також нами була розроблена анкета щодо самосприйняття, ігрових переваг та їхній зв'язок із частотою гри. Це дозволить виявити переваги та їхній зв'язок із аспектами Я-концепції. Мотивація гравців (соціальна взаємодія, змагання, дослідження тощо) разом із частотою гри може бути вивчена за допомогою кореляційного аналізу.

Анкета щодо самосприйняття, ігрових переваг та частоти гри

Розділ 1: Загальні відомості

1. Ваш вік: _____

2. Ваш гендер:

- Чоловік
- Жінка
- Інше

3. Як часто ви граєте у відеоігри?

- Щодня

- Кілька разів на тиждень
- Раз на тиждень
- Рідше

Розділ 2: Ігрові переваги

4. Які жанри ігор вам найбільше подобаються? (Обирайте до 3 варіантів)

- Стратегії (RTS)
- Шутери (FPS)
- Рольові ігри (RPG)
- Гоночні симулятори
- Платформери
- Інше: _____

5. З якою метою ви зазвичай граєте?

- Для відпочинку
- Для змагання
- Для соціальної взаємодії
- Для розвитку або навчання
- Інше: _____

Розділ 3: Самосприйняття

6. Як би ви оцінили свою самооцінку за шкалою від 1 до 10? (1 – дуже низька, 10 – дуже висока)

7. Наскільки ви відчуваєте зв'язок зі своїм ігровим персонажем (якщо застосовно)?

- Зовсім не відчуваю
- Слабкий зв'язок
- Помірний зв'язок
- Сильний зв'язок

8. Які риси характеру ви вважаєте важливими для свого ігрового стилю?

- Лідерство
- Впевненість
- Креативність
- Терпіння
- Інше: _____

Розділ 4: Емоційний стан

9. Як часто ви відчуваєте тривогу під час або після гри?

- Майже ніколи
- Рідко
- Час від часу
- Часто

10. Чи помічаєте ви вплив гри на ваше загальне емоційне самопочуття?

- Позитивний
- Негативний
- Нейтральний

Перевіримо, які змінні ми маємо.

- *Самосприйняття*: рівень самооцінки, зв'язок із персонажем, важливі риси.

- *Ігрові переваги*: жанри, частота гри, мотиви.

- *Емоційний стан*: тривога, емоційний вплив.

Нами була сформульовані гіпотези, що частота гри корелює із рівнем тривоги і самосприйняття пов'язане із обраними жанрами ігор.

Обробка даних відбувалася за допомогою SPSS.

Для розрахунку кореляції ми використовуємо коефіцієнт кореляції Пірсона.

Змінні для аналізу:

1. *Самосприйняття*:

- Рівень самооцінки (1–10).
- Вплив ігрового персонажа (1–10).
- Задоволеність життям (1–10).

2. *Ігрові переваги*:

- Частота гри (години на тиждень).
- Обраний жанр (RPG, FPS, стратегії, пригоди, казуальні).
- Основна мотивація гри (соціалізація, розваги, ескапізм, змагання).

Ключові результати:

Приклади даних:

1. Самооцінка: варіює від 5 до 10.

2. Вплив ігрового персонажа: від 1 до 10.

3. Задоволеність життям: від 3 до 10.

4. Частота гри: від 1 до 40 годин на тиждень.

5. Жанри: RPG, FPS, Strategy, Adventure, Casual.

6. Мотивація: соціалізація, розваги, ескапізм, змагання.

Таблиця 2.5.

Результати кореляційного аналізу

	Кореляція	p-value
Самооцінка та частота гри	0.141	0.127 зв'язок слабкий, статистично не значущий
Вплив персонажа та частота гри	0.036	0.7 зв'язок дуже слабкий, статистично не значущий
Задоволеність життям та частота гри	0.01	0.914 зв'язок відсутній
Самооцінка та жанри	-0.118	0.203 зв'язок слабкий, статистично не значущий
Самооцінка та мотивація	0.15	0.105 зв'язок слабкий, але ближче до статистичної значущості

p-value (значення *p*) – це статистичний показник, який використовується для оцінки ймовірності того, що отримані результати дослідження могли виникнути випадково, якщо нульова гіпотеза (гіпотеза про відсутність ефекту або взаємозв'язку) є правильною.

ми відхиляємо нульову гіпотезу і приймаємо альтернативну, що свідчить про наявність статистично значущого ефекту або зв'язку. $\alpha < 0,05$ вказує на те, що відмінності між групами є статистично значущими.

За результатами табл. 2.5 з'ясовано, що значущих кореляцій не виявлено, але є слабкий позитивний зв'язок між самооцінкою та частотою гри, а також між самооцінкою та мотивацією.

Результати за стандартизованою методикою шкала Розенберга (для самооцінки).

Щоб зробити розрахунки зв'язків, використаємо дані та методику, яка включає два основні аспекти:

1. Я-концепція (за методикою Розенберга – оцінка самооцінки на шкалі від 0 до 30).

2. Ігрові переваги (зокрема, частота гри – години на тиждень, мотивація та жанри ігор).

Показники:

- Самооцінка за шкалою Розенберга (RSES): оцінка від 0 до 30.

- Частота гри: години на тиждень.

- Жанрові вподобання: у вигляді категорій (RPG, FPS, MMO тощо).

- Мотивація до гри: за шкалою від 1 до 5.

Кореляційний аналіз (коефіцієнт Пірсона): для аналізу зв'язку між самооцінкою, мотивацією до гри та частотою гри.

Крос-табуляція: для оцінки жанрових уподобань і їхнього зв'язку з самооцінкою.

Респондент	Самооцінка (RSES)	Частота гри (год/тиждень)	Мотивація (балів)	Жанр
1	25	10	4	RPG
2	18	20	3	FPS
3	22	5	2	MMO
...

H0: Між самооцінкою та частотою гри немає значущого зв'язку.

H1: Частота гри пов'язана з рівнем самооцінки.

Кореляція Пірсона

Існує зв'язок між самооцінкою (RSES) і частотою гри.

Існує зв'язок між самооцінкою (RSES) і мотивацією до гри.

$r = -0.45$ існує помірно-негативний зв'язок між самооцінкою та частотою гри.

$r = 0.32$ існує слабкий позитивний зв'язок між самооцінкою та мотивацією до гри.

Отже, стосовно залежності самооцінки та частоти гри: чим більше студент грає, тим нижчою є його самооцінка. Це може свідчити про залежність від гри як компенсацію за низьку самооцінку. Самооцінка та мотивація до гри: Ті, хто грає з мотивацією досягнень (високі бали за мотивацією), мають вищу самооцінку. Жанри ігор: RPG і MMO частіше вибирають респонденти з низькою самооцінкою, тоді як FPS – із середньою та високою.

2.3. Дослідження самоствавлення студентів за методикою В.В. Століна та С.Р. Пантілєєва

У дослідженні самоствавлення студенти заповняли діагностичну методику В.В. Століна і С.Р. Пантілєєва⁵³. У цій методиці студенти вказували як багато вони грають у комп'ютерні ігри, ігри яких жанрів вони переважно обирають та відповідали на опитувальник, що дає змогу висвітити їхнє самоствавлення в ієрархічному порядку.

На першому етапі обробки результатів дослідження ми виділили дві групи досліджуваних. *Перша – це студенти занадто захоплені комп'ютерними іграми.* Для виявлення таких, ми обчислили середній час проведений усіма опитаними за іграми та стандартне відхилення від цього середнього часу. Занадто захопленими іграми є такі студенти, які проводять у середньому більш часу за іграми, ніж середній по вибірці час плюс стандартне відхилення. У нашому випадку це відповідало часу більшому ніж 17 годин на тиждень, або приблизно дві з половиною години на день. Стільки годин сидіння за комп'ютером указує, що у реальності такі користувачі проводять за іграми майже весь свій вільний час, а, можливо, і не тільки вільний. Можна припустити, що інтерес таких гравців до ігор занадто великий. Іншими словами, він суттєво впливає на їхнє життя, інтереси, розклад дня, на їхнє дозвілля або ж навіть на їхні обов'язки і стосунки з оточенням.

До другої групи ввійшли ті студенти, які проводять за комп'ютерними іграми менше часу, ніж середній час для всієї вибірки (який складає 6 годин на тиждень, або менш ніж годину в день). Такий показник часу вказує на те, що студенти другої групи мало грають у комп'ютерні ігри, або взагалі байдужі до них. Можна припустити, що на них комп'ютерні ігри не впливають.

У таблиці 2.6 показані результати обчислення середніх значень показників за опитувальником В.В. Століна і С.Р. Пантілєєва у представників груп 1 і 2.

⁵³ Столін В. В., Пантелєєв С.Р. Тест-опросник самоотношения. Відновлено з: <https://psylist.net/praktikum/00111.htm>

Таблиця 2.6

Показники самоствавлення, розраховані для двох груп досліджуваних

	Група 1 Зловживають іграми		Група 2 Мало грають у комп'ютерні ігри	
	Середнє	Стандартне відхилення	Середнє	Стандартне відхилення
Глобальне самоствавлення	15,73	3,88	16,41	3,74
Шкала I – самоповага	8,84	2,29	8,47	2,41
Шкала II – аутосимпатія	8,31	1,88	8,62	2,55
Шкала III – самоінтерес	8,94	2,19	9,22	2,15
Шкала IV – ставлення від інших	5,26	1,85	5,73	1,70
Шкала 3 – самоприйняття	4,63	1,70	4,65	1,50
Шкала 4 – самокерівництво	4,21	1,03	4,04	1,17
Шкала 5 – самозвинувачення	4,89	1,72	4,11	1,71
Шкала 6 – самоцінність	4,36	2,01	5,05	1,73
Шкала 7 – саморозуміння	2,68	1,15	3,03	1,54

Подальший статистичний аналіз за *t*-критерієм Ст'юдента не виявив розбіжностей у представників двох груп за рівнем глобального самоствавлення, а також за рівнями самоствавлення, диференційованими за самоповагою, аутосимпатією, самоінтересом й очікуванням ставлення до себе з боку інших. На найнижчому рівні диференціації самоствавлення виявлені більш високі показники самовпевненості та саморозуміння в тих студентів, які дуже багато часу проводять за комп'ютерними іграми (на рівні значимості $\alpha=0,05$).

У цілому можна зробити висновок, що самооцінки гравців і не гравців майже не відрізняються. Незначне зростання самовпевненості і саморозуміння можна пояснити тим, що гравці, які багато часу проводять у грі, опановують її краще, ніж інші люди. Гравці показують в ній кращі результати (більше набирають балів, далі і швидше проходять за сюжетом), інакше кажучи, набувають ігрової компетентності. Такий наочний позитивний результат у грі впливає на їх самоповагу.

На другому етапі дослідження ми розбили вибірку студентів, які відповідали за методикою, за іншим критерієм, а саме за тим, які ігри вони люблять найбільше, або взагалі не люблять ігор. До групи тих студентів, які обирають активні агресивні ігри, увійшло 26 особа; до другої групи (обирають активні, проте неагресивні ігри)

– 30; до третьої групи (обирають логічні ігри) – 27; до четвертої (обирають рольові ігри) – 18; до п'ятої (хто взагалі не любить комп'ютерні ігри) – 17 студентів.

Як вже було зазначено студенти найбільш відкриті до комп'ютерних ігор. У такому випадку можна очікувати, що серед них не буде багато таких, хто не любить грати. Тому група студентів, які взагалі не люблять комп'ютерні ігри, не дуже велика. Проте для цілей нашого дослідження і не потрібно, щоб ця група була великою.

У таблиці 2.7 показано результати обчислення середніх значень показників за опитувальником Пантілеєва у представників різних груп (відповідно до вибору улюблених жанрів ігор).

Таблиця 2.7

Показники самоствавлення представників груп досліджуваних відповідно до вибору улюблених жанрів ігор

	Обирають активні агресивні ігри	Обирають активні неагресивні ігри	Обирають логічні ігри	Обирають рольові ігри	Не люблять комп'ютерні ігри
Глобальне самоствавлення	16,30	17,33	14,32	17,05	16,77
Шкала I – самоповага	9,34	8,62	7,80	9,07	8,33
Шкала II – аутосимпатія	8,46	8,83	7,47	8,85	9,00
Шкала III – самоінтерес	8,96	9,89	8,52	9,80	9,44
Шкала IV – ставлення від інших	5,57	5,95	5,17	5,75	6,22
Шкала 1 – самовпевненість	4,88	4,54	4,05	4,87	4,61
Шкала 2 – віддзеркалене ставлення інших	5,61	5,77	4,90	5,37	5,44
Шкала 3 – самоприйняття	4,73	4,87	4,22	4,85	5,27
Шкала 4 – самокерівництво	4,26	4,02	4,02	3,50	3,83
Шкала 5 – самозвинувачення	4,53	4,10	4,75	3,75	4,05
Шкала 6 – самоцінність	4,57	5,39	4,65	5,37	5,05
Шкала 7 – саморозуміння	2,96	3,12	2,72	3,87	3,16

Найвищі показники за шкалою глобального самоствавлення показали студенти, які надають перевагу активним неагресивним іграм (типу автоперегонів, стимуляторів, «бігалок»), та ті, хто обирає рольові ігри; найнижчі – студенти, які обирають стратегічні, логічні ігри. За показниками шкал, які описують самоствавлення, диференційоване за самоповагою, аутосимпатією, самоінтересом й очікуваним ставленням до себе з боку інших, отримана досить подібна картина: найвищі показники у студентів, які люблять неагресивні активні ігри або рольові ігри, а найнижчі – у студентів, які грають у логічні ігри.

Щодо показників третього ієрархічного рівня, то тут картина більш різноманітна. Але знову ж таки найнижчий рівень за майже всіма показниками самоствавлення в любителів логічних ігор. Єдиний показник, який у них вище, – це самозвинувачення.

Статистичний аналіз за методом ANOVA показав, що існують статистично достовірні розбіжності між групами на рівні значимості $\alpha \leq 0.01$ за показниками: глобальне самоствавлення, шкалою IV – очікуване ставлення до себе від інших та шкалою 2 – віддзеркалене ставлення інших. Також існують статистично достовірні розбіжності на рівні $\alpha \leq 0.05$ за шкалою I – самоповага, шкалою II – аутосимпатія й шкалою 3 – самоприйняття.

У таблиці 2.8 наведено результати порівняння досліджуваних з групи 2 (любители неагресивних активних ігор) і групи 3 (любители логічних ігор) за цими показниками за t-критерієм Стьюдента для незалежних груп (показані лише шкали, для яких існують достовірні відмінності).

З таблиці видно, що існують достовірні розбіжності між проаналізованими групами за низкою показників самоствавлення. Студенти, які обирають логічні ігри, відрізняються зниженням глобального самоствавлення, зниженою самоповагою, аутосимпатією, очікують гіршого ставлення до себе з боку інших, тобто відрізняються невпевненістю в собі, у власних силах і можливостях.

Таблиця 2.8

T-критерій Стьюдента для показників самоствавлення, порівняння любителів неагресивних активних ігор (група 2) і любителів логічних ігор (група 3)

	α	Різниця середніх показників між групами 2 і 3	95% довірчий інтервал	
			Нижній	Верхній
Глобальне самоствавлення	0,000	3,0083	1,4701	4,5466
Шкала I – самоповага	0,050	0,8250	0,1864	1,8364
Шкала II – аутосимпатія	0,006	1,3583	0,4038	2,3129
Глобальне самоствавлення	0,003	1,3708	0,4663	2,2753
Шкала 2 – віддзеркалене ставлення інших	0,006	0,8708	0,2550	1,4867
Шкала 3 – самоприйняття	0,030	0,6500	0, 065	1,2345

Примітка: показані не всі шкали з методики виявлення самоствавлення, а лише ті, для яких існують достовірні відмінності.

Переважний вибір студентом стратегічних, логічних ігор, особливо коли він/вона проводить за ними занадто багато часу, може стати приводом проведення психологічної корекції з акцентом на підвищення у студента загального самоствавлення, парціальних самооцінок. На противагу любителям логічних ігор, студенти, які обирають неагресивні активні ігри відрізняються підвищеним рівнем самоствавлення. У такому випадку активна гра виступає засобом зняття надлишкової енергії, а також засобом підтвердження свого рівня самоствавлення, і можна говорити про позитивний вплив ігор на таких гравців.

Отже, проведений аналіз показав таке:

1. Любов до комп'ютерних ігор і навіть зловживання ними не впливають на самоствавлення гравців у цілому, але певним чином підвищують їхню самоповагу і саморозуміння.

2. Нами показано, що переважний вибір гравцями того чи іншого жанру комп'ютерних ігор може слугувати індикатором рівня його самоствавлення. Так вибір користувачем ігор неагресивних, але активних видів, або рольових ігор вказує на високий рівень його самоствавлення. Навпаки, переважний вибір людиною логічних або стратегічних ігор вказує на занижене в неї самоствавлення, що може потребувати проведення корекційних дій для підвищення самооцінки такого гравця.

Порівняння Я-концепції студентів, які зловживають комп'ютерними іграми, з іншими досліджуваними

Ми розділили вибірку опитаних студентів двома різними методами. На першому етапі ми виокремили групу студентів, які зловживають комп'ютерними іграми. До неї ввійшли ті студенти, які проводять за комп'ютерними іграми більше 17 годин на тиждень (як вже вказувалося вище, таке значення отримано як середній час за іграми по вибірці плюс стандартне відхилення). Ці студенти були порівняні з рештою студентів досліджуваної вибірки.

У таблиці 2.9 наведено середні значення по кожному розрахованому фактору для студентів, які зловживають комп'ютерними іграми (27 осіб), з рештою досліджуваних (118).

Таблиця 2.9

Середні значення виділених факторів особистісних рис відповідних Я-образів для двох груп досліджуваних

		Студенти, які зловживають іграми	Студенти, які не зловживають іграми
Я-реальний	Фактор 1	53.03	57.30
	Фактор 2	51.75	55.37
	Фактор 3	37.19	39.59
	Фактор 4	37.73	39.12
	Фактор 5	32.03	31.32
Я-ідеальний	Фактор 1	71.81	72.51
	Фактор 2	64.40	66.53
	Фактор 3	44.50	45.26
	Фактор 4	56.16	56.60
	Фактор 5	34.02	33.38
Я як персонаж улюбленої комп'ютерної гри	Фактор 1	59.66	59,30
	Фактор 2	58.47	57.26
	Фактор 3	29.56	33.29
	Фактор 4	36.87	36.65
	Фактор 5	29.88	30.71
Мій друг – любитель комп'ютерних ігор	Фактор 1	56.28	59.20
	Фактор 2	52.29	55.69
	Фактор 3	32.68	34.11
	Фактор 4	34.26	34.87
	Фактор 5	30.09	30.93
Любитель комп'ютерних ігор – персонаж публікації	Фактор 1	56.13	57.47
	Фактор 2	47.53	46.89
	Фактор 3	31.88	32.72
	Фактор 4	32.70	33.05
	Фактор 5	31.27	30.23

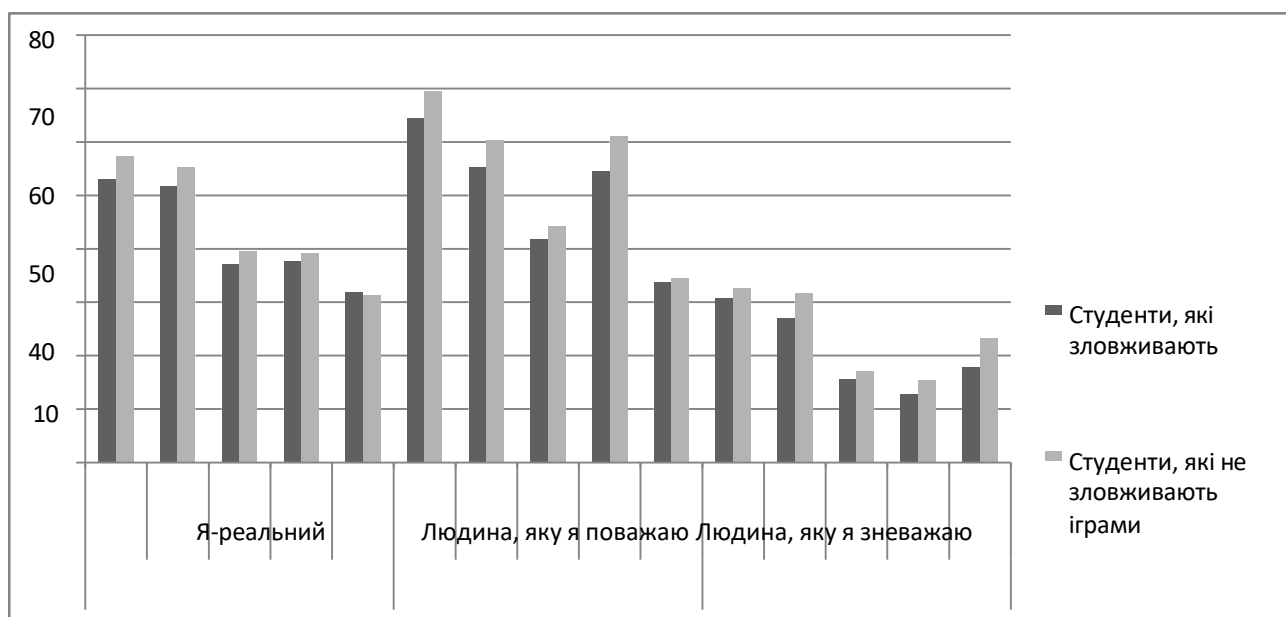
		Студенти, які зловживають іграми	Студенти, які не зловживають іграми
Людина, яку поважаю	Фактор 1	64.53	69.55
	Фактор 2	55.25	60.30
	Фактор 3	41.81	44.30
	Фактор 4	54.62	61.18
	Фактор 5	33.78	34.57
Людина, яку зневажаю	Фактор 1	30.79	32.72
	Фактор 2	27.08	31.69
	Фактор 3	15.62	17.19
	Фактор 4	12.85	15.44
	Фактор 5	17.95	23.28

Примітки: фактор 1 – інтелект, фактор 2 – активність, фактор 3- дружелюбність, фактор 4 - самоконтроль, фактор 5 – емоційна стабільність

Як видно з таблиці, значення майже не розрізняються за всіма факторам для майже всіх описів, окрім опису людини, яку досліджуваний поважає. Подальший аналіз за критерієм Стюдента показав, що суттєві відмінності в оцінках з рівнем похибки $\alpha \leq 0.05$ існують лише в описі себе реального за фактором інтелекту; в описі людини, яку досліджуваний поважає, за факторами другим (активністю), третім (дружністю) та четвертим (самоконтролем); а також в описі людини, яку він зневажає, за п'ятим фактором (емоційною стабільністю).

Для наочності на рис. 2.1 наведені середні розрахункових факторів для двох груп студентів. Для спрощення сприйняття показані лише ті Я-образи, для яких існує статистично достовірні різниця.

За своїм психологічним складом образ людини, яку досліджуваний поважає, збігається із власним ідеальним образом. Тобто досліджуваний під час виконання завдання описати себе ідеального, та описати людину, яку він поважає, насправді описує ті риси характеру, які він вважає важливими для підвищення самоповаги, прагне розвивати в самому собі. Досліджуваний бачить в людині, яку він поважає, і переносить на неї ті особистісні риси, які важливі для самого досліджуваного, які він хоче розвинути або вдосконалити.



Примітки: фактор 1 – інтелект, фактор 2 – активність, фактор 3- дружелюбність, фактор 4 - самоконтроль, фактор 5 – емоційна стабільність

Рис. 2.1. Середні значення факторів особистісних рис відповідних Я-образів

Проте, під час опису себе ідеального, досліджуваний у разі некооперативного ставлення (який ми не можемо виключити) може прагнути надати не той опис, що справді важливий для нього, а той який відповідає його уявленням «як треба відповідати правильно», виходячи з власних поглядів на те, яких відповідей очікує суспільство взагалі, або людина, яка проводить експериментальне опитування. Під час опису ж людини, яку досліджуваний поважає, опитуваний менше відчуває тиск із боку соціальних норм та настанов (точніше, власних уявлень про ці норми та настанови), і може відповідати більш вільно, більшою мірою розкриваючи ті риси особистості, які важливі саме для нього. Так само, за аналогічним механізмом, під час опису людини, яку він зневажає, досліджуваний приділяє увагу тим рисам особистості, яких він сам бажає позбутися.

Усі ці міркування дозволяють зробити наступні висновки. За всіма факторами, за якими були виявлені значимі розбіжності у відповідях двох підвбірок, студенти з групи тих, хто зловживає комп'ютерними іграми, показали менші середні значення. Тобто, вони гірше оцінюють свій інтелектуальний розвиток, меншою мірою намагаються бути більш активними, більш дружелюбними, краще контролювати себе, менше також переймаються питанням

емоційної стабільності. Інакше кажучи, вони відрізняються більшою байдужістю до себе, свого зростання як особистості.

Далі ми провели такий аналіз. Для кожного досліджуваного за кожним попередньо винайденим фактором Великої п'ятірки особистісних рис, ми обрахували різницю між значенням фактора під час опису себе реального та під час опису себе в улюбленій комп'ютерній грі. Після цього ми розрахували середні значення отриманих різниць для групи студентів, які зловживають комп'ютерними іграми, та для усіх інших досліджуваних. Ці середні представлені у таблиці 2.10

Таблиця 2.10.

Середні значення різниць в описі для двох груп досліджуваних

Різниця між описом себе реального та себе як персонажа комп'ютерної гри	Студенти, які зловживають іграми	Студенти, які не зловживають іграми
Фактор 1	-7,66	-1,82
Фактор 2	-6,23	-1,70
Фактор 3	7,045	6,46
Фактор 4	0,64	2,58
Фактор 5	1,81	0,62

Примітки: фактор 1 – інтелект, фактор 2 – активність, фактор 3- дружелюбність, фактор 4- самоконтроль, фактор 5 – емоційна стабільність

Зазначимо, що в обох групах різниця за факторами 1 і 2 має знак «—». Це означає, що досліджувані описують себе у грі за цими факторами більш високо. Тобто як персонажів улюбленої комп'ютерної гри вони описують себе більш розумними і більш активними у порівнянні з реальним світом. На противагу, фактор 3 (дружелюбність) в обох групах має позитивний знак и значно відрізняється від нуля. Це означає, що у комп'ютерних іграх гравці відчувають себе значно менш дружними, і більше егоїстичними і агресивними, ніж вони відчувають себе у реальності.

Порівняння груп між собою за критерієм Стьюдента виявило, що існують статистично достовірні відмінності при рівні похибки $\alpha \leq 0.05$ між групами досліджуваних за факторами 1 і 2. Під час гри студенти, які зловживають комп'ютерними іграми, відчувають себе більшими інтелектуалами та більш активними у порівнянні як із реальним життям, так і з гравцями, які не зловживають іграми. Можливо, саме у відчутті активності, спрямованості назовні, у світ, хоч і

віртуальний, у поєднанні з відчуттям власної розумності, інтелектуальності, передбачливості полягає секрет інтересу до комп'ютерних ігор.

Проведений аналіз показав таке:

Оцінювання, опис себе реального не відрізняється в студентів, які зловживають комп'ютерними іграми, і у звичайних студентів (крім фактору інтелекту). Але існують розбіжності під час опису себе в ідеалі, себе такого, яким би хотілося стати. Студенти, які зловживають комп'ютерними іграми, менше прагнуть до самовдосконалення, підняття свого інтелектуального рівня, розвитку дружніх стосунків із оточенням, до покращення рівня самоконтролю. Тобто ми не можемо стверджувати про те, що на сьогодні такі студенти відрізняються від інших студентів. Але, говорячи про їхні перспективи, ми можемо вказати, що тривале зловживання комп'ютерними іграми може призвести до стагнації у саморозвиткові. Зазначимо, що в попередньому параграфі ми виявили, що рівень самоконтролю таких студентів дещо знижений. Це також є перешкодою для саморозвитку особистості, оскільки зниження самоконтролю не дає змоги особистості планувати та організовувати своє життя, ставити та досягати життєвих цілей. Особливо це небезпечно в молоді роки, коли людина оцінює свої можливості і ставить перед собою завдання на все подальше життя. Брак таких планів, брак бажання до самовдосконалення заради виконання цих планів може призвести до неуспішності подальшого життя.

З метою подальшого дослідження ми розділили усіх опитаних студентів на групи залежно від того, які комп'ютерні ігри вони переважно обирають. Перша група – це студенти, які обирають активні агресивні ігри, до неї увійшло 26 досліджуваних; друга – студенти, які надають перевагу активним, але неагресивним іграм, усього 30 досліджуваних; третя – студенти, які люблять логічні ігри, 27 опитаних; четверта – студенти, які грають у рольові ігри, 18 опитаних; а п'ята група – це особи, які взагалі не грають у комп'ютерні ігри, 17 студентів.

У таблиці 2.11. наведено середні значення розрахованих факторів Великої п'ятірки особистісних рис для кожної визначеної групи.

Таблиця 2.11

**Середні значення виділених факторів для відповідних Я-образів
досліджуваних, що обирають різні жанри ігор**

Я-образ	Фактор	Ті, хто обирає агресивні ігри	Ті, хто обирає неагресивні ігри	Ті, хто обирає логічні ігри	Ті, хто обирає рольові ігри	Ті, хто не любить ігри
Я-реальний	Фактор 1	54.6	58.23	54.69	57.98	59.75
	Фактор 2	54.34	56.31	53.07	56.58	54.95
	Фактор 3	38.46	39.14	39.32	39.08	40.66
	Фактор 4	38.54	39.27	38.46	40.06	38.93
	Фактор 5	31.65	31.74	30.13	33.60	32.32
Я-ідеальний	Фактор 1	70.31	73.65	72.00	73.93	72.47
	Фактор 2	65.22	66.25	66.26	68.56	66.24
	Фактор 3	43.83	45.02	46.53	45.72	43.59
	Фактор 4	56.17	56.12	57.40	57.18	55.62
	Фактор 5	34.02	33.63	32.78	35.36	32.86
Я як персонаж улюбленої комп'ютерної гри	Фактор 1	54.67	64.68	55.67	66.14	56.33
	Фактор 2	56.67	60.95	53.93	62.28	54.73
	Фактор 3	29.54	35.38	31.25	32.31	33.71
	Фактор 4	37.34	38.21	34.38	37.51	36.87
	Фактор 5	29.33	32.30	29.23	33.73	29.23
Мій друг – любитель комп'ютерних ігор	Фактор 1	55.00	63.80	56.65	54.18	58.79
	Фактор 2	52.33	60.29	51.64	50.47	57.30
	Фактор 3	33.50	36.46	31.56	28.81	36.16
	Фактор 4	35.72	36.99	32.68	28.13	36.49
	Фактор 5	29.31	33.72	29.03	28.45	31.04
Любитель комп'ютерних ігор – персонаж публікації	Фактор 1	56.28	60.68	54.77	53.17	57.84
	Фактор 2	49.98	49.07	44.79	41.49	46.00
	Фактор 3	33.11	34.33	32.13	26.18	31.96
	Фактор 4	35.24	34.07	32.00	29.23	31.77
	Фактор 5	30.78	31.87	28.78	28.42	30.98
Людина, яку я поважаю	Фактор 1	63.39	70.60	69.87	69.30	69.39
	Фактор 2	57.93	60.60	59.12	59.82	60.11
	Фактор 3	41.60	45.41	43.65	43.95	44.16
	Фактор 4	58.29	62.09	58.79	60.11	61.54
	Фактор 5	34.10	35.23	33.48	35.54	34.65

Примітки: фактор 1 – інтелект, фактор 2 – активність, фактор 3- дружельюбність, фактор 4- самоконтроль, фактор 5 – емоційна стабільність

Перед проведенням аналізу даних із запропонованої таблиці, ми розрахували скільки в середньому проводять за комп'ютерними іграми представники різних ігор. Отримано такі результати:

- студенти, які обирають активні агресивні ігри, грають у середньому 13,8 годин на тиждень;

- студенти, які обирають активні неагресивні ігри або логічні ігри, – 6 годин на тиждень;

- студенти, які обирають рольові ігри, – 12 годин на тиждень;

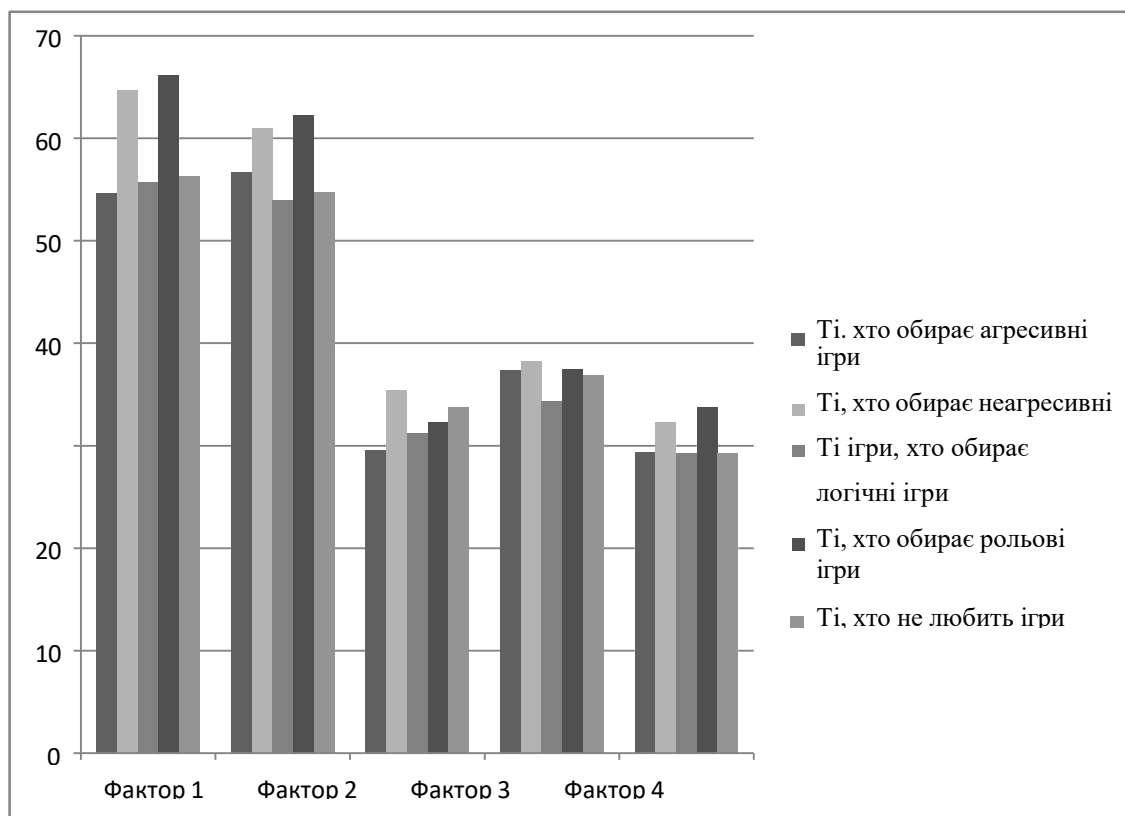
- студенти, які не люблять грати, – близько однієї години на тиждень. Бачимо, що студенти, які обирають активні агресивні або рольові ігри, проводять за комп'ютером значно більше часу, ніж усі інші досліджувані, і тому саме серед них можна знайти таких осіб, які зловживають комп'ютерними іграми. Студенти, які не люблять комп'ютерні ігри, також, хоч трішки, але грають. Тобто такий вид дозвілля став дуже поширеним.

Для подальшого аналізу результатів було проведено статистичний обрахунок методом ANOVA. Розрахунок показав, що існують достовірні відмінності між групами на рівні значимості похибки $\alpha \leq 0.05$ за такими факторами: 1) під час опису себе як персонажа улюбленої комп'ютерної гри, за факторами 1 (інтелекту) і 2 (активності); 2) за усіма факторами під час опису друга – любителя комп'ютерних ігор; 3) за усіма факторами, під час опису людини, яку досліджуваний зневажає.

За своїм психологічним складом образ друга збігається із власним реальним образом. Тобто під час опису друга досліджуваний виходить великою мірою із власних особистісних рис, але ставиться до них прискіпливіше, дає виразну неприкрашену характеристику. На образ друга переносяться власні риси, як добрі, так погані, і надається їм оцінка. Натомість, під час виконання завдання описати себе реального (принаймні, на власний розсуд), досліджуваний більш схильний відповідати так, як цього вимагає соціум, а не так, як це є насправді. Також під час опису людини, яку досліджуваний зневажає, він ставить наголос на тих рисах особистості, які не подобаються йому в самому собі, яких він бажає позбутися. Інакше кажучи, опис людини, яку досліджуваний зневажає, є описом себе

антиідеального з наголосом на ті особистісні риси, які досліджуваному на подобаються в собі, яких він бажає позбутися.

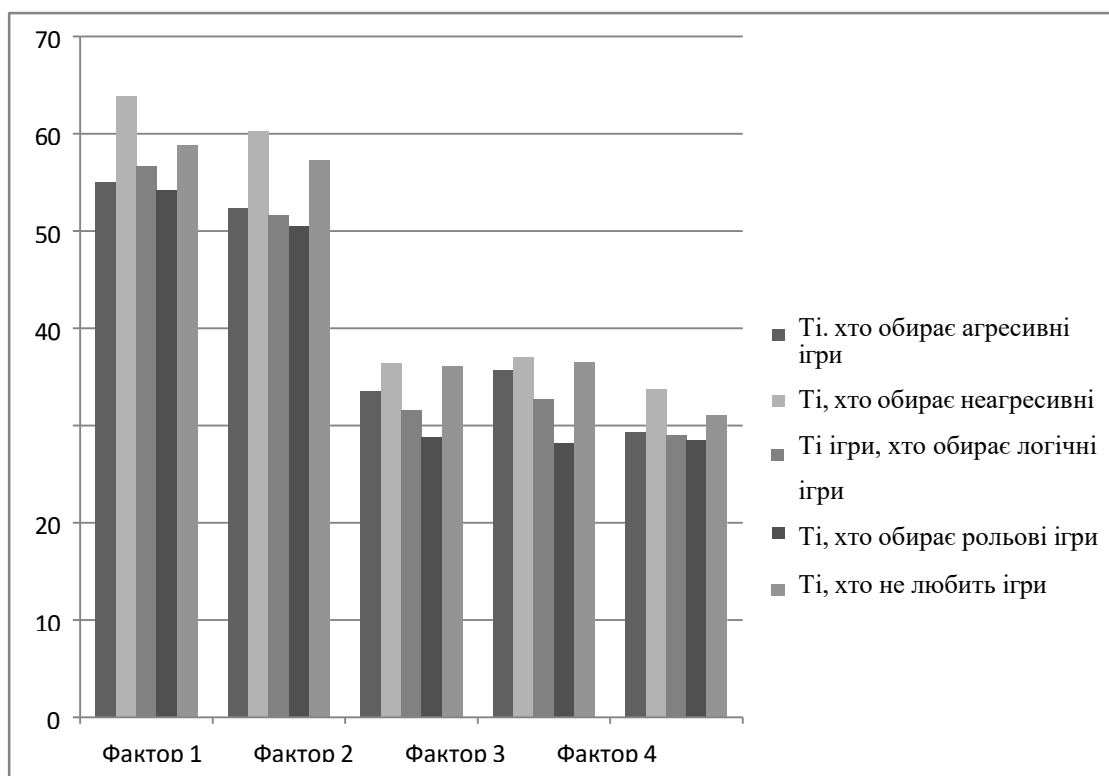
Так, на рис. 2.3 показані середні значення факторів для Я-у-грі образу для 5 груп студентів, створених на основі переважного вибору жанрів комп'ютерних ігор.



Примітки: фактор 1 – інтелект, фактор 2 – активність, фактор 3- дружелюбність, фактор 4 - самоконтроль, фактор 5 – емоційна стабільність

Рис. 2.3. Середні значення факторів особистісних рис образу Я-у-грі в залежності від обраних жанрів ігор

На рис. 2.4. показано розподіл факторів при описуванні друга – любителя комп'ютерних ігор.



Примітки: фактор 1 – інтелект, фактор 2 – активність, фактор 3- дружелюбність, фактор 4 - самоконтроль, фактор 5 – емоційна стабільність

Рис. 2.4. Середні значення факторів особистісних рис образу друга – любителя комп'ютерних ігор в залежності від обраних жанрів ігор

Представники груп, які обирають неагресивні активні ігри та рольові ігри, під час опису себе у грі, значно вище описали себе за факторами інтелекту й активності у порівнянні з іншими. Проте, при описуванні друга, любителя комп'ютерних ігор картина дещо інша. За цими двома факторами найвищі показники характерні, як і в попередньому випадку, для тих досліджуваних, які обирають активні неагресивні ігри. А ті, хто обирає рольові ігри, описують себе найнижчими значеннями з усіх за вибіркою.

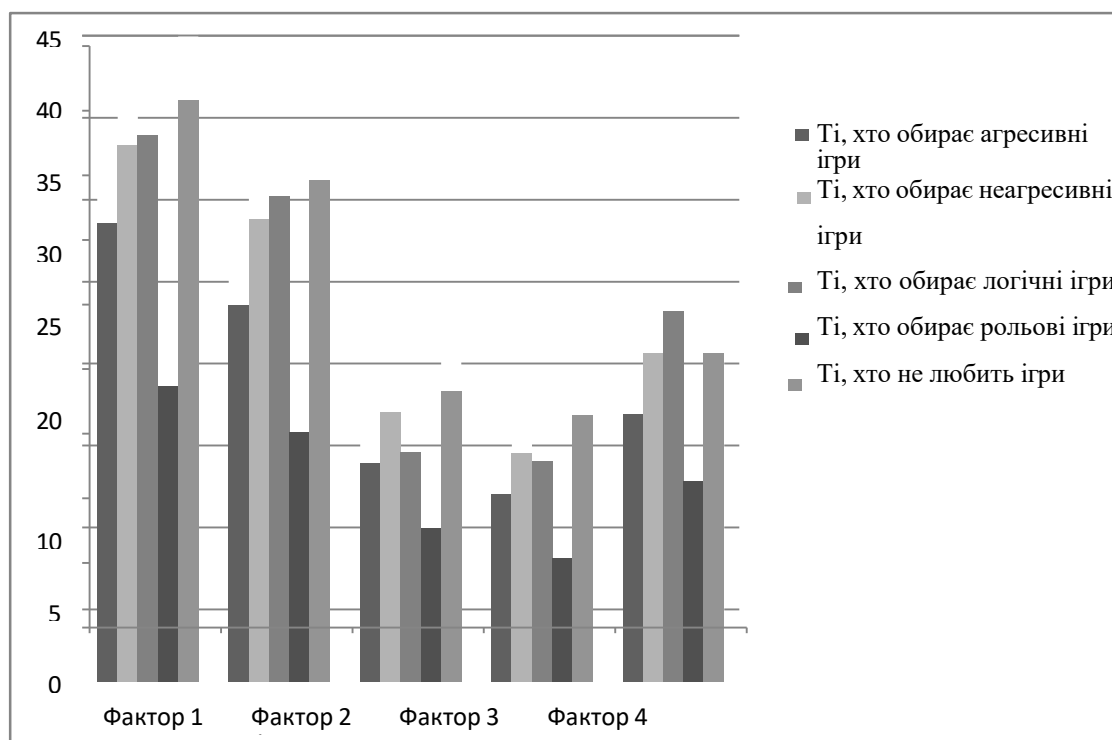
Такий результат може свідчити про те, що студенти, які обирають активні неагресивні ігри в реальності оцінюють себе активними, енергійними, і в іграх вони поведуться так само. Студенти, які обирають рольові ігри, не відчують себе достатньо активними у реальності, і виплескують енергію в комп'ютерних іграх. Подібна картина і для фактора інтелекту. Знов для любителів рольових ігор спостерігають відмінність між описом себе у грі, та описом друга – любителя ігор.

Крім того, студенти, які обирають рольові комп'ютерні ігри, описують друга нижче у порівнянні із представниками інших груп за всіма факторами, а фактором

самоконтролю – на статистично достовірному рівні існування відмінностей. Крім того, вони дуже низько, нижче за інші групи, описують себе у реальності за фактором 3 (дружність, альтруїзм).

Зауважимо, що всі ці відмінності проявляються не під час опису самого себе, а при описуванні друга. Себе ж реального студенти, які обирають рольові комп'ютерні ігри, описують не виходячи за межі середніх даних по вибірці. Інакше кажучи, під час описування себе реального такі досліджувані спираються на соціально схвальні (з їх погляду) норми, на те, що від них хочуть почути, а не на те, якими вони бачать себе насправді. Саме для того, щоб уникнути помилки дослідження, яка виникає від появи випадкових факторів (небажання відповідати, надання відповідей, виходячи з соціально схвальних норм), ми ввели в наше дослідження додаткові образи-конструкти «образ друга», «образ людини, яку досліджуваний поважає/зневажає». Отримані результати показали, що такий метод проведення дослідження виправдав себе.

На рис. 2.5 показані середні значення факторів, отримані для різних груп студентів під час описування людини, яку досліджуваний зневажає.



Примітки: фактор 1 – інтелект, фактор 2 – активність, фактор 3- дружельюбність, фактор 4 - самоконтроль, фактор 5 – емоційна стабільність

Рис. 2.5 Середні значення факторів особистісних рис образу у людини, яку досліджуваний зневажає, в залежності від обраних жанрів ігор

Під час описування людини, яку вони зневажають, студенти, які обирають рольові ігри, надали такій людині найнижчих оцінок у порівнянні із студентами інших груп за всіма п'ятьма факторами Великої п'ятірки. Таке ставлення до людини, яку зневажають, може вказувати, як на усвідомлення наявності в собі великої кількості негативних рис, так і на нетерпимість до недоліків інших, що, у свою чергу, приводить до труднощів у взаємодії із оточенням.

Рольові комп'ютерні ігри, на відміну від інших ігор, безпосередньо вимагають від гравця взяти на себе певну роль. Наприклад, стратегічні ігри акцентують увагу на інтелектуальному викликові, стимулятори – на відтворенні певних дій таких, як управління автомобілем або потягом, стрілялки – потребують, перш за все уваги та швидкої реакції, не задаючи питання про моральні якості гравця. Гравець, який захоплюється саме рольовими іграми, може обрати для себе персонажа із певними рисами, наприклад, спритного, або ж атлетичного, хитрого чи харизматичного, розумного чи схильного до нарощування м'язів. Багато завдань гри можна розв'язати різним чином: перемогти ворогів, обманути інших

персонажів, чесно купити потрібну річ, або вкрати її. Існує певна низка необов'язкових завдань гри, із яких можна вибрати такі, які більше підходять до особистості персонажа або подобаються гравцеві. Тобто гравець може обирати персонаж, який відповідає його особистості, або ж навпаки спробувати обрати роль, яка суперечить його власним якостям, роль, відмінну від його Я-реального, і тим самим перетворитися у грі на зовсім іншу особистість.

Такі результати можуть свідчити про те, що ті студенти, які обирають рольові комп'ютерні ігри, відчують себе у реальному світі не досить затишно. Вони не бачать у повсякденному житті шляхів, на яких можна використати свою активність, енергію молодості. Вони також досить низько описують себе в термінах самоконтролю і дружності. Навіть рівнем свого інтелекту, культури (за умов, що всі досліджувані були студентами, тобто найбільш культурним прошарком суспільства) вони не задоволені. Їхнє дотримання соціально схвальних норм є формальним, а не таким, що виходить із внутрішніх переконань. Таким чином, надмірне захоплення рольовими іграми є сигналом про наявність в особистості певних психологічних проблем. У такому випадку шлях до віртуального світу є втечею від світу реального, від розв'язання його проблем, є спробою забути, поринути у світ чудових мрій або чарівних казок.

Продовжимо аналіз отриманих результатів і вивчимо відповіді студентів, які обирають активні неагресивні ігри. Ми вже зазначили, що вони відчують себе розумними та високо активними, як в іграх, так і в реальному житті. До того ж і в реальності, і в грі, вони відчують себе дружніми. Також вони впевнені у рівні свого самоконтролю і у власній емоційній стабільності. Такі досліджувані є найбільш психологічно адаптованими, відчують себе відкритими до світу. Крім того, розрахунок середнього часу, проведеного за комп'ютером, засвідчив, що серед таких студентів немає таких, які зловживають іграми. Для цих студентів комп'ютерні ігри є лише однією із сторін багатогранного світу, і такі ігри не мають на цих досліджуваних негативного впливу і не впливають на їх Я- концепцію.

Для подальшого аналізу ми провели такі розрахунки. Для кожного досліджуваного ми розрахували різницю у значеннях факторів Великої п'ятірки

для наступних пар: фактор, який описує досліджуваного ідеального – фактор, який описує досліджуваного реального; фактор, який описує досліджуваного ідеального – фактор, який описує досліджуваного у грі; фактор, який описує досліджуваного реального – фактор, який описує досліджуваного у грі. У таблиці 2.12 наведено середні значення різниць по групам.

Далі отримані різниці було порівняно за критерієм Студента із нулем. Якщо різниця відрізняється від нуля, це означає, що пара факторів, які утворили цю різницю, відрізняється між собою. У протилежному випадку, можна стверджувати, що фактори, які утворили різницю, не відрізняються між собою.

Таблиця 2.12.

Середні значення різниць між факторами для груп досліджуваних, які обирають різні жанри ігор

	Ті, хто обирає агресивні ігри	Ті, хто обирає неагресивні ігри	Ті, хто обирає логічні ігри	Ті, хто обирає рольові ігри	Ті, хто не любить ігри
Середня різниця між описом себе ідеального та себе реального					
Фактор 1	15,69	15,32	16,90	14,92	11,98
Фактор 2	10,58	9,94	13,18	10,99	11,28
Фактор 3	5,18	5,87	7,21	5,80	2,92
Фактор 4	17,62	16,84	18,94	16,19	16,69
Фактор 5	2,37	1,89	2,63	1,41	1,54
Середня різниця між описом себе ідеального та себе як персонажа комп'ютерної гри					
Фактор 1	17,89	9,0768	15,944	11,21	14,64
Фактор 2	10,34	5,009	11,98	10,50	10,75
Фактор 3	14,89	9,73	15,23	15,26	9,63
Фактор 4	20,46	17,80	22,81	21,30	18,56
Фактор 5	5,37	1,24	3,73	3,03	3,02
Середня різниця між описом себе реального та себе як персонажа комп'ютерної гри					
Фактор 1	0,69	-6,44	-2,07	-6,22	4,00
Фактор 2	-3,18	-3,97	-1,11	-3,87	1,12
Фактор 3	8,63	5,92	7,78	8,51	7,08
Фактор 4	1,04	1,08	3,84	3,83	2,77
Фактор 5	2,35	-0,85	0,98	0,54	3,35

Примітки: фактор 1 – інтелект, фактор 2 – активність, фактор 3- дружельюбність, фактор 4- самоконтроль, фактор 5 – емоційна стабільність

Для досліджуваних усіх груп середні різниці пар факторів, які описують досліджуваного ідеального, – факторів, які описують досліджуваного реального, для всіх факторів Великої п'ятірки відрізняються від нуля и при цьому середні

значення різниць позитивні. Це означає, що для всіх груп досліджуваних їхні уявлення про себе реального відрізняються від уявлень про свій ідеал. При цьому, оскільки надані нами особистісні прикметники описують позитивні якості, в ідеалі студенти хочуть покращити свої позитивні якості. Це абсолютно нормальна відповідь, оскільки наші досліджувані – це студенти, тобто молоді люди, відкриті до пошуку себе, свого місця у житті та у соціумі. Така відкритість потребує постійного аналізу себе, своїх вчинків, здобутків та невдач, постійного порівняння себе з вимогами оточення, а отже, й постійного самовдосконалення.

Найбільша середня різниця між цими парами факторів отримана для студентів, які обирають логічні ігри. Як було показано вище, такі студенти мають знижений рівень самоствалення та описують себе реального гірше, ніж представники інших груп. Тому в такому випадку велика різниця між Я-реальним та Я-ідеальним не є добрим показником. Якщо різниця занадто велика і стає джерелом невіри у те, що ідеалу можна досягти, і це також призводить до зростання невпевненості в собі, а також появи станів депресії або невротичності.

Також для досліджуваних усіх груп середні різниці пар факторів, що описують досліджуваного ідеального – факторів, що описують досліджуваного у грі, для всіх факторів Великої п'ятірки відрізняються від нуля і при цьому значення середніх різниць позитивні. Це вказує на те, що студенти не схильні ототожнювати себе у грі та себе ідеального, крім того, себе ідеального вони бачать у значно більш позитивних фарбах, ніж себе у грі. В такому випадку ми можемо говорити про те, що під час комп'ютерної гри люди можуть проявляти не найкращі риси свого характеру, проте вони не беруть персонажів комп'ютерних ігор за взірці.

Статистичний аналіз методом ANOVA показав, що на рівні похибки $\alpha \leq 0.05$ існують відмінності для отриманих середніх різниць оцінок досліджуваним «себе ідеального – себе у грі» між виділеними групами за фактором 2 (активністю) і 3 (дружелюбністю). За цими двома факторами найменша середня різниця між оцінкою себе ідеального і оцінкою себе у грі – у студентів, які надають перевагу активним неагресивним іграм. Цей факт відповідає зробленим нами попереднім висновкам про те, що такі студенти відчувають себе активними та бажають бути

ще активнішими, енергійнішими, при цьому комп'ютерні ігри є для них одним із багатьох шляхів прояву власної активності, втілення енергії. Їхнє дружнє ставлення як до оточення, так і до світу загалом зумовлює те, що і в комп'ютерних іграх вони обирають неагресивні ігри, і не відчують себе у грі якимось злим, ворожим до оточення персонажем.

Якщо ж звернутися до порівняння оцінок особистості Я-реальної та Я- у комп'ютерній грі, то перше, що впадає в око те, що середня різниця факторів активності для всіх груп студентів, крім тих, хто не любить комп'ютерні ігри, негативна, тобто у грі всі студенти відчують себе більш активними, ніж у реальному житті. Середні різниці між факторами інтелекту для груп студентів, що обирають активні неагресивні, рольові та логічні ігри також негативна, тобто ці студенти відчують себе у грі більш розумними, ніж в реальності. Проте такий висновок описовий, для статистичного аналізу треба порівняти ці різниці із нулем математичними методами.

У таблиці 2.13 знаком * відмічені ті фактори, для яких не можна говорити про відмінність від нуля різниці у парі фактор, який описує досліджуваного реального – фактор, який описує досліджуваного у грі. Для факторів, помічених знаком «+», існує відмінність їх різниць від нуля за t-критерієм Стьюдента на рівні похибки $\alpha \leq 0.01$.

Таблиця 2.13

Порівняння з нулем різниць між оцінюванням себе реального та себе як персонажа комп'ютерної гри у різних груп досліджуваних

	Ті, хто обирає агресивні ігри	Ті, хто обирає неагресивні ігри	Ті, хто обирає логічні ігри	Ті, хто обирає рольові ігри	Ті, хто не люблять ігри
Різниця між описом себе реального та себе як персонажа комп'ютерної гри					
Фактор 1	*	+	*	*	*
Фактор 2	*	*	*	*	*
Фактор 3	+	+	+	+	+
Фактор 4	*	*	*	*	*
Фактор 5	*	*	*	*	*

Примітки: 1) фактор 1 – інтелект, фактор 2 – активність, фактор 3- дружелюбність, фактор 4- самоконтроль, фактор 5 – емоційна стабільність; 2) * – відмінність від нуля для різниці відсутня, + – різниця відрізняється від нуля.

Виходячи із цих даних, можна стверджувати, що під час оцінювання себе у грі, студенти великою мірою спираються на себе такого, якими вони сприймають себе насправді, у реальності. Єдиним винятком є фактор 3 (дружності). Середні значення різниць для всіх груп досліджуваних за цим фактором позитивні, інакше кажучи, себе реального досліджувані описують значно добрішими, ніж себе у грі. Із цього факту можна зробити два висновки: по-перше, багато ігор пропонує виплеснути у грі найгірші емоції, проявити найгірші риси характеру, такі як злість, ворожнеча, агресивність; по-друге, студенти досить свідомо ставляться до таких особливостей комп'ютерних ігор і не прагнуть перенести їх до реального життя.

Проведений аналіз засвідчив таке:

1. Переважний вибір студентом комп'ютерних ігор того або іншого жанру може стати основою для оцінювання Я-концепції студентів. Наш аналіз виявив розбіжності в Я-концепції гравців, які переважно обирають різні жанри ігор.

2. Студенти, які обирають активні неагресивні ігри, відчують себе у реальному житті активними, енергійними, відкритими до оточення і всього нового. Вони відчують себе дружніми з оточенням, такими, що здатні контролювати себе і своє життя. Тобто саме ця група студентів є найбільш соціально адаптованою.

3. Найбільше занепокоєння викликають ті студенти, які виявляються прихильниками рольових комп'ютерних ігор. Вони не відчують себе достатньо активними у житті, і вимушені виплескувати свою енергію в іграх. Вони не задоволені рівнем свого розумового розвитку. Ці студенти досить низько оцінюють свій рівень самоконтролю, не відчують у собі потягу до дружніх стосунків із оточенням. Надмірне захоплення рольовими іграми є сигналом про наявність в особистості гравця певних психологічних проблем (тривожності, фрустрації, депресії, тощо). У такому випадку гра стає втечею від проблем реального світу, спробою забути.

4. В цілому студенти досить чітко розрізняють реальний та віртуальний світи. У грі вони можуть обирати персонажів, які поведуться не найкращим чином, проявляють більше агресії, ніж у реальному житті, скоюють антисоціальні, жорстокі вчинки. Проте гравці не ототожнюють себе у грі та себе реального або

себе ідеального, комп'ютерні персонажі не є взірцем для реального життя і не є настановою для саморозвитку. Проте, виходячи з концепції тренування, ми маємо зауважити, що постійна активація певної особистісної риси у грі може спричинити її появу и розвиток у реальному світі особистості.

2.4. Комп'ютерні ігри й агресивні прояви особистості

Оскільки можливість агресивних проявів користувачів комп'ютерних ігор є предметом гострої дискусії, ми винесли це питання у окремий підпараграф.

Агресивність – це риса характеру, що виражається у ворожому ставленні людини до інших людей, до тварин, до навколишнього світу. Агресія у людей – це фізична або вербальна поведінка людини, спрямована на пошкодження або руйнування. У випадку, якщо агресія виявляється в найбільш екстремальній і соціально неприпустимій формі, вона переростає у насильство⁵⁴. Агресивними називаються руйнівні дії і вороже ставлення людини, які не були викликані будь-якими об'єктивними причинами, не можуть бути виправдані обставинами, що склалися, або міркуваннями морального чи юридичного характеру, наприклад, необхідністю самооборони або захисту інших людей.

Існує багато теорій пояснення агресії. Теорія відомого філософа XII сторіччя Т. Гобса, наприклад, витікає з твердження, що всі люди за своєю природою егоїстичні, брутальні і жорстокі, тобто агресія закладена у підсвідомості як інстинкт, саме через «тваринну» сторону людської натури. Пізніше появились теорії, які визначали агресію як набутий (на відміну від інстинктивного) захисний механізм, спричинений зовнішніми факторами, а не внутрішніми. Так, наприклад, дослідження показали, що діти в країнах, що перебувають в стані війни, починають набагато раніше і яскравіше проявляти агресію, ніж їх однолітки, які живуть в мирний час. Взагалі, агресія часто виникає, як так званий «захисний механізм» проти впливів ворожого оточення⁵⁵.

Проблема агресивності комп'ютерних ігор широко й активно представлена в різноманітних ЗМІ. Причому в засобах мас-медіа здебільше підкреслюється негативний вплив ігор, їх агресивна суть, перенесення ігрової жорстокості до реального життя.

⁵⁴ Шайгородський Ю. Агресія у Політології: навч. енциклопед. словн.-довідн. для студ. ВНЗ. Львів: «Новий Світ–2000», 2014. С. 15-16.

⁵⁵ Агресія. Вікіпедія. Відновлено з: <https://uk.wikipedia.org/wiki/Агресія>

Ринок електронних ігор невпинно розширюється. На сьогодні на цьому ринку робиться більше грошей, ніж в американській кіноіндустрії. Проте багато експертів, а також представників громадськості ставляться до комп'ютерних ігор вкрай негативно: «У низці ігор наявна антисуспільна тематика: насильство, секс і ненормативна лексика, – каже Дейвид Уолт, директор американського Національного інституту засобів масової інформації та родини. – Нажаль, саме такі ігри особливо популярні серед дітей і підлітків 8-15 років». За даними його дослідження, проведеного в США, майже 80 відсотків відеоігор, які найбільш популярні у молоді, відрізняються жорстокістю. Причому обмежити поширення ігор з елементами насильства серед дітей і підлітків досить складно, оскільки вони не стільки продаються у магазинах, де, принаймні, теоретично можна запровадити механізм контролю за віком покупця, а через Інтернет.

З того часу, як з'явилися комп'ютерні ігри з елементами насилля, агресії тощо, в ЗМІ періодично з'являються повідомлення про трагедії, що скоїлися на ґрунті фанатичного захоплення віртуальними іграми. Більш за те, з певною періодичністю влада різних країн накладає обмеження на продаж, випуск і розповсюдження агресивних електронних ігор. В Україні також теоретично існують вікові обмеження для ігор, але вони жодним чином не виконуються. На практиці, питання доступу до тієї або іншої гри вирішується на рівні батьків, а досить часто навіть батьки не контролюють ігри, в які грають їхні діти.

Проте в питанні, чи є науково підтверджені данні про можливе перенесення ігрової агресії до реального життя, чи достовірні отримані результати, крапка ще не поставлена.

Головну небезпеку «жорстких» ігор психологи вбачають у тому, що вони породжують стовідсотково агресивну реакцію на будь-яку конфліктну ситуацію. Формується підсвідомий умовний рефлекс, що пропонує стереотипи поведінки у разі виникнення тієї чи іншої проблеми. Причому, чим більше часу людина проводить за комп'ютером (граючи в «жорстокі» ігри), тим вище вірогідність того, що будь-яка навіть просто неоднозначна ситуація, що потребує аналізу й

розмірковувань, стане сприйматися гравцем як конфліктна, такою, яка може бути вирішена лише силою⁵⁶.

Відповідно до теорії соціального навчання А. Бандури, гравці переймають характери персонажів, задіяних у грі. Крім того, вони отримують винагороду за акти агресії в грі різними перевагами (додаткове життя, нову зброю тощо)⁵⁷. Агресія, яка є в багатьох сучасних комп'ютерних іграх, може призвести до використання агресії в реальному житті – підліток неодноразово бачить, як його герой досягає своєї мети за допомогою агресивних дій, і може зробити висновок, що така поведінка є прийнятним засобом для досягнення життєвих цілей. Головним чинником є повторюваність скоєних дій: створюється позитивна асоціація використання агресії для розв'язання проблемної ситуації. Знижується нормальна негативна емоційна реакція на конфлікт, агресію, насильство.

Агресивні ігри знижують у підлітків нормальну реакцію на агресію і конфлікт, оскільки користувачі звикають до такого типу поведінки і вважають його прийнятним для суспільства. Підлітки, які грають в комп'ютерні ігри насильницького характеру, відрізняються від однолітків, які не грають в такі ігри, підвищеною непрямою вербальною і фізичною агресією. Усе, що вони бачать на екрані монітора, тобто образ того, як потрібно чинити, еталон переваги над іншими, вони роблять переніс на реальне життя⁵⁸.

Проте, хоч проведено чимало досліджень, які підтверджують кореляцію між грою в агресивні ігри і загальною агресивністю гравця, далеко не всі психологи згодні із висновками, що саме ігри є причиною і середовищем розвитку агресивних проявів. Багато дослідників знаходять в таких іграх позитивні риси. Наприклад, такі ігри дають можливість реалізувати неусвідомлені потреби, що необхідно для психічного здоров'я. Ті самі «стрілялки» тренують інстинкт виживання, ігри з

⁵⁶ Пензев, А. Е. (1). Влияние жестоких компьютерных игр на человека. The Journal of V. N. Karazin Kharkiv National University. Series "Theory of Culture and Philosophy of Science", 1(1029). Retrieved from <https://periodicals.karazin.ua/thcphs/article/view/1953>

⁵⁷ Лисенко Л.М. (2019). Взаємозв'язок агресивності та соціально-психологічної адаптації у підлітків. Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія Психологічні науки. Вип. 3. С. 73-79. Відновлено з: <https://pj.journal.kspu.edu/index.php/pj/article/view/462/430>

⁵⁸ Волощук І.А. (2018). Дослідження впливу комп'ютерних ігор на дітей. Педагогічне Криворіжжя: педагогічний альманах : зб. наук.-метод. праць. Кривий Ріг. Вип. 4. С. 13-15

участю супергероїв надають відчуття сили, впевненості у власних можливостях вчать контролювати ситуацію тощо.

Не зважаючи на підозріле ставлення до агресивних комп'ютерних ігор, досі не існує переконливих доказів їх шкідливого впливу. І це не дивно. В розвинених країнах майже всі підлітки грають у такі ігри, як не вдома, так у клубах. Якщо не брати до уваги відомий науковий принцип «після – не значить внаслідок», то комп'ютерним іграм можна приписати будь-які гріхи.

Психолог К. Фергюсон⁵⁹ стверджує, що комп'ютерні ігри з елементами насильства загалом не провокують людей на жорстокі вчинки. К.Фергюсон стверджує, що в багатьох випадках автори звітів підійшли до своїх досліджень не професійно, а преса, що висвітлювала їх, тільки додала олії до вогню. Результати дослідження, проведеного професором, продемонстрували, що комп'ютерні ігри з елементами насильницьких дій дійсно викликають агресивний настрій у людини на певний час (К. Фергюсон зауважує, що це не дивно, оскільки люди співчують ігровим персонажам і подіям), але, в цілому, жорстокі ігри не стають причиною агресивної поведінки. Більш того, за результатами його досліджень, поява агресивних ігор веде навіть до зменшення соціальної агресивності в житті.

На думку вченого, існують дві причини появи стереотипу про те, що агресивні ігри провокують їх прихильників на прояви жорстокості. По-перше, це занадто примітивні стандартизовані методи, якими користувалася більшість дослідників. Навпаки, як помітив К. Фергюсон, в тих працях, в яких вказується на мінімальний зв'язок між іграми й насильством, їхні автори використовували менш шаблонні методи аналізу. По-друге, на думку науковця, ЗМІ значно охочіше публікують результати тих досліджень, які виявляють зв'язок між жорстокістю в іграх і в реальності, ніж такі, в яких ця гіпотеза спростовується.

Дослідник Т. Райт, стверджує, що країна ігор відокремлена від реального світу. Це гра, а не життя. Це розуміють й усвідомлюють усі опитані в дослідженні цього автора. Учені часто помиляються, змішуючи віртуальний світ гравців із

⁵⁹ Ferguson Ch. Does Movie or Video Game Violence Predict Societal Violence? It Depends on What You Look at and When. *Journal of Communication*. February 2015. 65 (1) pp. 193-212. doi:10.1111/jcom.12142

реальним. Для геймерів ці світи різні. Гра у певному сенсі знімає обмеження і робить жорстоку поведінку безпечною, без наслідків. Проте джерело такої поведінки полягає в тому, що люди переживають приниження та наругу в звичайному житті. Жорстокість приходить у гру із реального життя, а не навпаки. Якщо підлітка б'ють дома, якщо людина живе у соціально розділеному суспільстві, де немає поваги до законів і порядку, немає поваги до суспільства, то вона робить висновок, що існує лише один шлях досягти успіху – зруйнувати чийсь життя. Якщо світ особистості такий, то вона перенесе його у гру. Не гра є причиною агресивної поведінки, вона сформувалася до гри.

Із цього автор робить висновок, що жорстокі комп'ютерні ігри скоріше дають вихід психічній енергії, що накопилася під час агресивного самоствердження підлітків у звичайному житті. Підкреслена нереальність бойової сили й ігрових ситуацій скоріше пробуджує фантазію, винахідливість, спритність, ніж ненависть й агресію. Чи сильно комп'ютерна війна відрізняється від шахового бою, де також гине піхота, вмирають за короля й королеву офіцери, а коні несуться по тилах? Якщо подумати, досить дивно звучить припущення, що людина, яка легко вбиває дерев'яних коней у грі, після партії кинеється до конюшні вбивати живих коней.

Повернемося до нашого дослідження, проведеного методом психосемантичного диференціалу. У попередніх параграфах вже обговорювався фактор дружності, його виявленість або, навпаки, відсутність у студентів в залежності від того, які жанри комп'ютерних ігор вони обирають. В цьому параграфі ми повернемося до вихідних даних – прикметників, за якими оцінювали себе досліджувані у діагностичній методиці 3. Для виявлення ступеню розвитку в собі такої риси як дружелюбність, альтруїзм, студенти повинні були оцінити себе за трьома прикметниками, що стосуються особистісних рис: добрий, милосердний та чуйний.

Статистичний аналіз методом ANOVA показав, що розбіжності у відповідях між групами не дуже великі, існує достовірна різниця рівні значимості $\alpha \leq 0.05$ лише під час оцінюванні за прикметником «добрий» друга, та людини, яку зневажають, та за прикметником «милосердний» людини, яку зневажають.

У таблиці 2.14 показані середні значення оцінювання за допомогою цих прикметників різних Я-образів, наданих представниками груп студентів, в залежності від того, які жанри ігор вони обирають (наведені лише дані, за якими існують статистично достовірні відмінності).

Як видно з таблиці, найнижчі середні показники за всіма трьома оцінюваннями були отримані не від тих студентів, які обирають агресивні ігри, а від тих, хто обирає рольові ігри. Вони друга описують не дуже добрими, а в інших зневажають відсутність добра і милосердя (як уже зазначалося вище, образ друга великою мірою відповідає Я-реальному).

Таблиця 2.14.

Середні значення оцінювання прикметниками, що описують дружність

	Студенти, які обирають:				
	Агресивні ігри	Неагресивні ігри	Логічні ігри	Рольові ігри	Не люблять ігор
«Добрий», друг	6,6	7,08	6,27	4,58	6,45
«Добрий», людина, яку зневажають	2,32	3,6	2,52	1,41	3,05
«Милосердний», людина, яку зневажають	2,1	3,46	2,62	1,91	3,85

Примітка: вказані лише ті прикметники і ті Я-образи, для яких існують статистично достовірні відмінності між групами досліджуваних

Дослідження за фактором 3 (дружність) методом особистісного семантичного диференціалу показали аналогічні результати. Студенти, які обирають активні агресивні ігри, не відрізняються від студентів інших груп. А ось студенти, які обирають рольові ігри, описують себе (свого друга) менш добрими, у порівнянні з іншими групами.

Нагадаємо результати стосовно себе як доброї дружньої людини, які ми отримали із самоописів студентів, зроблених під час відповідей на відкрите питання «Опишіть себе». Студенти, які обирають агресивні комп'ютерні ігри, дуже низько оцінюють себе реального за фактором «дружність», значно нижче, ніж представники інших груп. В іграх вони описують себе навіть гірше – отримане високе значення за цим фактором, але за негативною його спрямованістю (жорстокістю, агресивністю). Інакше кажучи, ці досліджувані описують себе у грі

як злих, жорстоких, немилосердних. Також не можна сказати, що вони відчують у собі брак доброти, за описом себе ідеального значення фактора «дружність» відповідає середньому по вибірці.

Студенти, які обирають рольові ігри, за фактором «дружність» під час описування себе реального не відрізняються від інших досліджуваних. Проте під час описування себе ідеального надають собі за цим фактором більш високих оцінок. Зауважимо, що запитання було поставлене таким чином, що студенти скоріше не повністю себе оцінювали ідеального, а звертали увагу на ті риси характеру, які, на їх думку, треба розвивати.

Проведений нами аналіз показав таке:

1. Студенти, які обирають агресивні ігри під час виконання вільного самоопису описали себе, як не дуже добрих (у порівнянні із студентами з інших груп). Проте при прямому завданні оцінити в собі ті чи інші якості, їхні відповіді за фактором дружності не відрізнялися від відповідей студентів інших груп. Ми відчули реальне протиріччя. Зауважимо, що при прямому завданні досліджувані більш схильні відповідати так, як цього потребують соціальні норми, а при самоописі вони згадують ці риси характеру, які для них є найважливішими. Тобто студенти, які обирають агресивні ігри, визнають себе якщо не жорстокими, то принаймні недружніми. Проте вони прекрасно усвідомлюють, що такі риси характеру не є соціально сприятливими в реальному світі, тоді як в іграх такі студенти поведуться вкрай агресивно, жорстоко. Виходячи з вищесказаного, ми можемо зробити висновок, що, обираючи агресивні ігри, студенти намагаються радше зняти напруження від реальних стресів, або уявної жорстокості оточення, а не тренують свої агресивні прояви для подальшого перенесення у реальне життя.

2. Ті студенти, які обирають переважно рольові ігри, в описі себе ідеального безпосередньо спрямовані на розвиток у собі тих рис, які б характеризували їх як дружніх, альтруїстичних, милосердних людей. Тобто вибір ними комп'ютерних ігор, що потребують великою кількістю бойових дій, суперечить їх прагненню до самовдосконалення. Ймовірно вони обирають у такому випадку роль «позитивного героя, такого, який врятує весь світ», а добро, як відомо «має бути з кулаками».

Коригувальні дії, рекомендовані на основі отриманих результатів

Студентські роки – досить складний етап життя людини. Перед молодого особистістю постає ціла низка життєвих завдань – це і отримання професії та початок самостійного професійного життя, це й етап розширення і поглиблення соціальних контактів, час знаходження нових друзів на все життя, час першого кохання, а іноді й створення сім'ї. Від успішності розв'язання проблем, що виникають на цьому етапі розвитку особистості, великою мірою залежить і успішність усього її подальшого життя. Я- концепція є базою для усвідомленої чи неусвідомленої побудови поведінки молодого людини. Я-концепція значною мірою визначає соціальну адаптацію особистості, є регулятором її поведінки і діяльності. Наявність позитивної Я- концепції, позитивне самоствавлення є необхідною умовою успішного розвитку та соціальної адаптації. Негативна Я-концепція, знижене самоствавлення може привести до соціальної дезадаптації.

Позитивна Я-концепція – узагальнене уявлення про самого себе з переважанням позитивних установок настанов власної особистості⁶⁰. Р. Бернс вказує, що позитивна Я-концепція характеризується твердою переконаністю в тому, що особистість подобається іншим людям, упевненістю у здатності здійснювати певний вид діяльності і почуттям власної значущості⁶¹. Позитивна Я-концепція – це позитивне ставлення особи до самої себе, самоповага, прийняття себе, відчуття власної цінності і непересічності, віра в успіх, оптимізм. Негативна Я-концепція – негативне ставлення до себе, внутрішнє неприйняття себе, відчуття власної неповноцінності і меншовартості, песимізм⁶².

І так само, позитивне стійке самоствавлення як цілісний прояв Я-концепції лежить в основі віри людини у свої можливості, самостійність, енергійність, пов'язане з її готовністю до обґрунтованого ризику, зумовлює оптимізм щодо очікування успішності своїх дій. Люди з позитивним самоствавленням менш

⁶⁰ Chaika G.V. (2017). Approaches to computer players' self-concept Correction. Відновлено з: <https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/708617/1/%D0%A7%D0%B0%D0%B9%D0%BA%D0%B0-%20%D1%81%D1%821-2017-en.pdf>

⁶¹ Барська В.О. (2015). Психологічні умови розвитку позитивної «я-концепції» особистості студента. Вісник Донецького національного університету Серія Б. Гуманітарні науки. № 1-2. С. 16-21. Відновлено з: <https://jvestnik-b.donnu.edu.ua/article/view/2542>

⁶² Калошин В.Ф. Теорія та практика позитивного мислення. Педагогіка толерантності. 1999. № 2. С. 80-87.

поглинені своїми внутрішніми проблемами, набагато рідше страждають психосоматичними розладами. Одним із мотивів, що спонукає людину дотримуватися моральних норм, є її прагнення зберегти позитивне самоствавлення. Разом із цим, негативне самоствавлення є джерелом різних труднощів у спілкуванні, оскільки людина з таким ставленням до себе заздалегідь упевнена в тому, що оточуючі погано до неї ставляться. Проблема власної гідності, цінності майже повністю поглинає її увагу, у зв'язку з чим рівень активності людини надмірно підвищується або, навпаки, стає занадто пасивним, ускладнюючи вибір адекватного способу взаємодії, поведінка становиться ригідною. Негативне, конфліктне ставлення особистості до себе зумовлює соціально дезадаптовану поведінку: здійснення правопорушень, наркоманію, алкоголізм, агресивність, позитивно корелює з депресією⁶³.

В.Ф. Калошин робить висновок, що досягнення та використання Я-концепції відкриває простір для суттєвих змін якостей людини завдяки таким важливим умовам: 1) усі наші дії, почуття, вчинки завжди узгоджуються з Я-концепцією. Змінюючи Я-концепцію, ми змінюємо себе, своє життя; 2) уявлення про себе дійсно можна змінити⁶⁴.

Згідно із запропонованою Л. Фестінгер теорією когнітивного дисонансу, особистість не може змиритися з неузгодженими образами Я і змушена шукати спосіб усунення цього неприємного дисбалансу. Саме внутрішні суперечності Я-концепції досить часто є джерелом стресу, оскільки людині властива здатність реально і упереджено оцінювати ситуацію. Відчуваючи на собі тиск необхідності досягнення внутрішнього балансу, особистість готова вдатися до різних дій, які сприяли б відновленню втраченої рівноваги.

Як динамічна система Я-концепція, її узагальнена характеристика – самоствавлення, її елементи – Я-образи, змінюються протягом усього життя людини, проте юнацький вік є сенситивним у цьому плані. Я-концепція молоді

⁶³ Калошин В.Ф. Як сформувати позитивне мислення. Практична психологія та соціальна робота. 1998. № 2. С. 29-33.

⁶⁴ Калошин В.Ф. Як сформувати позитивне мислення. Практична психологія та соціальна робота. 1998. № 2. С. 29-33.

особистості, у порівнянні з більш зрілою людиною, більшою мірою зазнає впливу зовнішніх чинників, зокрема під впливи комп'ютерних ігор. Особливо це стосується геймерів, молоді, яка зловживає комп'ютерними іграми.

Як показало наше дослідження, у тих студентів, хто занадто захоплюється комп'ютерними іграми, значно підвищена активність у грі у порівнянні з діяльністю у реальності. Під час гри студенти, які зловживають комп'ютерними іграми, відчувають себе більш розумними та більш активними у порівнянні як із реальним життям, так і з гравцями, які не зловживають іграми. Такі результати показують, що особи, які зловживають комп'ютерними іграми, не можуть знайти в реальному житті занять, які були для них досить цікавими і досить активними, щоб втілити в них, у позитивному напрямку, свою енергію юності, природну цікавість та інтелектуальні здібності.

Додатково, у студентів, схильних до зловживання іграми, децю знижений самоконтроль під час описування себе реального, а значення самоконтролю є суттєво вищими в описах себе ідеального. Інакше кажучи, ми можемо стверджувати, що занадто захоплені комп'ютерними іграми досліджувані відчувають недостатність розвитку в собі рис самоконтролю (самосвідомості), і бажають їх розвинути. Як вже було зазначено, недостатність самоконтролю лежить в основі всіх залежностей. Тому викорінювання зловживання комп'ютерними іграми методами зовнішнього тиску, прямої заборони, не дасть позитивних результатів. Заборона на гру лише призведе до розвитку інших форм залежностей, наприклад, до алкогольної або наркотичної.

Самоконтроль – це сукупність властивостей саморегуляції, пов'язана з усвідомленням особистістю самої себе. Цей блок надбудовується над усіма іншими блоками і здійснює над ними контроль: посилення або послаблення діяльності, корекцію дій і вчинків, передбачення і планування діяльності тощо. Самоконтроль ґрунтується на волі – вищій психічній функції, що визначає здатність людини приймати усвідомлені рішення і втілювати їх у життя і тісно пов'язаний з поняттям психічної саморегуляції. Самоконтроль є найважливішим елементом у здатності людини досягати поставленої мети. Рівень самоконтролю визначається як

вродженими генетичними характеристиками, так і психологічними навичками людини. Розвиток навичок самоконтролю, саморегуляції дозволить уникнути появи ігрової залежності при тому, що сама гра буде надавати задоволення без шкоди.

Загалом студенти, які зловживають комп'ютерними іграми, меншою мірою намагаються підвищувати свій рівень інтелекту, бути більш активними і дружніми у реальному житті, краще контролювати себе, менше – переймаються питанням емоційної стабільності. Виходячи з вищесказаного, ми пропонуємо проводити корегувальну роботу з такими особами у двох напрямках: по-перше, це розвиток властивостей самоконтролю, навичок цілепокладання та управління часом; по-друге – пошук таких видів діяльності, які б могли забезпечити потребу молоді в активному житті, в саморозвитку, задоволенні когнітивних пошуків, створенні атмосфери дружби і любові у реальному, а не віртуальному світі.

Як було показано в експериментальному дослідженні, студенти, які обирають комп'ютерні ігри різних жанрів, мають відмінності як у самоствавленні, так і в різних Я-образах, в Я-концепції в цілому.

Вибір користувачем ігор неагресивних, але активних видів, або рольових ігор указує на високий рівень його самоствавлення. Навпаки, переважний вибір людиною логічних або стратегічних ігор може вказувати на занижене в неї самоствавлення. Студенти, які надають перевагу логічним іграм, таким, як стратегії, квести з логічними завданнями описують себе як особистостей з високою емоційною стабільністю. Проте, за іншими факторами ці досліджувані описують себе реальних не дуже високо, значний відсоток (більший ніж в середньому по вибірці) належить самоописам негативної спрямованості. Досліджувані, що обирають стратегічні, логічні ігри, особливо коли проводять за ними занадто багато часу, потребують психологічної корекції в напрямку підвищення самоствавлення, створення позитивної самооцінки.

Важливу роль у формуванні адекватного самоствавлення відіграє зіставлення змістів образу Я-реального з Я-ідеальним, тобто з образом того, якою особистість бажала б стати насправді. Отже, якщо особистість має досить подібні Я-реальне та

ідеальний Я-образ, це є передумовою для високої самооцінки, тому що Я-ідеальне відіграє роль своєрідного внутрішнього критерію відчуття власної гідності. Формування позитивного самоствавлення також великою мірою пов'язане з процесом інтеріоризації соціальних реакцій на особистість. Інакше кажучи, особистість оцінює себе переважно так, як її оцінює оточення. У результаті інтеріоризації очікувань і системи зовні заданих норм, особистість набуває здатності самозвітуватися перед своїм нормативним Я. Відповідно, у неї формується довершена, відносно самостійна самооцінка, яка містить чітке уявлення про «гідне» чи ідеальне Я. На формування самоствавлення особистості впливає процес ідентифікації, на основі якого оцінюється успішність власних дій через механізм самоототожнення⁶⁵.

Студенти, які обирають активні, агресивні ігри, дуже низько описують самі себе реального за фактором дружності, значно нижче, ніж представники інших груп. В іграх вони описують себе навіть гірше – отримане високе значення за фактору дружності, але за негативною його спрямованістю. Проте, виходячи з їх самоописів Я-ідеального, не можна сказати, що вони свідомо відчують у собі брак доброти і прагнуть стати більш дружелюбними. За самописами ці студенти відчують у собі брак самоконтролю і прагнуть його покращити. Це позитивне явище, але високий самоконтроль не може компенсувати брак чутливості, доброти, милосердя.

Виходячи з вищесказаного, ми можемо зробити висновок про те, що обираючи агресивні ігри, студенти намагаються скоріше зняти напруження від реальних стресів, або уявної жорстокості оточення. Вони не тренують, принаймні свідомо, свої агресивні прояви для подальшого перенесення у реальне життя. Проте, ми не можемо вважати за виняток, що тривала стимуляція агресивної поведінки не призведе до її проявів у реальному житті, наприклад, на основі механізму автоматизованої, стереотипної дії. Отримані нами результати не є останньою крапкою у дискусії про перенесення агресивної моделі поведінки із віртуального світу до реального. Можна лише наголосити, що люди, які переважно

⁶⁵ Гуменюк О.С. Психологія Я-концепції: монографія Тернопіль: Економічна думка, 2002. 186 с.

обирають агресивні ігри, перебувають у групі ризику. Психологічна корекція для них має ґрунтуватися на вправах, що спрямовані на розвиток контролю власних агресивних поведінкових реакцій. Додатково, психологічна робота із занадто агресивними гравцями може зосередитися на витоках агресивної поведінки у реальному житті і на зниженні, корекції таких реальних впливів та їх наслідків на особистість.

Наше емпіричне дослідження показало, що *студенти, які обирають рольові комп'ютерні ігри, відчують себе у реальному світі не досить затишно, і їх психологічне благополуччя викликає особливе занепокоєння*. Вони не бачать у повсякденному житті шляхів, на яких можна використати свою активність, енергію молодості. Вони також досить низько описують себе в термінах самоконтролю і дружелюбності. Навіть рівнем своєї інтелігентності, культурності (за умов, що всі досліджувані були студентами, тобто найбільш культурним прошарком суспільства) вони не задоволені. Дотримання соціально схвальних норм ними є формальним, а не таким, що виходить із внутрішніх переконань. Таким чином, надмірне захоплення рольовими іграми є сигналом про наявність в особистості певних психологічних проблем. У такому випадку шлях до віртуального світу є втечею від світу реального, від розв'язання його проблем, є спробою забутись, поринути у світ чудових мрій або чарівних казок.

Коригувальна робота з молодими людьми, які занадто захоплюються рольовими комп'ютерними іграми, повинна зосередитись, перш за все, на пошуку першопричин погіршення їх Я-концепції з подальшим її виправленням, створення позитивного самоствавлення і позитивних Я-образів. Найбільш позитивною виявилась Я-концепція студентів, які обирають неагресивні активні ігри. Вони мають гармонічне, позитивне самоствавлення, сприймають себе як дружелюбних, відкритих до оточення і нових знань, активних і енергійних. Крім того, загалом вони не дуже багато грають у комп'ютерні ігри. Ця група є найбільш соціально адаптованою і не потребує психологічної корекції.

Висновки до другого розділу

1. Нами показано, що переважний вибір гравцями того чи іншого жанру комп'ютерних ігор може слугувати індикатором рівня їх самоствавлення. Так вибір користувачем ігор не агресивних, але активних видів, або рольових ігор указує на високий рівень його самоствавлення. Навпаки, переважний вибір людиною логічних або стратегічних ігор може вказувати на занижене в неї самоствавлення, що може потребувати проведення корекційних дій для підвищення самооцінки такого гравця.

2. Любов до будь-яких комп'ютерних ігор, і навіть зловживання ними, не обов'язково впливає на Я-концепцію особистості. Студенти сприймають себе у грі як активних суб'єктів. Комп'ютерні ігри дають змогу їм виплеснути надмірну активність, скинути зайву енергію, що переповнює сучасну молодь. У цілому студенти досить чітко розрізняють реальний та віртуальний світи. У грі вони можуть обирати характери, які поведуться не найкращим чином, скоюють антисоціальні, жорстокі вчинки. Проте гравці не ототожнюють себе у грі та себе реального або ідеального, комп'ютерні персонажі не є взірцем для реального життя. Однак слід зауважити, що гравці, які зловживають комп'ютерними іграми, відчують знижений рівень самоконтролю. Недостатність розвитку навичок самоконтролю основою для появи залежностей будь-якого типу, у тому числі комп'ютерної залежності.

3. Переважний вибір студентом комп'ютерних ігор того або іншого жанру може стати основою для оцінювання певних особливостей Я-концепції особистості.

4. З'ясовано, що стосовно залежності самооцінки та частоти гри: чим більше студент грає, тим нижчою є його самооцінка. Це може свідчити про залежність від гри як компенсацію за низьку самооцінку. Самооцінка та мотивація до гри: Ті, хто грає з мотивацією досягнень (високі бали за мотивацією), мають вищу самооцінку. Жанри ігор: RPG і ММО частіше вибирають респонденти з низькою самооцінкою, тоді як FPS – із середньою та високою.

Студенти, які обирають агресивні ігри, характеризують себе як недружніх, жорстоких людей як в житті, так і в грі, але, на жаль вони не вважають це вадою характеру. Значно більше вони піклуються про розвиток у собі самоконтролю, самосвідомості, що не є достатнім для компенсації недостатньої доброти й дружності. Вони прекрасно усвідомлюють, що такі риси характеру не є соціально сприятливими, однак в іграх такі студенти поведуться вкрай агресивно, жорстоко. Виходячи з вище сказаного ми можемо зробити висновок, що, обираючи агресивні ігри, студенти намагаються зняти напруження від реальних стресів, або уявної жорстокості оточення, а не тренувати свої агресивні прояви для подальшого перенесення у реальне життя. Проте, не виняток, що постійна активація агресивних реакцій може проявитися не лише у грі, а і реальному світі за механізмом тренування.

Студенти, які обирають активні неагресивні ігри відчують себе у реальному житті активними, енергійними, відкритими до оточення і всього нового. Вони відчують себе дружелюбними з оточенням, здатні контролювати себе і своє життя. Саме ця група студентів є найбільш соціально адаптованою, єдиною їх вадою можна назвати брак уваги до власної емоційної стабільності.

Студенти, які обирають логічні ігри, навпаки описують себе як емоційно стабільних. Також вони відрізняються дуже високим рівнем самоконтролю як в реальному житті, так і в грі. Проте, за іншими показниками вони більш схильні описувати себе негативно і відрізняються зниженим рівнем самоствалення.

Найбільше занепокоєння викликають ті студенти, які виявляються прихильниками рольових комп'ютерних ігор. Вони не відчують себе достатньо активними у житті й вимушені виплескувати свою енергію в іграх. Вони не задоволені рівнем свого інтелектуального та культурного розвитку. Ці студенти досить низько оцінюють свій рівень самоконтролю, не відчують у собі потягу до дружніх стосунків із оточенням. Надмірне захоплення рольовими іграми є сигналом про наявність в особистості гравця певних психологічних проблем, у такому випадку гра стає втечею від труднощів реального світу.

ВИСНОВКИ

Проведено теоретичне обґрунтування та результати емпіричного дослідження зв'язку між ігровими перевагами гравців та особливостями їх Я-концепції. Проведений теоретичний аналіз й узагальнення результатів емпіричного дослідження підтвердили висунуту нами гіпотезу, що дозволило сформулювати такі висновки:

1. Установлено, що Я-концепція є відкритою, відносно стійкою, проте динамічною складною системою. Я-концепція виникає, розвивається, змінюється в людини у процесі соціальної взаємодії, є результатом її культурного розвитку в соціокультурному оточенні. Це психічне утворення може зазнавати коливань і змін під впливом як внутрішніх, так і зовнішніх чинників. Я-концепція як цілісне системне утворення, що складається з уявлень особистості про власні характеристики і здібності, про власні цінності та ідеї, про можливість і особливості взаємодії з іншими людьми і оточенням, і ці уявлення можуть мати позитивну або негативну спрямованість.

2. Обґрунтовано, що самоствавлення уможливорює розуміння Я-концепції особистості холістично. Я-образи дають змогу розкрити Я-концепцію як уявлення особистості про себе на поточний момент (Я-реальне), описують ймовірну динаміку особистісних змін на основі уявлень про себе ідеального (Я-ідеальне), а також розкривають певні поведінкові аспекти Я-концепції під час практичної взаємодії, наприклад, із комп'ютерними іграми («Я»- у грі).

3. Доведено, що хоч час, проведений у грі, є важливим критерієм виявлення осіб, які зловживають комп'ютерними технологіями, проте саме улюблений жанр гри користувача має потужну діагностичну цінність для виявлення особливостей Я-концепції.

Показано, що вибір користувачем ігор неагресивних, але активних видів, або рольових ігор вказує на високий рівень його самоствавлення. І навпаки, переважний вибір людиною логічних або стратегічних ігор може вказувати на занижені

показники її самоствавлення, що потребує проведення корекційних дій для підвищення самооцінки такого гравця.

З'ясовано, що стосовно залежності самооцінки та частоти гри: чим більше студент грає, тим нижчою є його самооцінка. Це може свідчити про залежність від гри як компенсацію за низьку самооцінку. Самооцінка та мотивація до гри: Ті, хто грає з мотивацією досягнень (високі бали за мотивацією), мають вищу самооцінку. Жанри ігор: RPG і ММО частіше вибирають респонденти з низькою самооцінкою, тоді як FPS – із середньою та високою.

Виявлено, що студенти, які обирають агресивні ігри, характеризують себе, як недружніх, жорстоких людей як в житті, так і в грі, проте, вони не вважають це вадю; значно більше вони піклуються про розвиток самоконтролю. З іншого боку, вони усвідомлюють, що такі агресивні риси особистості не є соціально схвальними. Таким чином, у грі такі студенти намагаються зняти напругу від стресу, а не тренують, принаймні свідомо, свої агресивні прояви.

Гравці, які обирають активні неагресивні ігри, відчують себе в реальному житті активними, енергійними, відкритими до оточення і всього нового. Вони відчують дружність оточення, здатність контролювати себе і своє життя. З'ясовано, що саме ця група студентів є найбільш соціально адаптованою. Студенти, які обирають логічні ігри, навпаки, описують себе як емоційно стабільних, мають дуже високий рівень самоконтролю, проте лише у грі; у реальному житті вони більш схильні описувати себе негативно і відрізняються зниженим рівнем самоствавлення.

4. З'ясовано, що світ комп'ютерних ігор надає користувачеві великий позитивний імпульс. Комп'ютерні ігри дають змогу молоді виплеснути надмірну активність, скинути енергію, зберегти і підвищити самооцінку, отримати позитивний імпульс розвитку власної Я-концепції, оскільки гравці сприймають себе у грі як активних суб'єктів.

У цілому студенти досить чітко розрізняють реальний та віртуальний світи. Разом з тим, варто зауважити, що занадто захоплені комп'ютерними іграми студенти часто звертають увагу на проблему самоконтролю; знижений

самоконтроль і є особливістю цієї групи студентів. Студенти, які зловживають іграми, в своїх уявленнях про майбутнє меншою мірою намагаються підвищувати свій інтелектуальний рівень, менше прагнуть до активності й дружніх стосунків.

Негативний вплив комп'ютерних ігор найбільше стосується прихильників рольових комп'ютерних ігор. Вони не відчують себе достатньо активними у житті й вимушені виплескувати свою енергію у іграх, не задоволені рівнем свого інтелектуального розвитку. Ці студенти досить низько оцінюють свій рівень самоконтролю, не відчують у собі потягу до дружніх стосунків із оточенням. Надмірне захоплення рольовими іграми може призводити до порушень у формуванні позитивної Я-концепції. У цьому випадку гра стає втечею від проблем реального світу.

Перспективи подальших досліджень полягають у створенні коригувальних дій, що будуть спрямовані на формування позитивної Я-концепції.

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Агресія. Вікіпедія. Відновлено з: <https://uk.wikipedia.org/wiki/Агресія>
2. Барська, В.О. (2015). Психологічні умови розвитку позитивної «я-концепції» особистості студента. Вісник Донецького національного університету Серія Б. Гуманітарні науки. № 1-2. С. 16-21. Відновлено з: <https://jvestnik-b.donnu.edu.ua/article/view/2542>
3. Богач, (2012). О.В. Кіберпростір і перспектива соціалізації особистості старшокласників. Психологічні перспективи. Спеціальний випуск: Проблеми кіберагресії. Київ: Інститут соціальної та політичної психології НАПН України. Т. 1. С. 158-167.
4. Боришевський, М.Й. (1974). Взаємини в учнівському колективі: формування особистості. К. : Т-во Знання УСРС. 47 с.
5. Васильченко, О.М. (2003). Етносоціальні уявлення в структурі Я- концепції університетської молоді: автореф.. дис. ... канд.: психол.н: 19.00.05. К. 19 с.
6. Волошук, І.А. (2018). Дослідження впливу комп'ютерних ігор на дітей. Педагогічне Криворіжжя: педагогічний альманах : зб. наук.-метод. праць. Кривий Ріг. Вип. 4. С. 13-15
7. Гудимов В.В. Психологія киберигр. Відновлено з: <https://banderus2.narod.ru/87988.html>
8. Гуменюк, О.Є. (2002). Психологія Я-концепції: монографія Тернопіль: Економічна думка. 186 с.
9. Дистанційне навчання: психологічні засади: монографія / М.Л. Смульсон, Ю.І. Машбиць, М.І. Жалдак та ін.; за ред. М.Л. Смульсон. Кіровоград : Імекс-ЛТД, 2012. 240 с.
10. Дмитрова, Т.В. (1993). Образ – Я як регулятор міжособистісних стосунків у ранній юності: дис ... канд. психол. наук: 19.00.07. К. 187 с.
11. Еколого-психологічні чинники якості життя в умовах розвитку сучасного суспільства : колективна монографія. За наук. ред. Ю.М. Швалба. Кіровоград : «Імекс-ЛТД», 2013. 208 с.

12. Забродський, М.М. (2005). Основи вікової психології: навч. посібник.. Тернопіль. С.91-106.
13. Інтелектуальний розвиток дорослих у віртуальному освітньому просторі: монографія / М.Л. Смульсон, Ю.М. Лотоцька, М.М. Назар, П.П. Дітюк, І.Г. Коваленко-Кобилянська [та ін.] ; за ред. М.Л. Смульсон. К.: Педагогічна думка, 2015. 221 с
14. Калошин, В.Ф. (1999). Теорія та практика позитивного мислення. Педагогіка толерантності. № 2. С. 80-87.
15. Калошин, В.Ф. (1998). Як сформуванати позитивне мислення. Практична психологія та соціальна робота. № 2. С. 29-33.
16. Кириленко, Н.М. (2007). Комп'ютерна дидактична гра як компонент освітнього простору. Збірник наукових праць. Педагогічні науки. Випуск XXXXVI. Херсон. С. 395-398.
17. Кочубейник, О.М. (2003). Трансформація уявлень про «Я»-концепцію у крос-культурних психологічних дослідженнях: автореф. дис. ... канд. психол. н: 19.00.01. К. : Ін-т психології ім. Г.С.Костюка АПН України. 16 с.
18. Лещенко, Л.О. (2007). Комп'ютерна залежність у дітей: виникнення та запобігання. Психолог. К. : Вид. дім «Шкільний світ», № 18/19 С. 45-52
19. Лисенко, Л.М. (2019). Взаємозв'язок агресивності та соціально-психологічної адаптації у підлітків. Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія Психологічні науки. Вип. 3. С. 73-79. Відновлено з: <https://pj.journal.kspu.edu/index.php/pj/article/view/462/430>
20. Максименко, С.Д. (2015). Генетико-моделюючий метод дослідження особистості. Особистість у розвитку: психологічна теорія і практика : монографія. Суми : Вид-во СумДПУ імені А.С.Макаренка. 430 с
21. Максименко, С.Д. (1998). Основи генетичної психології. К.: НПЦ Перспектива. С. 99-122.
22. Матвеев, Ю.И. (1990). Социальная ориентация личности. Ростов-на-Дону. 210 с.

23. Меднікова, Г.І. (2002). Самооцінка та рівень домагань особистості як динамічна система: дис. ... канд. психол. наук.: 19.00.01. Харківський державний педагогічний університет ім. Г.С. Сковороди. Х. 194 с.

24. Моляко, В.О. (2015). Генетичні індикатори конструювання образів світу в сучасному інформаційному просторі. Психологічні закономірності творчого сприймання інформаційних індикаторів реальності : монографія. К.: Педагогічна думка. 145 с. С. 10-40.

25. Пасічник, І.Д. Інформатизація та психічний розвиток. Відновлено з: http://eprints.oa.edu.ua/1267/1/Pasichnyk_030412.pdf

26. Пензев, А. Е. (1). Влияние жестоких компьютерных игр на человека. The Journal of V. N. Karazin Kharkiv National University. Series "Theory of Culture and Philosophy of Science", 1(1029). Retrieved from <https://periodicals.karazin.ua/thcphs/article/view/1953>

27. Петровский, А.В. (1998). Основы теоретической психологии. М.: ИНФРА-М. 528 с.

28. Подоляк, Л.Г. (2006). Загальна психологічна характеристика студентського віку. Психологія вищої школи: Навчальний посібник для магістрантів і аспірантів К.: ТОВ Філ-студія. 320 с.

29. Селецкая, Т.В. (2009). Молодіжна субкультура: вплив на формування особистості. Практична психологія та соціальна робота. № 12. С. 60-65.

30. Сердюк, Л.З. (2012). Особистісно-сміслові характеристики мотивації навчання студентів вищих навчальних закладів. Вісник післядипломної освіти: Зб. наук. Праць. Ун-т менедж. освіти НАПН України. Вип. 6(19) К.:«АТОПОЛ», 2012. С. 382-391

31. Столин, В. В., Пантелеев, С.Р. Тест-опросник самоотношения. Відновлено з: <https://psylist.net/praktikum/00111.htm>

32. Столин, В.В. (2003). Психология самосознания. Хрестоматия. Самара: Издательский Дом «БАХАР. М». 672 с.

33. Федоренко, С.В. (2010). Емоційно-мотиваційні чинники виникнення комп'ютерної залежності у студентської молоді. Актуальні проблеми психології:

зб. наукових праць. Т.8. Психологічна теорія і технологія навчання. Вип. 7. С. 235-248

34. Чекстере, О.Ю. (2010). Захоплення комп'ютерними іграми як фактор впливу на процес децентрації у дітей. Актуальні проблеми психології: зб. наукових праць. Психологічна теорія і технологія навчання. Т. 8. Вип. 7. С. 268-279

35. Чепелева, Н.В. (2010) Методологические основы исследования личности в контексте постнеклассической психологии Актуальні проблеми психології. Психологічна герменевтика, 6 (Том II). pp. 15-24. ISSN ISSN 2072-4772

36. Шайгородський, Ю. (2014). Агресіяю Політологія: навч. енциклопед. словн.-довідн. для студ. ВНЗ. Львів: «Новий Світ–2000», 2014. С. 15-16.

37. Шмелев, А.Г. Психодиагностика личностных черт. СПб.: Речь, 2002. 480 с.

38. Юнг, К.Г. (2012). Архетипи і колективне несвідоме. Львів: Астролябія. 588 с.

39. Bronfenbrenner, U. (1979). The ecology of human development / Bronfenbrenner U. Cambridge, MA: Harvard University Press. 330 p.

40. Chaika, G.V. (2017). Approaches to computer players' self-concept Correction. Відновлено 3:
<https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/708617/1/%D0%A7%D0%B0%D0%B9%D0%BA%D0%B0-%20%D1%81%D1%821-2017-en.pdf>

41. De Raad, B. (2010). Only three factors of personality description are fully replicable across languages: A comparison of 14 trait taxonomies. Journal of Personality and Social Psychology. № 98. pp.160-173.

42. Dieter, J. (2015). Avatar's neurobiological traces in the self-concept of massively multiplayer online role-playing game (MMORPG) addicts. Behavioral Neuroscience. Feb. Vol 129(1). pp. 8-17

43. Ferguson, Ch. (2015). Does Movie or Video Game Violence Predict Societal Violence? It Depends on What You Look at and When. Journal of Communication. February. 65 (1) pp. 193-212. doi:10.1111/jcom.12142

44. Goldberg, L.R. (1981). Language and individual differences: The search for universals in personality lexicons. *Review of personality and social psychology*. Vol. 2 pp. 141-165.

45. Horney, K. (1994). *The Neurotic Personality of Our Time*. W.W. Norton & Company; Revised ed. Edition. 304 p.

46. Lee, Ch. (2012). Effects of college students' video-gaming behavior on self-concept clarity and flow. *Social Behavior and Personality*. Vol 40. №4 pp. 673-679.

47. Markus, H. (1986). Possible selves. *American Psychologist* № 41(9) pp. 954-969.

48. Pervin Lawrence A. (1994). *Personality: Theory and Research*. John Wiley & Sons; 5th edition. 624 p.

49. Rosenberg, M. (1979). *Conceiving the self*. New York. 350 p.

50. Schmidtke, O. (1998). *Berlin in the Net: Prospects for Cyberdemocracy From Above and From Below*. *Cyberdemocracy: Technology, Cities and Civic Networks*. L.: Routledge. P. 81.

51. Shweder, R.A. (1984). Preview: A colloquy of culture theorist. *Culture theory: Essay of Mind, Self and Emotion*. N.-Y.: Cambridge University Press. pp. 1-24.

52. Sullivan Harry Stack. (1968). *The Interpersonal Theory of Psychiatry*. W. W. Norton & Company; First Printing, Reissue edition. 412 p.

53. Tupes, E.C. (1961). Recurrent personality factors based on trait ratings. Lackland, TX: U.S. Air Force Aeronautical Systems Division. Tech. Rep. № s. 61-67.