

main components of the logical structure of determining the effectiveness of the GPA during the study of a foreign language have been singled out: aim and basic tasks; functions (motivational, diagnostic, control-evaluative, prognostic); subjects (student, project group, instructor and external expert); objects of analysis (product and process of GPA, results of GPA, group cooperation); stages of determining the effectiveness of GPA (preparation, design, basic, presentation, reflection); criteria of analysis of group project effectiveness (quality of product and process of GPA, quality of group cooperation, dynamic of subject-professional, personal and metasubject results); methods and means of evaluation's effectiveness; levels of GPA's effectiveness.

Keywords: *effectiveness of group project activity; professional competence, key competencies, GPA effectiveness.*

УДК 159.922

ПЕРЕПЕЛИЦЯ А.В.

кандидат психологічних наук, викладач кафедри психології і педагогіки Національного університету фізичного виховання та спорту України, м. Київ.

ПРОБЛЕМА КОМП'ЮТЕРНИХ ІГОР, ЯК АЛЬТЕРНАТИВА РЕАЛЬНОСТІ

Перепелиця А.В. Проблема комп'ютерних ігор, як альтернатива реальності. Статтю присвячено проблемі комп'ютерної ігрової діяльності. Розглянуто психологічні підходи зарубіжних та вітчизняних досліджень з позитивного та негативного впливу комп'ютерних ігор на психіку людини. Проаналізовано види комп'ютерних ігор та психологічні фактори, які можуть сприяти формуванню до них залежності. Виділено і теоретично обґрунтовано психологічні особливості молодшого підліткового віку, як потенційно небезпечної вікової групи щодо кіберадикції.

Ключові слова: *психологія, комп'ютерна гра, залежність, кіберадикція, особистісні якості, психологічні фактори, мотив.*

Постановка проблеми. Нині з комп'ютерними технологіями пов'язані практично всі сфери життя людини – і пізнавальна, і трудова, і комунікативна, і творча, і рекреаційна. Ще з початку вісімдесятих років двадцятого століття в індустрії розваг комп'ютерні технології посіли значне місце, а саме комп'ютерні ігри (КІ), які залучають користувачів яскравими реалістичними сюжетами, графікою, звуковим супроводом і дуже впливають на світогляд сучасних молодих людей. При взаємодії з комп'ютером ігрова дія відбувається в специфічному середовищі віртуальної реальності, яка особливо приваблива для молоді. Вже нікого не дивують учні, які дні і ночі проводять перед екраном комп'ютера. За статистикою, від 60 до 90% школярів регулярно грають в комп'ютерні ігри, спілкування з яким для

багатьох з них замінює традиційне дозвілля, ігри з однолітками, стосунки з батьками. В результаті чого відбуваються перетворення мотиваційно-особистісної сфери та особистості в цілому, а не тільки окремих психічних процесів.

Шкільні вчителі, а також батьки, повідомляють про негативні наслідки ігрової комп'ютерної залежності (головні болі, сколіоз, дратівливість і соціальна дезадаптація). Відомі численні випадки протиправних і навіть трагічних дій, скоєних фанатами комп'ютерних ігор.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Проблематика розвитку і ускладнення будови вищих психічних функцій в результаті освоєння і застосування людиною комп'ютерів – та інформаційно-комунікаційних технологій в цілому – була актуалізована вітчизняними і зарубіжними дослідниками. Емпіричному і експериментальному дослідженню особливостей цього процесу присвячено низку теоретичних і експериментальних праць (Б.М. Величковський, М. Коул, О.К. Тихомиров, О.К. Ярошевский). В середині 1970-х років з'явилася концепція перетворення, опосередкованої застосуванням комп'ютерної діяльності [20]. Згідно з якою проведено численні дослідження особистісної, емоційної і мотиваційної регуляції діяльності, процесів прийняття рішень, специфіки здійснення трудової, пізнавальної, ігрової, комунікативної діяльності в умовах опосередкування їх комп'ютерами [21; 9].

Такі дослідження можна віднести до напрямку роботи, пов'язаної із вивченням особливостей перетворення психічних процесів і функцій під впливом комп'ютерів (в тому числі взаємопов'язаних з комп'ютерними мережами). Було справедливо відмічено, що в умовах інформатизації структура вищих психічних функцій розвивається і збагачується, зокрема, за рахунок необхідності не тільки працювати зі знаковими системами, а й навчатися технологіям їх застосування [21; 22].

Сучасний етап пов'язаних з «психологією інтернету» досліджень можна позначити як вивчення психологічних аспектів перетворення культури в цілому: саме в такому розрізі ставиться – і в теоретичному, і в емпіричному плані – завдання в даний час (Ю.Д. Бабаєва, О.Є. Войскунский, В.П. Зінченко, Є.Б. Моргунов [8]).

Натепер існує значна кількість робіт з психологічних концепцій ігрової комп'ютерної діяльності (Г.М. Авілов, Ю.Д. Бабаєва, С.А. Варашкевич, Р. Вуд, Ю.М. Євстигнеєва, М.С. Іванова, О.О. Репринцева, О.О. Смірнова, В.С. Собкін, Л.І. Шакірова, О.Г. Шмельов, К. Янг та ін.), в яких описано дослідження психологічних аспектів ігрової комп'ютерної активності. Широко обговорюється негативний вплив, як проблема комп'ютерної ігрової залежності. Дослідники пов'язують її появу із індивідуально-психологічними та соціальними умовами (характеристиками емоційно-вольової, мотиваційної сфери, їх соціальним середовищем); віковими особливостями (Ю.Д. Бабаєва, О.Є. Войскунский, Ю.М. Євстигнеєва, Є.О. Смирнова, В.С. Собкін, Л.І. Шакірова, О.Г. Шмельов та ін.), аспектами девіантності (Ю.А. Антонян, В.Л. Васильєв, Я.І. Гилинский, Е. Дюркгейм, О.Ю. Егоров, Є.В. Змановская, С.Є.

Ігумнов, Є.П. Ільїн, Ю.О. Клейберг, С.О. Кулаков, А.Є. Личко, В.Д. Менделевич, П.Ф. Пирожков, А.О. Реан, Н.П. Фетіскін і ін.); поставлене питання проблеми ігор агресивного характеру, їх впливу на психічний стан (В.І. Медведєв, В.П. Казначєєв, Ю.Д. Бабаєва, О.Є. Войскунский); зроблено спроби визначити шляхи подолання комп'ютерної залежності (Ю.Д. Бабаєва, С.К. Риженко, О.Є. Войскунский, Ю.М. Євстигнева, О.О. Смірнова, Б.С. Сокін, Л.І. Шакірова, О.Г. Шмельов та ін.). Втім із кожним роком комп'ютерне середовище розширюється, його вплив на формування людської особистості стає впливовішим, що потребує аналізу сучасної ситуації.

Мета статті – теоретичний аналіз наукової літератури з проблеми залежності від ігрової комп'ютерної діяльності. Завдання статті включають в себе виявлення групи комп'ютерних ігор здатних викликати виражену психологічну залежність та виділення категорії людей з підвищеною схильністю до даної залежності.

Виклад основного матеріалу і результатів дослідження. Кіберадикція (термін запропонований доктором А. Голдбергом для опису непереборної потреби перебування в мережі інтернет, інтернет-залежність) поділяється залежно від виду комп'ютерних ігор. На сьогоднішній день існує єдина класифікація ігор, яка розроблена психологом О.Г. Шмельовим [10]. Однак, із-за відсутності новітніх видів ігор, це скоріше жанрова, ніж психологічна класифікація.

Всі комп'ютерні ігри можна умовно розділити на рольові і нерольові. Цей поділ має принципове значення, оскільки природа та механізм формування психологічної залежності від рольових ігор мають суттєві відмінності від механізмів утворення залежності від нерольових комп'ютерних ігор, які зумовлені прагненням реалізувати мету – азарт, бажання пройти гру і набрати потрібну кількість балів [1].

В аспекті впливу комп'ютерних ігор на психіку людини особливого значення набувають саме рольові ігри. Виділення рольових з усього різноманіття ігор пов'язане із наявністю в них процесу «входження» людини в гру, певна інтеграція гравця з комп'ютером, а в клінічних випадках – процес втрати індивідуальності і ототожнення себе з комп'ютерним персонажем. Рольові комп'ютерні ігри зумовлюють якісно новий рівень психологічної залежності від комп'ютера, ніж нерольові або будь-які інші види неігрової комп'ютерної діяльності, це пов'язано із найпотужнішим рівнем впливу на особистість гравця, а також мотивацією ігрової діяльності, що базується на потребах прийняття ролі і відходу від реальності [2]. Виходячи з цього, можна припустити існування значної небезпеки згубного впливу рольових ігор у разі зловживання ними.

Виділяються три підтипи рольових комп'ютерних ігор, переважно за характером свого впливу на гравця, силі «затягування» в гру, і ступеню «глибини» психологічної залежності (ігри за принципом "очима" комп'ютерного персонажа, ігри, що передбачають спостереження за своїм героєм і керуючі ігри) [6].

Ігри за принципом "очима" комп'ютерного персонажа (гра від 1-ї особи). Цей тип ігор характеризується найбільшою силою "затягування" або "входження" в гру. Специфіка гри полягає в провокації гравця до повної ідентифікації з комп'ютерним персонажем, до повного входження в роль [6]. Через кілька хвилин гри (час варіюється в залежності від індивідуальних психологічних особливостей та ігрового досвіду гравця) людина починає втрачати зв'язок з реальним життям, повністю концентруючи увагу на грі, переносячи себе у віртуальний світ. Гравець може цілком серйозно сприймати віртуальний світ і дії свого героя вважає своїми. У людини з'являється мотиваційна включеність у сюжет гри.

Ігри, що передбачають спостереження за своїм героєм. Дані ігри поділяються на гру «від 3-го особи» (гравець знаходиться за спиною героя) і на ізометричні ігри - даний вид частіше представлений в стратегіях, але також зустрічається в рольових (гравець дивиться зверху на свого героя і може змінювати положення камер). Цей тип ігор характеризується меншою в порівнянні з попереднім силою входження в роль. Гравець ніби бачить себе зі сторони, керуючи діями цього героя [23]. Ототожнення себе з комп'ютерним персонажем носить менш виражений характер, в результаті чого мотиваційна включеність й емоційні прояви також менш виражені порівняно з раніше описаним типом рольових ігор. Якщо у останньому випадку людина у критичні секунди життя свого героя може бліднути і соватися на стільці, намагаючись ухилитися від ударів або пострілів комп'ютерних «ворогів», то в разі спостереження за своїм героєм, зовнішні прояви більш помірні, проте невдачі чи загибель «себе» у вигляді комп'ютерного героя переживається гравцем досить сильно.

Керуючі ігри полягають у можливості гравця керувати діяльністю підлеглих йому комп'ютерних персонажів. В цьому випадку гравець може виступати в ролі керівника різної специфікації: командир загону спецназу, головнокомандувач арміями, глава держави, навіть «бог». При цьому людина не бачить на екрані свого комп'ютерного героя, а сама придумує собі роль. Це єдиний клас рольових ігор, де роль не задається конкретно, а уявляється гравцем [24]. Внаслідок цього «глибина занурення» в гру, і свою роль, буде істотною тільки в людей з гарною уявою. Однак мотиваційна включеність в ігровий процес і механізм формування психологічної залежності від гри не менш сильні, ніж у випадку з іншими рольовими іграми.

У дослідженнях М.С. Іванова встановлено, що залежність від комп'ютерних ігор має чотири стадії розвитку.

1. Стадія легкої захопленості. Людині подобається можливість спробувати те, що в реальному житті їй недоступно (постріляти з автомата, взяти участь у перегонах), комп'ютерна графіка. На цій стадії залежність ще не сформована.

2. Стадія захопленості. Виникає потреба в грі як в віддушину від реального світу. Гра набуває систематичного характеру.

3. Стадія залежності. На цій стадії відбувається зсув потреб, гра виходить на передній план. У самооцінці, самосвідомості та психо-емоційному стані відбуваються зміни.

4. Стадія прихильності. Відбувається згасання ігрової активності. Адикт намагається дистанціюватися, однак не може повністю відірватися від комп'ютера. Люди, залежні від гри, безперервно відчують потяг до повернення в віртуальний світ, однак не в змозі задовольнити його. Внаслідок цього, у них виникає стан фрустрації. Позитивні емоції, які адикт відчуває при використанні комп'ютера, зникають, як тільки він виходить в реальний світ. Однією з основних причин ігрової комп'ютерної залежності може бути неадаптованість індивіда в соціумі. Складнощі у встановленні контактів з оточуючими, проблеми в навчанні і на роботі, все це робить неігрову реальність в очах адикта нудною і марною. Він прагне повернутися в віртуальний світ, де він відчуває себе значущим і може сам встановлювати правила [7]. В силу того, що ігрова комп'ютерна залежність посилює дезадаптацію, а повсякденне життя людини залишається колишнім, може сформуватися «замкнуте коло», з якого буде складно вибратися без допомоги фахівців. Особливостями особистості кіберадикта нерідко є проблеми вольового самоконтролю, низька самооцінка, слабка толерантність до фрустрації, ригідність, інфантилізм [12].

Схильність до кіберадикції. Як наголошується в роботах С.К. Риженко [18], М. Гріффіт, Ю.М. Євстигнеєвої [5], Ю.В. Фомічевої [23], Л.І. Шакірової, існує особистісна схильність до захопленості комп'ютерними іграми, а зі збільшенням ігрового досвіду зв'язок між особистісними особливостями і ігровою комп'ютерною активністю посилюється.

Мотиви занурення у комп'ютерну реальність не можна визначати однозначно. Висуваються гіпотези, що захопленість комп'ютерними іграми може для особистості виступати як спосіб втечі від реальності, так і можливістю реалізувати в грі потреби, задоволення яких проблематично в реальному житті, а також способом реалізації пошукової активності, пізнавальних мотивів. Втім залишається слабо вивченим, які саме особистісні особливості актуалізують ті чи інші мотиви і варіанти ігрової активності [16].

Достовірно виявлено, що залежність від комп'ютерних ігор формується у схильного до адикцій індивіда. Факторами, які забезпечують цю схильність, є індивідуально-особистісні (зумовлені психологічними особливостями віку) та соціально-психологічні (зумовлені соціальними та психологічними умовами життя) [12].

У науковій літературі представлено потенційно негативні трансформації особистості під впливом інформаційно-комунікаційних технологій: крайні форми захоплення комп'ютерними іграми (іноді іменовані «ігрова наркоманія»), комп'ютерне хакерство як результат виходить за межі необхідності захоплення пізнанням в сфері високих технологій, своєрідна «залежність» від інтернету, аутизація (замкнутість, неувага до інших людей, відсутність інтересу до них, нерозуміння їх дій, почуттів, мотивів),

диссинхронія (нерівномірність) розвитку - наприклад, інтелектуальна сфера може випереджати в розвитку («соціальний інтелект»), і навпаки [3].

В силу вікових особливостей проблема ігрової комп'ютерної адикції найбільш актуальна саме в дитячому і підлітковому віці. У дитячому віці провідною діяльністю є гра. Дитина взаємодіє з навколишнім світом через комп'ютер. У віковому періоді 12-15 років поведінка індивіда зумовлена зростаючим прагненням до незалежності, захопленнями, формуванням статевого потягу, а також зростанням значущості рольової взаємодії. Такі фактори можуть сприяти розвитку кіберадикції [12].

Розвиток ігрової комп'ютерної залежності молодших підлітків детерміновано низкою факторів соціально-психологічної дезадаптації, в тому числі дезадаптивними характерологічними рисами, слабкою соціалізацією, відсутністю вироблених конструктивних копінг-стратегій поведінки, атарактично-гедоністичною спрямованістю потребо-мотиваційної сфери, прагненням до відходу від реальності на тлі незадоволеності молодшого підлітка відносинами з батьками і однолітками.

Захоплення комп'ютерними іграми у молодших підлітків зумовлено мотиваційно-потребною сферою даного етапу розвитку особистості. Ігрові комп'ютерні переваги молодших підлітків визначаються гендерним фактором у зв'язку з потребою в статево-рольовій ідентифікації. Більш висока ігрова комп'ютерна активність проявляється у представників чоловічої статі, що зумовлено слабкою реалізацією в звичайних соціальних умовах потребою в вираженні маскулінних якостей і проявляється у виборі ігор агресивного змісту.

Молодші підлітки з високим ступенем ігрової комп'ютерної активності відрізняються від молодших підлітків з низьким ступенем ігрової комп'ютерної активності ігровою мотивацією, рисами характеру, особливостями відносин з батьками і однолітками, характером поведінкових реакцій в грі, виразністю проявів залежності.

Молодші підлітки з високим ступенем ігрової комп'ютерної активності можуть бути диференційовані на дві категорії – «групові» гравці (які віддають перевагу грати з друзями) і «поодинокі» (котрі воліють грати на самоті), та розрізняються за психологічним профілем особистісних рис, мотивацією, особливостями відносин з однолітками. Категорії гравців з високим ступенем ігрової комп'ютерної активності також розрізняються ігровою мотивацією, рисами характеру, особливостями відносин з однолітками.

Формування ігрової комп'ютерної залежності характерно частіше з категорії «одиначних» гравців, в цілому слабо соціалізованих, з атарактично-гедоністичною ігровою мотивацією, що мають такі дезадаптивні властивості особистості, як невпевненість в собі, замкнутість, низька самооцінка, підвищена вразливість, ригідність, тривожність, схильність до почуття провини.

Виділено основні мотиви звернення молодших підлітків до комп'ютерних ігор. Для підлітків з високим ступенем ігрової комп'ютерної

активності категорії «групові» гравці характерна мотивація надбання задоволення від позитивних емоцій під час гри, в першу чергу від змагального компонента. Мотивація «одиначних» гравців має переважно атарактично-гедонистичну спрямованість, характеризується прагненням до відходу від реальних проблем. На підлітків з низьким ступенем ігрової комп'ютерної активності в основному впливає фактор відсутності інших доступних розваг і популярність комп'ютерних ігор в референтній групі.

Незадоволеність відносинами з батьками і однолітками є фактором розвитку ігрової комп'ютерної залежності молодшого підлітка. Підлітки з високим ступенем ігрової комп'ютерної активності менш задоволені відносинами з батьками, ніж підлітки з низьким ступенем ігрової комп'ютерної активності. «Поодинокі» гравці менш задоволені відносинами як з батьками, так і з однолітками.

Існують особистісні якості, що призводять до захоплення комп'ютерними іграми. Це такі позитивні риси, як посидючість, врівноваженість, наполегливість у досягненні мети, високий самоконтроль поведінки, стійкість інтересів, завзятість в подоланні перешкод. Дані якості допомагають підліткам з високим ступенем ігрової комп'ютерної активності долати фруструючі ситуації в процесі гри, тоді як підлітки з низьким ступенем ігрової комп'ютерної активності при зіткненні з перешкодами частіше припиняють гру і переключаються на інший вид активності. Схильність до фантазій, боязкість в реальному світі і прагнення до переживання гострих відчуттів в світі гри виражені в більшій мірі у підлітків з високим ступенем ігрової комп'ютерної активності. Дані характерологічні риси сприяють більшому зануренню в гру і ідентифікації з персонажем [18].

Вплив комп'ютерних ігор. Питання про вплив комп'ютерних ігор на формування особистості молодшого підлітка пов'язане з двома основними проблемами психолого-педагогічного характеру. Перша – проблема формування ігрової-комп'ютерної залежності підлітків (М. Гріффіт, К. Янг, Р. Вуд та ін.). Цей поведінковий феномен розглядається як альтернативна форма адаптації деяких підлітків до життєвих умов, засіб їх самореалізації та емоційно-психічної регуляції. Водночас ігрова комп'ютерна залежність, як і будь-яка форма поведінкової адикції, має руйнівні наслідки для формування особистості молодшого підлітка і його соціальної адаптації. Надмірне захоплення комп'ютерними іграми проявляється у негативних змінах поведінки, мотивації, емоційно-афективної сфери підлітка, у зниженні успішності в школі, погіршенні фізичного самопочуття. Виникають проблеми в спілкуванні з оточуючими людьми, передусім з членами сім'ї. Нині психологи, педагоги та батьки стикаються з цією проблемою щодня і гостро потребують ефективних інструментів її подолання.

За даними японських дослідників з Університету Тохоку, комп'ютерні ігри підвищують в дітях схильність до насильства, гальмуючи розвиток мозку. Тести показали, що у дітей, що грали в комп'ютерні ігри, стимулювалися лише ті частини мозку, які відповідали за зір і м'язову

моторику. Натомість та частина мозку, яка допомагає людині контролювати свої негативні емоції, взагалі при грі не стимулювалася [19].

Проблема агресивності неповнолітніх і пов'язаних із нею правопорушень має широкий резонанс і виступає як одна із центральних тем психологічних досліджень. Опубліковано велику кількість робіт про вплив комп'ютерних ігор на формування агресивності у дітей та підлітків, аналіз яких дозволяє констатувати сильну поляризацію думок: одні автори доводять, що комп'ютерні ігри агресивного змісту підвищують агресивність користувачів, інші заперечують цей взаємозв'язок, при цьому останніх приблизно в двічі більше. Достовірні лише отримані дані про те, що ігри з агресивним змістом здатні стимулювати агресивність у дітей, але тільки молодшого шкільного віку (6-9 років). Зв'язок комп'ютерних ігор з агресивністю можна трактувати двояко: або агресивна поведінка гравця викликана агресивним змістом комп'ютерної гри, або, навпаки, агресивні діти і підлітки вважають за краще комп'ютерні ігри з агресивним змістом [7, 15].

За спостереженнями американського вченого Д. Корнелла, підлітки, які проводять у віртуальній реальності більше 6 годин на день і грають в ігри, що містять насильство, криваві сцени, ненормативну лексику, більш схильні до прояву агресивних думок, почуттів і дій. Дослідження, проведене в США спільнотою національних організацій охорони здоров'я, прийшло до висновку про існування зв'язку між реальним проявом агресивних насильницьких дій і насильством у віртуальному світі. Вчені К. Андерсон і К. Ділл провели опитування серед підлітків і з'ясували, що самі підлітки відчують неконтрольовані сплески агресії, які не можуть пояснити. Висновки даного дослідження, дозволили обґрунтувати виникнення і прояв агресивних реакцій нестійким станом психіки підлітка. В наслідок «розкидання» психічних сил відбуваються часті зміни настрою в реальному світі, що змушує підлітка або шукати хобі, або йти в кібер-світ.

Крім того, захоплення комп'ютерними іграми небезпечно і з фізіологічної точки зору. Сценарії переважної більшості ігор, і в першу чергу «стрілялок», «ходилок», «симуляторів», побудовані таким чином, що гравець фактично постійно перебуває у стресовій ситуації. У реальному світі в екстремальній ситуації викид адреналіну абсолютно необхідний для того, щоб діяти - боротися або рятуватися втечею. І в тому, і в іншому випадку від організму вимагається екстремальна фізична активність – фактично надзусилля. Саме завдяки такій активності виділений адреналін «спалюється» організмом. Гравець же залишається фізично пасивним. В результаті у нього посилюється серцебиття, підвищується кров'яний тиск, порушується обмін речовин. На тлі гормональної нестабільності в підлітковому віці зазначені фактори несуть удвічі більшу небезпеку. З плином часу адреналін починає розкладатися в крові. Продукти його розпаду надають надзвичайно шкідливий вплив на організм, в першу чергу на серцево-судинну систему [13]. Психологами вже описані випадки не просто безсоння, підвищеної дратівливості і тривожності, а повного фізичного і

психічного виснаження у надмірно зловживаючих «купанням в адреналіні» шанувальників віртуальної реальності [24].

Втім треба зауважити, що аспекти впливу ігрової комп'ютерної активності на особистісний розвиток проаналізовано в психологічній літературі нерівномірно. У роботах представлено точку зору, згідно з якою інформаційно-комунікаційні технології амбівалентні щодо напрямків психічного розвитку – позитивних чи негативних і тому не можуть вважатися відповідальними за ті чи інші особистісні трансформації [3].

Незважаючи на те, що вивчається головним чином негативний вплив комп'ютерних ігор на людину, деякі автори відзначають і позитивні ефекти [2].

Відзначимо основні позитивні аспекти комп'ютерних ігор різної тематики. Так звані логічні ігри сприяють розвитку формально-логічного, комбінаторного мислення. Азартні ігри, на противагу їм, вимагають від гравця інтуїтивного, ірраціонального мислення. Спортивні та конвєрні (Тетріс) ігри розвивають сенсомоторну координацію, концентрацію уваги. Ігри типу переслідування-уникнення (Пакман, Диг-Даг) включають в ігровий процес інтуїтивний компонент мислення і емоційно-чуттєве сприйняття. На особливу увагу заслуговують навчальні ігри, що розвивають спонтанну (ініціативну) пізнавальну активність дітей. Завдяки створенню різноманітних зорових ілюстрацій і звукового супроводу (техніка «мультимедіа») вже сьогодні на комп'ютері з'являються захоплюючі дитячі енциклопедії, що дозволяє дитині «подорожувати» по світу знань подібно до того, як вона подорожує по ігровим сценам розважальної пригодницької гри. Якщо дорослі змогли вчасно помітити і підкріпити увагою і похвалою активну допитливість дітей в спілкуванні з такими програмами («мультимедійні енциклопедії»), то вони тим самим можуть дати новий потужний імпульс для розвитку самостійної пізнавальної активності дитини. До позитивних ефектів комп'ютерної діяльності належить посилення інтелектуальних можливостей людини. Вона розвиває прогностичні функції логічного мислення за рахунок попереднього продумування і складання алгоритму дії і забезпечує адекватну спеціалізацію пізнавальних процесів – сприйняття, мислення і пам'яті. Комп'ютерна діяльність формує більш досконалу ділову мотивацію в вирішенні професійних завдань (престижні, статусні, економічні мотиви). Підвищує рівень самооцінки, емоційну і когнітивну задоволеність, формує такі позитивні особистісні риси, як діловитість, точність, акуратність, впевненість в собі, які можуть бути перенесені в інші області життєдіяльності [14].

У практичній діяльності психологи використовують комп'ютерні ігри для діагностики особливостей дитини. Ставлення до репертуару, темпу, рекордам, труднощам, проблемам, спостереження за тим, як грає дитина, дає багато інформації для розуміння його психічного складу. А використання комп'ютерних ігор в корекційній роботі дозволяють вирішити ряд психологічних проблем, пов'язаних, наприклад, із заниженою самооцінкою, погане переключення уваги, повільністю, допомогти в розвитку

просторового мислення, ключових процесів соціальної перцепції і комунікації [17].

Слід так само відзначити, що встановлено і певний вплив комп'ютерних ігор на соціалізацію підлітків. Соціалізація – процес засвоєння індивідом зразків поведінки, психологічних механізмів, норм і цінностей, необхідних для успішного функціонування індивіда в суспільстві. У нашому суспільстві діти і підлітки в значній мірі засвоюють ролі і правила поведінки з сюжетів комп'ютерних ігор, телевізійних передач, фільмів і інших засобів масової комунікації. Символічний зміст, представлений в цих медіа, надає глибокий вплив на процес соціалізації, сприяючи формуванню певних цінностей і зразків поведінки. Позитивні і негативні моменти цього процесу вивчені недостатньо [25].

Висновки. Отже, можна зробити висновки, що комп'ютерні ігри можуть мати як негативні, так і позитивні наслідки. Для виникнення комп'ютерної залежності важливе значення мають види комп'ютерних ігор (до найбільш впливових відносяться рольові), вік особи (пік ігрової комп'ютерної активності припадає на вік 11-12 років, молодший підлітковий), психологічні чинники (індивідуально-особистісні, розумові здібності, самооцінка, комунікативні здібності, схильність до ризику, суб'єктність, тривожність, вольовий потенціал) та фактори соціального оточення (рівень соціалізації, місце навчання чи роботи, дитячо-батьківські відносини, відносини з друзями (статус і місце в групі), коло спілкування).

Але у зв'язку із постійним розширення можливостей в інтернеті та виникненням нових видів комп'ютерних ігор, можна сказати, що це окрема сфера, яка потребує постійного багатостороннього наукового вивчення. Також слід зазначити, що майже відсутні відомості про комп'ютерну залежність серед дорослих та її вплив на їхню поведінку.

На сьогоднішньому етапі досліджень, можна лише частково дати рекомендації з попередження виникнення комп'ютерної залежності:

1. контроль з боку батьків, особливо в молодшому підлітковому віці, за видом обраних їхньою дитиною ігор та часу проведеного в них;
2. створення тренінгової програми з переключення уваги дитини від комп'ютерних ігор рольового типу на нерольові та залучення її до розвитку самостійної пізнавальної активності, через використання «мультимедійних енциклопедій»;
3. використання в школах не планшетів, а електронних книжок;
4. створення бази комп'ютерних ігор з віковими обмеженнями відповідно до впливу на психіку;
5. робота шкільного психолога з виявлення дітей з соціальною замкнутістю та підвищеним інтересом до комп'ютерних ігор (наприклад, Тест-опитувальник ступеня захопленості молодших підлітків комп'ютерними іграми, авт. О.В. Гришина);
6. проведення психологічних досліджень з проблеми залежності та впливу на психіку комп'ютерних ігор серед людей різних вікових категорій та фізіологічно-психологічних захворювань.

Список використаних джерел

1. Ахрямкина Т.А. Особенности проявления и факторы формирования компьютерной зависимости различных возрастных групп: Методическое пособие для студентов психологического факультета и практикующих психологов // Т.А. Ахрямкина, И.Л. Матасова / Самара. 2005. – С. 17–23.
2. Белавина И.Г. Восприятие ребенком компьютера и компьютерных игр / И.Г.Белавина // Вопросы психологии. – 1993. – № 3. – С. 62–69.
3. Войскунский А.Е. Гуманитарные исследования в Интернете / А.Е. Войскунский. – М.: Терра-Можайск, 2000. – 431 с.
4. Войскунский А.Е. Психологические исследования деятельности человека в интернете / А.Е. Войскунский // Психологический журнал. – Т. 9. – 1998. – № 1. – С. 89–100.
5. Евстегнеева Ю. М. Психологические особенности обращения к компьютерным играм в подростковом возрасте: дис. канд. псих. наук: 19.00.13 / Евстегнеева Юлия Михайловна – М., 2003. – 168 с.
6. Егоров А.Ю. К вопросу о новых теоретических аспектах аддиктологии // В кн.: Наркология и аддиктология. Сб. науч. тр./ Под. ред. проф. В.Д. Менделевича / А.Ю. Егоров. – Казань: Школа. – 2004. – С. 80–88.
7. Иванов М.С. Психологические аспекты негативного влияния игровой компьютерной зависимости на личность человека / М.С. Иванов // Психологический журнал. – 1999. – Том 20. – № 1. – С. 94–102.
8. Зинченко В.П. Человек развивающийся / В.П. Зинченко, Е.Б. Моргунов // Очерки российской психологии. – М.: Тривола, 1994 – 304 с.
9. Корнилова Т.В. Принятие интеллектуальных решений в диалоге с компьютером. / Т.В. Корнилова, О.К. Тихомиров. – М.: Изд-во Моск. Ун-та, 1990. – 192 с.
10. Короленко Ц.П. Социодинамическая психиатрия. / Ц.П.Короленко, Н.В.Дмитриева. – Новосибирск: НГПУ, 1999. – С. 332–340.
11. Коул М. Социально-исторический подход в психологии обучения / М. Коул. – М.: Педагогика, 1989. – 158 с.
12. Книжникова С.В. Компьютерные игры как фактор формирования агрессивных и аутоагрессивных установок личности подростка / С.В. Книжникова, Ю.В. Серая // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2016. – Т. 24. – С. 82–87.
13. Лысенко Е.Е. Игра с ЕХВМ как вид творческой деятельности: дисс. канд. психол. наук / Е.Е. Лысенко. – М., 1988. – 24 с.
14. Менделевич В.Д. Зависимость как психологический и психопатологический феномен (проблемы диагностики и дифференциации) / В. Д.Менделевич, Р. Г. Садыкова // Вестник клинической психологии. – 2003. – Т. 1. – № 2. – С. 153–158.
15. Моторин В.Н. Об использовании компьютера в педагогическом процессе / В.Н. Моторин // Дошкольное воспитание. – 2001 – № 12. – С. 26–29.

16. Омельченко Н. В. Личностные особенности играющих в компьютерные игры: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. псих. наук: спец. 19.00.01 "общая психология, психология личности и история психологии" / Омельченко Наталия Владимировна. – Краснодар, 2011. – 169 с.
17. Павлова Е.А. О необходимости и возможностях профилактики Интернет-зависимости у учащихся / Е.А.Павлова. – М.: Инфра, 2000. – 82 с.
18. Рыженко С.М. Психологическое воздействие на игровую компьютерную зависимость младших подростков: дисс. канд. пед. наук: 19.00.07 / Рыженко Светлана Кронидовна – Краснодар, 2009. – 185 с.
19. Собкин В.С. Социально-психологические особенности населения Сети / В.С. Собкин, К.Ю.Ефимов // Планета Интернет. –1999 – № 30. – 18–21.
20. Тихомиров О.К. «Искусственный интеллект» и психология. / О.К. Тихомиров. – М.: Наука, 1976. – С. 5–40.
21. Тихомиров О.К. ЕХВМ и новые проблемы психологии. / О.К.Тихомиров, Л.Н.Бабанин. – М.: Изд-во Моск. Ун-та, 1986. – 200 с.
22. Тихомиров О.К. Информационный век и теория Л.С. Выготского / О.К. Тихомиров // Психологический журнал. – 1993. – №1. – 117–119.
23. Фомичева Ю.В. Психологические корреляты увлеченности компьютерными играми. /Ю.В.Фомичева, А.Г.Шмелев, И.В.Бурмистров. –М.: Вестник МГУ. Сер. 14. Психология №3. –1991. – С. 27–39.

References transliterated

1. Akhryamkina, T.A., Matasova, I.L. (2005) *Osobennosti proyavleniya i faktory formirovaniya komp'yuternoy zavisimosti razlichnykh vozrastnykh grupp: Metodicheskoye posobiye dlya studentov psikhologicheskogo fakul'teta i praktikuyushchikh psikhologov* [Features of the manifestation and factors of the formation of computer dependence of different age groups: Methodological manual for students of the psychological faculty and practicing psychologists], pp.17–23 (in Russian)
2. Belavina, I.G. (1993) *Vospriyatiye rebenkom komp'yutera i komp'yuternykh igr* [Child's perception of a computer and computer games]. *Voprosy psikhologii* [Questions of psychology], no. 3, pp. 62–69 (in Russian)
3. Voyskunskiy, A.Ye. (2000) *Gumanitarnyye issledovaniya v Internete* [Humanitarian research on the Internet]. M. 431 p. (in Russian)
4. Voyskunskiy, A.Ye. (1998) *Psikhologicheskkiye issledovaniya deyatel'nosti cheloveka v internete* [Psychological studies of human activity on the Internet]. *Psikhologicheskiy zhurnal* [Psychological Journal], no. 9, pp. 89–100 (in Russian)
5. Yevstegneyeva, YU. M. (2003) *Psikhologicheskkiye osobennosti obrashcheniya k komp'yuternym igram v podrostkovom vozraste: dis. kand.*

- psikh. nauk: 19.00.13* [Psychological features of the appeal to computer games in adolescence: dis. Cand. psycho. Sciences: 19.00.13]. M. 168 p. (in Russian)
6. Yegorov, A.YU. (2004) *K voprosu o novykh teoreticheskikh aspektakh addiktologii. V kn.: Narkologiya i addiktologiya. Sb. nauch. tr.* [On the issue of new theoretical aspects of addictology. In the book: Narcology and addictology. Sat scientific Tr.]. Ed. V.D. Mendelevicha. – Kazan': Shkola, pp. 80–88 (in Russian)
 7. Ivanov, M.S. (1999) *Psikhologicheskiye aspekty negativnogo vliyaniya igrovoy komp'yuternoy zavisimosti na lichnost' cheloveka* [Psychological aspects of the negative impact of gaming computer addiction on a person's personality]. *Psikhologicheskiy zhurnal* [Psychological Journal], vol.20 (1), pp. 94–102 (in Russian)
 8. Zinchenko, V.P., Morgunov, Ye.B. (1994) *Chelovek razvivayushchiysya* [Developing man]. *Ocherki rossiyskoy psikhologii* [Essays on Russian psychology]. M. 304 p. (in Russian)
 9. Kornilova, T.V. Tikhomirov, O.K. (1990) *Prinyatiye intellektual'nykh resheniy v dialoge s komp'yuterom* [Making intelligent decisions in dialogue with the computer]. M 192 p. (in Russian)
 10. Korolenko, TS.P., Dmitriyeva, N.V. (1999) *Sotsiodinamicheskaya psikhiatriya* [Sociodynamic psychiatry]. Novosibirsk, pp. 332–340 (in Russian)
 11. Koul, M. (1989) *Sotsial'no-istoricheskiy podkhod v psikhologii obucheniya* [Socio-historical approach in the psychology of learning]. M. 158 p. (in Russian)
 12. Knizhnikova, S.V. Seraya, YU.V. (2016) *Komp'yuternyye igry kak faktor formirovaniya agressivnykh i autoagressivnykh ustanovok lichnosti podrostka* [Computer games as a factor in the formation of aggressive and auto-aggressive attitudes of the personality of a teenager]. *Nauchno-metodicheskiy elektronnyy zhurnal «Kontsept»* [Scientific and methodical electronic journal "Concept"], no. 24, pp. 82–87 (in Russian)
 13. Lysenko, Ye.Ye. (1988) *Igra s YEKHVM kak vid tvorcheskoy deyatelnosti. diss. na soisk. uchenoy step. kand. psikhol. nauk* [The game with EHVM as a type of creative activity: diss. Cand. psychol. Sciences]. M. 24 p. (in Russian)
 14. Mendelevich, V.D. Sadykova, R.G. (2003) *Zavisimost' kak psikhologicheskiy i psikhopatologicheskiy fenomen (problemy diagnostiki i differentsiatsii)* [Dependence as a psychological and psychopathological phenomenon (problems of diagnosis and differentiation)]. *Vestnik klinicheskoy psikhologii* [Bulletin of Clinical Psychology], vol. 1 (2), pp. 153–158 (in Russian)
 15. Motorin, V.N. (2001) *Ob ispol'zovanii komp'yutera v pedagogicheskom protsesse* [On the use of computer in the pedagogical process]. *Doshkol'noye vospitaniye* [Preschool education], no. 12, pp. 26–29 (in Russian)
 16. Omel'chenko, N. V. (2011) *Lichnostnyye osobennosti igrayushchikh v*

- komp'yuternyye igry: avtoref. dis. na zdobuttya nauk. stupenya kand. psikh. nauk: spets. 19.00.01 "obshchaya psikhologiya, psikhologiya lichnosti i istoriya psikhologii"* [Personal features of playing computer games: author. dis. on zdobuttya sciences. stage Cand. psycho. Sciences: spec. 19.00.01 "general psychology, personality psychology and history of psychology"]. Krasnodar, 169 p. (in Russian)
17. Pavlova, Ye.A. (2000) *O neobkhodimosti i vozmozhnostyakh profilaktiki Internet-zavisimosti u uchashchikhsya* [On the need and possibilities of preventing Internet addiction among students]. M. 82 p. (in Russian)
 18. Ryzhenko, S.M. (2009) *Psikhologicheskoye vozdeystviye na igrovuyu komp'yuternuyu zavisimost' mladshikh podrostkov* [On the need and possibilities of preventing Internet addiction among students]. Krasnodar, 185 p. (in Russian)
 19. Sobkin, V.S. Yefimov, K.YU. (1999) *Sotsial'no-psikhologicheskiye osobennosti naseleniya Seti* [Socio-psychological characteristics of the population of the Network]. *Planeta Internet* [Planet Internet], no. 30, pp. 18–21 (in Russian)
 20. Tikhomirov, O.K. (1976) *«Iskusstvennyy intellekt» i psikhologiya* ["Artificial Intelligence" and psychology]. M., pp. 5–40 (in Russian)
 21. Tikhomirov, O.K., Babanin, L.N. (1986) *YEKHVM i novyye problemy psikhologii* [EHVM and new problems of psychology]. M. 200 p. (in Russian)
 22. Tikhomirov, O.K. (1993) *Informatsionnyy vek i teoriya L.S. Vygotskogo* [Information Age and LS theory Vygotsky]. *Psikhologicheskyy zhurnal* [Psychological Journal], no.11, pp. 117–119 (in Russian)
 23. Fomicheva, YU.V., Shmelev, A.G., Burmistrov, I.V. (1991) *Psikhologicheskiye korrelyaty uvlechennosti komp'yuternymi igrami* [Psychological correlates of enthusiasm for computer games]. *Vestnik MGU. Ser. 14. Psikhologiya* [MSU Bulletin. Ser. 14. Psychology], no.3, pp. 27–39 (in Russian)

Перепилица А.В. Проблема компьютерных игр, как альтернатива реальности. *Статья посвящена проблеме компьютерной игровой деятельности. Рассматриваются психологические подходы зарубежных и отечественных исследований с положительного и отрицательного влияния компьютерных игр на психику человека. Анализируются виды компьютерных игр и психологические факторы, которые могут способствовать формированию от них зависимости. Выделены и теоретически обоснованы психологические особенности младшего подросткового возраста, как потенциально опасной возрастной группы к кибераддикции.*

Ключевые слова: *психология, компьютерная игра, зависимость, личностные качества, психологические факторы, мотив.*

Perepelitsa A. Problem of computer games, as an alternative to reality. *The article is devoted to the problem of computer game activity. The psychological approaches of foreign and domestic researches on the positive and negative*

influence of computer games on the human psyche are considered. The types of computer games and psychological factors that can contribute to the formation of dependence on them are analyzed. The psychological features of the younger adolescence as a potentially dangerous age group for cyber-addiction are accentuated and theoretically substantiated.

Keywords: *psychology, computer game, addiction, cyber-addiction, personality traits, psychological factors, motive.*

УДК 371.132:376.4

СИЗКО Г.І.

кандидат психологічних наук, старший викладач кафедри прикладної психології та логопедії Бердянського державного педагогічного університету, м. Бердянськ.

ПСИХОЛОГІЧНІ БАР'ЄРИ ПРИ ВЗАЄМОДІЇ З ЛЮДЬМИ З ОСОБЛИВИМИ ПОТРЕБАМИ: ПРИЧИНИ ТА ШЛЯХИ ПОДОЛАННЯ

Сизко Г.І. Психологічні бар'єри при взаємодії з людьми з особливими потребами: причини та шляхи подолання. У статті розглянуто різні спектри негативного ставлення до людей із обмеженими можливостями здоров'я, зокрема, бар'єри: бар'єри відображення, бар'єри ставлення та психологічні бар'єри, що виникають при взаємодії із такими людьми. Проаналізовано чинники, що провокують їх появу та розвиток, такі як генетичні детермінанти (інстинктивність, збереження ідентичності та прагнення до самоідентифікації) та, власне, психологічні детермінанти (відраза, страх, безпорадність, занепокоєння, тривога, ненависть, ворожість, антипатія, напруга, неприязнь, прагнення до домінування та диференціації). Запропоновано шляхи подолання психологічних бар'єрів при взаємодії з людьми з особливими потребами. А саме, визнання того, що кожна людина, будь то доросла або дитина, унікальна і, в силу своєї унікальності, займає індивідуальне і неповторне місце в житті суспільства. У зв'язку з цим слід іменувати тих, хто має статус інваліда, людьми з обмеженими можливостями здоров'я, визнаючи тим самим їх рівність і право на свободу вибору.

Ключові слова: *бар'єр відображення; бар'єр ставлення; психологічний бар'єр; обмежені можливості здоров'я; людина з інвалідністю; взаємодія; інтолерантність, спеціальна освіта.*

Постановка проблеми та її з важливими практичними завданнями.

Останнім часом важливою умовою успішної інклюзії визнається готовність суспільства до психологічного прийняття осіб, що мають особливі потреби в якості рівноцінних особистостей, гідних поваги та рівноправного спілкування. Участь в інклюзії передбачає усвідомлене прийняття можливість зміни своєї життєвої стратегії, згоду на перегляд власної ідентичності. За відсутності такого прийняття слід очікувати, що вторгнення