

На правах рукописи



Добровидова Наталья Александровна

**ОСОБЕННОСТИ
ЭМОЦИОНАЛЬНО-ВОЛЕВОЙ СФЕРЫ
СТАРШЕКЛАССНИКОВ И СТУДЕНТОВ
С РАЗЛИЧНЫМ УРОВНЕМ
КОМПЬЮТЕРНОЙ ИГРОВОЙ АКТИВНОСТИ**

Специальность 19.00.07 – педагогическая психология

А В Т О Р Е Ф Е Р А Т
диссертации на соискание ученой степени
кандидата психологических наук

Самара 2013

Работа выполнена на кафедре общей и социальной психологии
Самарского филиала ГБОУ ВПО
«Московский городской педагогический университет»

Научный руководитель – доктор психологических наук
Карнова Наталия Львовна

Официальные оппоненты: *Прохоров Александр Октябрьнович*,
доктор психологических наук, профессор,
ФГАОУ ВПО «Казанский (Приволжский)
федеральный университет», заведующий
кафедрой общей психологии;

Васильева Ирина Леонидовна, кандидат
психологических наук, Уфимский филиал
ФГБОУ ВПО «Московский государственный
гуманитарный университет им. М.А. Шоло-
хова», доцент кафедры психолого-педагогиче-
ского и гуманитарного образования

Ведущая организация – ФГБОУ ВПО «Ярославский государственный
университет им. П.Г. Демидова»

Защита состоится 12 марта 2013 года в 14.00 часов на заседании
диссертационного совета Д 212.216.01 по защите диссертаций на соискание
учёной степени доктора/кандидата психологических наук при ФГБОУ
ВПО «Поволжская государственная социально-гуманитарная академия» по
адресу: 443099, г. Самара, ул. М. Горького, д. 65/67.

С диссертацией можно ознакомиться в библиотеке ФГБОУ ВПО
«Поволжская государственная социально-гуманитарная академия».

Автореферат разослан 8 февраля 2013 г.

Ученый секретарь
диссертационного совета

Вершинина

Вершинина Лидия Васильевна

Общая характеристика работы

Актуальность исследования. Вхождение России в мировое образовательное пространство требует разработки новых образовательных стандартов, предполагающих формирование коммуникативных, личностных, регулятивных и познавательных универсальных учебных действий при активном внедрении в учебный процесс информационно-коммуникативных технологий обучения.

Интенсификация учебной деятельности, как и усложнение процессов социальной жизни, приводит к повышению уровня психоэмоционального напряжения, к трудностям в саморегуляции, адаптации, сотрудничестве, общении, в конечном счёте – к дезинтеграции жизненных сил и снижению психологического здоровья учащихся. Одним из возможных способов решения данной проблемы является образование, ставящее перед личностью требование активизации глубинных ресурсов развития личности, интегрирующим компонентом которого выступает способность к саморегуляции эмоциональных состояний и развитию волевых свойств. В настоящее время выбор средств регуляции негативных эмоциональных состояний может быть связан с компьютерной игровой деятельностью учащейся молодежи.

Проблема развития эмоционально-волевой сферы личности не нова, ей посвящены фундаментальные труды Н.К. Аха, В.К. Вилюнаса, Л.С. Выготского, В.А. Иванникова, Е.П. Ильина, К.Э. Изарда, А.Н. Леонтьева, Н.Д. Левитова, С.Л. Рубинштейна, теоретически обосновавших и экспериментально доказавших, что эмоциональная сфера личности неразрывно связана с волевой, поскольку эмоции обеспечивают общую мобилизацию всех систем организма, в то время как воля, проявляющаяся в развитии волевых свойств личности, степени волевого усилия и саморегуляции произвольной активности, обеспечивает избирательную мобилизацию психофизических возможностей человека.

Особое значение для нашего исследования имеют работы В.К. Вилюнаса, Е.П. Ильина, В.М. Смирнова и других учёных, определивших, что эмоциональные состояния, влияющие на поведение и деятельность человека, характеризуются положительным или отрицательным знаком, интенсивностью, длительностью протекания, предметностью; А.Н. Леонтьева, С.Л. Рубинштейна, П.В. Симонова, выявивших взаимосвязь между потребностью, степенью её удовлетворения и эмоциональным состоянием человека; Г.Ю. Айзенка, В.А. Ганзена, Б.И. Додонова, К.Э. Изарда, А.О. Прохорова, разработавших классификации эмоциональных состояний, отражающие их многообразие и способность к образованию различных сочетаний друг с другом; В.В. Бойко, определившего, что совокупность устойчивых характеристик эмоций (реакций и состояний), которыми человек чаще всего отвечает на внешние и внутренние значимые для него воздействия в соответствии со своей природой, состоянием здоровья и воспитанием, образует стереотип эмоционального поведения.

Следует также отметить работы учёных, которые в результате изучения воли с точки зрения способности к осознанной саморегуляции произвольной активности пришли к выводу, что волевая саморегуляция есть сложный процесс, который на каждом возрастном этапе характеризуется доминированием разных

по значимости составляющих воли; при этом входящие в её структуру отдельные компоненты (намерения, мотивы, цели, способы их достижения и результаты) играют вполне определённую роль, обуславливая становление и функционирование воли в целом (О.А. Конопкин, В.И. Моросанова, А.К. Осницкий).

В современной педагогической психологии значительное внимание уделяется индивидуально-типологическим особенностям учащихся юношеского возраста, в том числе своеобразию эмоционально-волевой сферы старшеклассников и студентов. Л.С. Выготский, И.Л. Васильева, И.С. Кон, К.Н. Поливанова, Д.Б. Эльконин, И.В. Шаповаленко и другие учёные обосновали, что исследование особенностей эмоционально-волевой сферы учащихся в ранней и поздней юности должно быть дифференцированным. (Так, были установлены бóльшая сформированность и более устойчивый характер эмоциональных состояний и волевых свойств у студентов, чем у старшеклассников.) Труды названных учёных создают необходимые научно-теоретические предпосылки для исследования проблемы особенностей эмоционально-волевой сферы старшеклассников и студентов с различным уровнем компьютерной игровой активности.

Анализ научной литературы, тематически связанной с нашим исследованием, показывает, что западные и отечественные учёные при изучении влияния компьютерных игр на человека отмечают: 1) их *позитивное* влияние: игроки отличаются от неигроков более развитым логическим мышлением, эмоциональной устойчивостью, умением конкурировать, развитием творческих способностей (И.В. Бурлаков, О.К. Тихомиров, О.Е. Лысенко и др.); 2) *компенсаторное* воздействие: компьютерная игровая деятельность является средством компенсации недостатка любви, положительных эмоций, общения и т.д. (М.С. Иванов, А.Г. Шмелев, Ю.В. Фомичева); 3) *психотерапевтический* эффект: компьютерные игры выполняют функцию психологической разгрузки, дают возможность выразить вытесняемые агрессивные импульсы, чувство гнева, злости и т.д. (И.А. Васильева, Е.М. Осипова, Н.Н. Петрова, Е.О. Смирнова, Р.Е. Радева и др.); 4) *диагностические* возможности: компьютерные игры могут выступать средством изучения индивидуально-личностных особенностей игроков (П.А. Корниенко, Н.В. Омельченко и др.); 5) *негативное* влияние: аддиктивное поведение вследствие увеличения компьютерной игровой активности (М.С. Иванов, П.А. Мунтян, А.Г. Шмелёв, Ю.В. Фомичева, M. Griffiths, M. Shotton, K.S. Young).

Отмечая плодотворность указанных исследований, следует признать, что проблема развития волевых свойств у старшеклассников и студентов, имеющих различный уровень компьютерной игровой активности и использующих компьютерную игру для регуляции негативных эмоциональных состояний, в полной мере не была осмыслена психологической наукой, что и определяет актуальность нашего исследования.

Среди многих проблем, возникающих при изучении эмоционально-волевой сферы старшеклассников и студентов с различным уровнем компьютерной игровой активности, необходимо исследовать такие, которые связаны с конкретизацией научного представления о содержании понятий «эмоциональные состояния» и «волевые свойства», с определением психологических факторов, способ-

ствующих активному включению учащихся в компьютерную игровую деятельность, с выявлением особенностей эмоциональных состояний и волевых свойств у старшеклассников и студентов с различным уровнем компьютерной игровой активности, с установлением взаимосвязи между особенностями эмоционально-волевой сферы старшеклассников и студентов с компьютерной игровой активностью и жанровыми предпочтениями в игре, и ряд других.

Решение названных проблем позволит продвинуться в научном осмыслении и практическом решении важного и всё более усиливающегося **противоречия**, суть которого в том, что старшеклассники и студенты, с одной стороны, систематически обращаются к компьютерной игровой деятельности для снятия психоэмоциональной нагрузки, с другой стороны, не имея достаточно развитой волевой сферы и, соответственно, бесконтрольно наращивая компьютерную игровую активность, замещают реальные представления о собственных возможностях иллюзорными, воспринимая себя и «достраивая» картину мира через игру.

Стремление найти пути разрешения данного противоречия определило **проблему** нашего исследования.

В теоретическом плане это проблема выявления взаимосвязи особенностей эмоционально-волевой сферы старшеклассников и студентов с компьютерной игровой активностью и жанровыми предпочтениями в игре. **В практическом плане** это проблема разработки программы психологического сопровождения старшеклассников и студентов, играющих в компьютерные игры, включающей рекомендации для педагогов-психологов по её реализации.

Объект исследования – эмоционально-волевая сфера старшеклассников и студентов.

Предмет исследования – особенности эмоционально-волевой сферы старшеклассников и студентов с различным уровнем компьютерной игровой активности.

Цель исследования – выявить особенности эмоционально-волевой сферы старшеклассников и студентов и установить их взаимосвязи с компьютерной игровой активностью и жанровыми предпочтениями в игре.

Задачи исследования:

1. Конкретизировать научное представление о содержании понятий «эмоциональные состояния» и «волевые свойства».
2. Определить психологические факторы, способствующие включению учащихся в компьютерную игровую деятельность.
3. Определить специфику компьютерной игровой деятельности старшеклассников и студентов.
4. Выявить особенности эмоциональных состояний старшеклассников и студентов во время компьютерной игровой деятельности и при невозможности играть.
5. Определить особенности эмоционально-волевой сферы старшеклассников и студентов, имеющих различный уровень компьютерной игровой активности.
6. Разработать программу психологического сопровождения старшеклассников и студентов, играющих в компьютерные игры, включающую рекомендации для педагогов-психологов по её реализации.

Гипотеза исследования.

Существует взаимосвязь между особенностями эмоционально-волевой сферы старшеклассников и студентов, играющих в компьютерные игры, компьютерной игровой активностью и жанровыми предпочтениями в игре. Старшеклассникам и студентам с низким уровнем компьютерной игровой активности, использующим компьютерные игры для снятия психоэмоционального напряжения, свойствен более высокий уровень такого доминирующего позитивного эмоционального состояния, как радость, и более высокий уровень развития саморегуляции произвольной активности, чем старшеклассникам и студентам со средним и высоким уровнем компьютерной игровой активности.

Научная новизна исследования:

– конкретизировано научное представление о содержании понятий «эмоциональные состояния» и «волевые свойства» (Эмоциональные состояния – это переживания различной интенсивности и длительности, характеризующиеся положительными, нейтральными и отрицательными эмоциями, стимулирующими либо тормозящими удовлетворение потребностей. Волевые свойства проявляются в способности к преобразованию произвольных психических процессов в произвольные и обеспечивают человеку возможность целенаправленно принимать решения в условиях преодоления трудностей за счёт волевых усилий и саморегуляции произвольной активности, реализующейся в планировании деятельности, моделировании условий, программировании действий, оценивании результатов и их коррекции);

– определены психологические факторы, способствующие активному включению учащихся в компьютерную игровую деятельность (внутреннее напряжение, вызванное конфликтом потребностей, ценностей; неумение строить конструктивные жизненные стратегии; уход от социальной ответственности; эскапизм; потребность в релаксации; интернальный локус контроля; желание дать практический выход вытесненным агрессивным импульсам; трудности в установлении контактов со сверстниками);

– определена специфика игровой компьютерной деятельности старшеклассников и студентов (*В мотивах обращения к компьютерным играм:* при наличии таких общих мотивов, как желание развлечься, получить эмоциональную разгрузку и достичь высокого результата в игре, студенты чаще, чем старшеклассники, используют игру с целью эмоциональной разгрузки, в большей степени нацелены на получение высокого результата в игре и на приобретение новых знаний. Юноши-старшеклассники, по сравнению с девушками, в большей степени используют компьютерные игры с целью получения высокого результата; юноши-студенты – с целью победить соперника, получить новые знания и эмоциональную разгрузку; *в жанровых предпочтениях:* при общем для старшеклассников и студентов предпочтении игр-стратегий и ролевых игр старшеклассники чаще выбирают игры агрессивного характера, студенты – игры, требующие решения интеллектуальных задач и достижения высокого результата, а также приключенческие, обучающие и настольные игры; сравнительно с девушками-старшеклассницами и студентками, которым свойственно выбирать игры

приключенческого характера и интеллектуальной направленности, юноши чаще играют в «спортивные» игры и игры агрессивного характера; *в уровне компьютерной игровой активности*: у старшеклассников и студентов компьютерная игровая активность представлена на низком, среднем, высоком и предельном уровне, однако старшеклассников с высоким уровнем активности достоверно больше, чем студентов. Игровая активность у юношей-старшеклассников и юношей-студентов выше, чем у девушек);

– выявлены особенности эмоциональных состояний старшеклассников и студентов во время компьютерной игровой деятельности и при невозможности играть [Старшеклассники и студенты испытывают желание играть в эмоционально напряжённых, критических ситуациях, но студенты чаще, чем старшеклассники, обращаются к компьютерной игре как к средству снятия напряжения; при этом в ситуации вмешательства в игровую деятельность постороннего лица студенты, в отличие от старшеклассников, склонны прекратить игру; во время компьютерной игровой деятельности и старшеклассники, и студенты испытывают положительные эмоциональные состояния (азарт, радость, чувство превосходства над соперником)];

– определены особенности эмоционально-волевой сферы старшеклассников с разным уровнем компьютерной игровой активности [Старшеклассникам с низким уровнем компьютерной игровой активности свойствен более высокий уровень выраженности доминирующего эмоционального состояния «радость», чем старшеклассникам, имеющим средний и высокий уровень компьютерной игровой активности (у студентов подобной особенности не выявлено); старшеклассникам и студентам с низким уровнем компьютерной игровой активности свойствен более высокий уровень сформированности саморегуляции произвольной активности, чем старшеклассникам и студентам, имеющим средний и высокий уровень компьютерной игровой активности];

– установлены взаимосвязи эмоциональных состояний и волевых свойств с компьютерной игровой активностью и выбором жанра игры [*Общие*: компьютерная игровая активность старшеклассников и студентов связана с такими игровыми предпочтениями, как игры-стратегии, ролевые игры и игры агрессивностязательного характера; *отличительные*: 1) у старшеклассников: а) эмоциональное состояние «радость» имеет обратную взаимосвязь с компьютерной игровой активностью; б) эмоциональное состояние «страх» имеет обратную взаимосвязь с выбором ролевых игр; в) уровень саморегуляции произвольной активности и такие её свойства, как «моделирование внешних и внутренних условий деятельности» и «планирование предстоящих исполнительских действий, необходимых для достижения цели», имеют обратные взаимосвязи с выбором развлекательных и приключенческих игр; г) свойство саморегуляции «моделирование внешних и внутренних условий деятельности» связано с выбором ролевых игр; д) волевой показатель (сила воли) связан с выбором ролевых игр и игр интеллектуальной направленности; е) экстравертированная направленность личности имеет обратную взаимосвязь с выбором ролевых игр; 2) у студентов: а) негативные эмоциональные состояния (страх, гнев, тревожность, фрустрация)

имеют обратные взаимосвязи с выбором игр агрессивно-сопостязательного характера; б) самооценка волевых качеств связана с выбором игр агрессивно-сопостязательного характера и игр-стратегий; в) «программирование предстоящих исполнительских действий» как свойство саморегуляции связано с играми-стратегиями; г) «гибкость» как регуляторно-личностное свойство связана с выбором игр развлекательного характера и игр, требующих быстроты реакций].

Теоретическая значимость исследования заключается в том, что его результаты позволят конкретизировать научные представления об эмоциональных состояниях и волевых свойствах личности; расширят представления об особенностях развития эмоционально-волевой сферы в ранней и поздней юности, проявляющихся в компьютерной игровой деятельности, о психологических факторах, способствующих активному включению старшеклассников и студентов в компьютерную игровую деятельность; будут содействовать выявлению специфики компьютерной игровой деятельности (мотивы игры, уровень компьютерной игровой активности, жанровые предпочтения) и особенностей эмоционально-волевой сферы старшеклассников и студентов с различным уровнем компьютерной игровой активности, а также установлению взаимосвязей эмоциональных состояний и волевых свойств старшеклассников и студентов с их компьютерной игровой активностью и жанровыми предпочтениями в игре.

Практическая значимость исследования состоит в том, что его результаты позволят совершенствовать деятельность психологических служб системы среднего и высшего образования, обеспечивающих социализацию учащихся старших классов и студентов в аспекте профилактики появления высокого уровня компьютерной игровой активности; в конструировании комплекса методик по выявлению особенностей эмоционально-волевой сферы старшеклассников и студентов, играющих в компьютерные игры, и специфики их компьютерной игровой деятельности; в разработке программы психологического сопровождения старшеклассников и студентов, играющих в компьютерные игры («Психология компьютерных игр»), включающей рекомендации для педагогов-психологов по её реализации. Эмпирический материал исследования может быть использован в учебном процессе высших учебных заведений на занятиях по психологии.

Теоретико-методологическую основу исследования составили отечественные и зарубежные теории и концепции, включающие анализ эмоциональных состояний и волевых свойств старшеклассников и студентов, особенностей их обращения к компьютерной игровой деятельности.

Источниками исследования являются:

– фундаментальные положения о единстве личности и деятельности (Б.Г. Ананьев, Б.С. Братусь, Л.С. Выготский, А.Н. Леонтьев, В.Н. Мясищев, С.Л. Рубинштейн и др.);

– основные положения, раскрывающие функциональную структуру осознанной саморегуляции произвольной активности (О.А. Конопкин, В.И. Моросанова, А.К. Осницкий и др.).

Существенное значение в концептуальном плане имеют:

– общепсихологические подходы к изучению эмоциональных состояний (Г.Ю. Айзенк, У. Мак-Дугалл, З. Фрейд, В.К. Вилюнас, В.В. Бойко, В.А. Ганзен, Б.И. Додонов, Е.П. Ильин, К. Э. Изард, А.Н. Леонтьев, Н.Д. Левитов, А.О. Прохоров, С.Л. Рубинштейн, В.М. Смирнов и др.) и волевых свойств (Т. Гоббс, К. Левин, М.Я. Басов, Л.С. Выготский, В.А. Иванников, Е.П. Ильин, А.Г. Ковалёв и др.);

– положения о развитии эмоционально-волевой сферы в ранней и поздней юности (Л.С. Выготский, И.С. Кон, К.Н. Поливанова, Д.Б. Эльконин, И.В. Шаповаленко и др.);

– психолого-педагогические теории игровой деятельности (А. Адлер, Н.П. Аникеева, Л.С. Выготский, С.Ф. Занько, Л.Ф. Обухова, Ж. Пиаже, Г. Спенсер, С. Холл, Й. Хайзенга, В. Штерн, С.А. Шмакова, Д.Н. Узнадзе, З. Фрейд, Д.Б. Эльконин и др.);

– исследования, посвящённые изучению влияния компьютерных игр на психику человека (А.Г. Асмолов, Ю.Д. Бабаева, И.В. Бурлаков, И.В. Бурмистров, А.Е. Войскунский, Ю.М. Евстигнеева, А.Е. Жичкина, М.С. Иванов, Н.А. Носов, Н.В. Омельченко, А.И. Серавин, Ю.В. Фомичева, С.А. Шапкин, А.Г. Шмелёв, М. Griffiths, M. Davies, M. Shotton, M.N. Hall, K.S. Young и др.).

Методы исследования.

Для решения поставленных задач и проверки исходных предположений был использован комплекс взаимосвязанных методов, адекватных предмету исследования: теоретических (анализ психологической, педагогической, философской литературы по исследуемой проблеме, обобщение, синтез); эмпирических (тестирование, опрос). При обработке эмпирических данных использовались методы математической статистики (для определения значимости различий изучаемого признака U-критерий Манна – Уитни, H-критерий Краскала – Уоллиса, критерий ϕ^* – угловое преобразование Фишера, для определения корреляционных связей – коэффициент ранговой корреляции Спирмена).

Эмпирическая база: исследование проходило на базе общеобразовательных школ г. Самары: МБОУ СОШ № 95, МБОУ СОШ № 6 им. М.В. Ломоносова, МБОУ СОШ № 63; Чапаевского химико-технологического техникума; Самарского филиала ГБОУ ВПО «Московский городской педагогический университет».

В исследовании участвовали: в *пилотажном* – 90 человек: учащиеся I–II курса Чапаевского химико-технологического техникума; в *основном* – 362 человека: 162 учащихся 10-х классов; 200 студентов II–III курса университета (всего 452 испытуемых).

Основные этапы исследования:

I этап (2007–2009 гг.) – теоретический анализ философской, психологической и педагогической литературы по проблеме исследования, формулирование целей, задач и гипотезы, разработка диагностического блока и пилотажное исследование особенностей эмоциональных состояний учащихся с различным уровнем компьютерной игровой активности.

II этап (2009–2010 гг.) – основное исследование особенностей эмоционально-волевой сферы старшеклассников и студентов с различным уровнем компьютерной игровой активности.

III этап (2010–2011 гг.) – общий анализ и интерпретация результатов исследования, разработка программы психологического сопровождения старшеклассников и студентов, играющих в компьютерные игры, включающей рекомендации для педагогов-психологов по её реализации.

Положения, выносимые на защиту:

1. Одной из задач современного образования является активное внедрение информационно-технических средств в процесс обучения. Однако в образовании существует противоречие между активным использованием информационно-компьютерных технологий и уровнем психологического сопровождения этого процесса. Одним из возможных способов разрешения данного противоречия является разработка программы психологического сопровождения старшеклассников и студентов, играющих в компьютерные игры, теоретическим основанием для построения которой стало выявление взаимосвязей между особенностями эмоционально-волевой сферы старшеклассников и студентов, играющих в компьютерные игры, с компьютерной игровой активностью и жанровыми предпочтениями в игре, а также создание рекомендаций для педагогов-психологов по реализации программы.

2. Активное включение старшеклассников и студентов в компьютерную игровую деятельность осуществляется под влиянием психологических факторов, среди которых: внутреннее напряжение, вызванное конфликтом потребностей, ценностей; неумение строить конструктивные жизненные стратегии; уход от социальной ответственности; эскапизм; потребность в релаксации; интернальный локус контроля; желание дать практический выход вытесненным агрессивным импульсам; трудности в установлении контактов со сверстниками.

3. Специфика компьютерной игровой деятельности старшеклассников и студентов проявляется в основных *мотивах* обращения к компьютерной игровой деятельности (и старшеклассники и студенты обращаются к игре, чтобы развлечься, получить эмоциональную разрядку и достичь высокого результата, однако студенты чаще, чем старшеклассники, используют компьютерные игры с целью эмоциональной разгрузки, нацелены на получение высокого результата в игре и приобретение новых знаний; по сравнению с девушками юноши-старшеклассники чаще используют компьютерные игры с целью получения высокого результата в игре; юноши-студенты – с целью победить соперника, получить новые знания и эмоциональную разгрузку); *в выборе жанра* компьютерной игры (старшеклассники и студенты предпочитают игры-стратегии и ролевые игры; старшеклассники чаще выбирают игры состязательной и агрессивной направленности, студенты – игры, требующие решения интеллектуальных задач, и приключенческие; при этом юноши (как старшеклассники, так и студенты), по сравнению с девушками, чаще выбирают компьютерные игры состязательного и агрессивного характера, предполагающие «спортивные» достижения, девушки – игры, имеющие приключенческий характер и интеллектуальную направлен-

ность); в уровне компьютерной игровой активности (компьютерная игровая активность у старшеклассников выше, чем у студентов, у юношей выше, чем у девушек; у старшеклассников с низким уровнем компьютерной игровой активности уровень радости и саморегуляции произвольной активности выше, чем у их сверстников со средним и высоким её уровнем; у студентов с низким уровнем компьютерной игровой активности уровень саморегуляции произвольной активности также выше, чем у их сверстников, имеющих средний и высокий уровень активности).

4. Желание играть старшеклассники и студенты испытывают в эмоционально напряжённых, критических ситуациях, стремясь к достижению более комфортного психологического состояния. Во время компьютерной игровой деятельности как старшеклассники, так и студенты испытывают положительные эмоциональные состояния (азарт, радость, чувство превосходства над соперником), но студенты чаще, чем старшеклассники, обращаются к компьютерной игре как к средству снятия напряжения; при этом в ситуации вмешательства в игровую деятельность постороннего лица студенты, в отличие от старшеклассников, склонны прервать или закончить игру.

5. Взаимосвязи особенностей эмоционально-волевой сферы старшеклассников и студентов с компьютерной игровой активностью проявляются в том, что наиболее высокий её уровень связан с играми-стратегиями, ролевыми играми и играми агрессивно-сопостязательного характера. Взаимосвязи особенностей эмоционально-волевой сферы с жанровыми предпочтениями старшеклассников и студентов имеют следующие различия: у *старшеклассников*: а) высокая выраженность эмоционального состояния радости проявляется при меньшей игровой активности; б) высокая выраженность страха связана с более редким выбором ролевых игр; в) высокий уровень саморегуляции произвольной активности и сформированность её свойств «моделирование внешних и внутренних условий деятельности» и «планирование предстоящих исполнительских действий, необходимых для достижения цели» связаны с более редким выбором развлекательных и приключенческих игр; г) высокий уровень моделирования связан с выбором ролевых игр; д) высокий уровень силы воли связан с выбором ролевых игр и игр интеллектуальной направленности; е) чем выше уровень экстравертированности личности, тем реже выбор ролевых игр; у *студентов*: а) высокая выраженность негативных эмоциональных состояний (страх, гнев, тревожность, фрустрация) связана с более редким выбором игр агрессивно-сопостязательного характера; б) высокая самооценка волевых качеств связана с выбором игр агрессивно-сопостязательного и интеллектуального характера; в) высокий уровень программирования как свойства саморегуляции связан с играми интеллектуального характера; г) высокий уровень гибкости как свойства саморегуляции связан с выбором игр развлекательного характера и игр, требующих быстроты реакций.

6. Содержание программы сопровождения старшеклассников и студентов, играющих в компьютерные игры, базируется на интеграции теоретических знаний (об особенностях развития эмоционально-волевой сферы в юношеском возрасте; игре как средстве развития личности; психологии компьютерной игровой

деятельности; психологических факторах, способствующих активному включению учащейся молодежи в компьютерную игровую деятельность) и эмпирического знания об особенностях эмоционально-волевой сферы старшеклассников и студентов с различным уровнем компьютерной игровой активности, а также взаимосвязях между особенностями эмоционально-волевой сферы играющих с их компьютерной игровой активностью и жанровыми предпочтениями в игре. Программа включает *теоретический блок*, куда входит информационно-просветительский раздел, содержание которого способствует расширению знаний старшеклассников, студентов, их родителей и педагогов о психологии игроков и проблемах повышения компьютерной игровой активности, раздел рекомендаций для старшеклассников и студентов по использованию компьютерных игр разных жанров; *практический блок*, включающий диагностический раздел, содержание которого позволяет выявить специфику игровой компьютерной деятельности и особенности эмоционально-волевой сферы личности, тренинговый раздел, содержащий комплекс психологических упражнений, обеспечивающих формирование высокого уровня саморегуляции произвольной активности. Завершают программу методические рекомендации для педагогов-психологов по её реализации в образовательном учреждении.

Достоверность полученных результатов обеспечивалась разносторонним анализом проблемы при определении исходных теоретических позиций; адекватностью логики и методов исследования его цели и задачам; применением комплекса методик исследования; использованием методов количественной и качественной обработки результатов; соблюдением правил и норм эмпирического психологического исследования.

Апробация результатов исследования. Основные положения и результаты исследования излагались и обсуждались на заседаниях кафедры педагогической и прикладной психологии и кафедры общей и социальной психологии Самарского филиала ГБОУ ВПО «Московский городской педагогический университет», а также в выступлениях на научно-практических и научно-методических конференциях: на II всероссийской научно-практической конференции «Профессиональное и личностное самоопределение молодёжи в период социально-экономической стабилизации России» (Самара, 2008), на всероссийской научной юбилейной конференции «Психология человека в современном мире (к 120-летию со дня рождения С.Л. Рубинштейна)» (Москва, 2009), на всероссийской конференции с международным участием «Современные проблемы психологии развития и образования человека» (Санкт-Петербург, 2009), на V международной конференции «Информационные системы и технологии» (Минск, 2009), на II международной научно-практической конференции «Актуальные проблемы современной психологии» (Кемерово, 2011), на IX международной научно-практической конференции «Здоровое поколение – международные ориентиры XXI века» (Самара, 2011–2012). Материалы исследования внедрены в практику психолого-педагогической деятельности в МБОУ Кадетская школа № 95 г.о. Самара, МБОУ Школа № 63 г.о. Самара и Самарского филиала ГБОУ ВПО «Московский городской педагогический университет».

Структура диссертации соответствует логике исследования и включает введение, две главы, заключение, список литературы, приложение.

Во введении обосновываются проблема исследования, объект, предмет, цель, гипотеза, определяются задачи, методологические основы, база, этапы, методы, научная новизна, теоретическая и практическая значимость исследования; формулируются положения, выносимые на защиту.

В первой главе «Теоретические основы изучения эмоциональных состояний и волевых свойств старшеклассников и студентов, играющих в компьютерные игры» конкретизировано научное представление о содержании понятий «эмоциональные состояния» и «волевые свойства»; рассмотрены особенности развития эмоционально-волевой сферы старшеклассников и студентов; представлен исторический экскурс в проблематику игры, проанализировано влияние игровой деятельности на развитие личности; уделено внимание психологическим факторам, способствующим активному включению учащихся и студентов в компьютерную игровую деятельность.

Во второй главе «Эмпирическое исследование эмоциональных состояний и волевых свойств старшеклассников и студентов с различным уровнем компьютерной игровой активности» описаны этапы и методы эмпирического исследования, дана характеристика контингента испытуемых, представлены результаты исследования: рассмотрена специфика компьютерной игровой деятельности старшеклассников и студентов; выявлены особенности эмоционально-волевой сферы старшеклассников и студентов, играющих и не играющих в компьютерные игры, а также имеющих различный уровень компьютерной игровой активности; установлены и проанализированы взаимосвязи эмоциональных состояний и волевых свойств с компьютерной игровой активностью и выбором жанра игры у старшеклассников и студентов; даны рекомендации для педагогов-психологов по реализации программы психологического сопровождения старшеклассников и студентов, играющих в компьютерные игры.

В заключении обобщены результаты исследования, изложены его основные выводы, подтверждающие гипотезу и состоятельность положений, выносимых на защиту.

Список литературы включает 200 наименований.

В приложении представлен авторский опросник «Компьютерная игра», выявляющий специфику компьютерной игровой деятельности старшеклассников и студентов.

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ

В последние десятилетия отмечается активное стремление старшеклассников и студентов к компьютерной игровой деятельности с целью снятия эмоциональных состояний негативного характера, возникающих в процессе учебной деятельности.

Это явление требует специального изучения в части выявления особенностей эмоционально-волевой сферы старшеклассников и студентов с различным уровнем компьютерной игровой активности. Решение данной научной проблемы

затрагивает различные аспекты развития эмоциональных состояний и волевых свойств в ранней и поздней юности.

Анализ зарубежной и отечественной научной литературы даёт представление о широте понятийного аппарата, используемого для описания эмоциональных состояний: специфическая активность центральной нервной системы (У. Кеннон, Ф. Бард); реакции на меру удовлетворения потребностей организма (В.А. Ганзен); переживания человеком своего отношения к окружающей действительности и к самому себе (А.А. Реан); стереотип эмоционального поведения (В.В. Бойко); эмоциональная составляющая психического состояния (В.М. Смирнов, Л.В. Куликов, А.И. Трохачёв); форма психических состояний человека с преобладанием эмоционального реагирования по типу доминанты, отражающая общую активность, мотивационную направленность, уровень самооценки, тревожности, коммуникативности, социальной адаптации (М.М. Безруких, Д.А. Фербер).

При многообразии подходов к изучению эмоциональных состояний неизбежно многообразие их классификаций. В рамках нашего исследования наиболее значимыми были классификации Г. Айзенка (тревожность, агрессивность, фрустрация, ригидность), Л.А. Рабинович (страх, гнев, печаль, радость), В.А. Ганзена (в многокомпонентную структуру эмоциональных состояний включены эмоциональные переживания – волнение, грусть, тоска, радость, спокойствие; практические эмоциональные переживания – вдохновение, готовность, активизация, усталость; мотивационно-ориентировочные эмоциональные переживания – скука, заинтересованность, тревога, страх).

На основе результатов анализа научной литературы мы конкретизировали научное представление о содержании понятия «эмоциональные состояния». Эмоциональные состояния – это переживания различной интенсивности и длительности, характеризующиеся положительными, нейтральными и отрицательными эмоциями, стимулирующими либо тормозящими удовлетворение потребностей.

Следующим этапом нашей работы была конкретизация понятия «волевые свойства».

Для зарубежной и отечественной психологической науки характерно разнообразие в подходах к исследованию воли: 1) мотивационный – воля объясняется с помощью категорий психологии мотивации (Л.С. Выготский, Т. Гоббс, Д.Н. Узнадзе, Х. Хекхаузен и др.); 2) регуляционный – воля соотносится с функциями контроля, управления и саморегуляции (М.Я. Басов, Д.Ю. Жихарев, В.А. Иванников, К. Левин, В.И. Моросанова и др.); 3) подход свободного выбора – волевые процессы связываются с осуществлением выбора (У. Джеймс, С.Л. Рубинштейн и др.).

Мы придерживаемся регуляционного подхода в понимании воли и рассматриваем её с точки зрения способности к саморегуляции. Выделяя в воле две стороны – содержательную и динамическую, сторонники регуляционного подхода делают акцент на ее динамической стороне, то есть на способности при помощи волевого усилия преодолевать внешние и внутренние трудности на пути к достижению цели, что выражается в волевых свойствах личности.

Опираясь на идеи О.А. Конопкина, В.И. Моросановой, А.К. Осницкого, изучавших структуру системы саморегуляции произвольной активности человека, В.А. Иванникова, разработавшего теорию волевой саморегуляции поведения и деятельности, А.О. Прохорова, создавшего концепцию функциональных структур регуляции психических состояний, Л.П. Гримака, выделившего уровни саморегуляции (информационно-энергетический, эмоционально-волевой, мотивационный, индивидуально-личностный), мы конкретизировали содержание понятия «волевые свойства», признав таковыми те свойства личности, которые проявляются в способности к преобразованию непроизвольных психических процессов в произвольные, развиваются в процессе становления личности и обеспечивают человеку возможность целенаправленно принимать решения в условиях преодоления трудностей за счёт волевых усилий и саморегуляции произвольной активности, реализующейся в планировании деятельности, моделировании условий, программировании действий, оценивании результатов и их коррекции.

Человеку присущи многообразные и сложные сочетания процессов самоуправления и саморегулирования. Они лежат в основе становления личности, формирования субъекта деятельности и поведения. Л.С. Выготский, И.С. Кон, И.Ю. Кулагина, В.И. Моросанова, Х. Ремшмидт, И.В. Шаповаленко, Д.Б. Эльконин рассматривают юность как психологический возраст перехода к самостоятельности, период самоопределения, формирования мировоззрения, морального сознания и самосознания, как сензитивный период для развития эмоциональной устойчивости и саморегуляции произвольной активности. Анализ работ названных учёных позволяет выделить периоды ранней юности: 15–17 лет (старшеклассники) и поздней юности: 17–21 год (студенты).

Для теоретического осмысления компьютерной игровой активности в юношеском возрасте мы обратились к источникам, содержащим анализ феномена «игры» как компонента человеческой культуры (М.М. Бахтин, Й. Хайзенга), средства воспитания (А.С. Макаренко, Ж.-Ж. Руссо) и обучения (Л.Ф. Обухова). В отечественной психологии игра рассматривается в основном как вид деятельности, мотивом которой является получение положительных эмоций, новых знаний, умений и навыков, развитие личностных качеств и отношений с окружающими (Л.С. Выготский, Л.Ф. Обухова, Д.Н. Узнадзе, Д.Б. Эльконин и др.). Многочисленные теории игровой деятельности (Ю.А. Азаров, Н.П. Аникеева, С.А. Шмаков и др.) указывают на обучающий, развивающий, терапевтический потенциал игры. Значительно меньшее число исследований посвящено её регулятивной функции. Между тем современные юноши и девушки всё чаще обращаются к компьютерной игре как к средству регуляции негативных эмоциональных состояний.

Среди психологических исследований компьютерной игровой деятельности можно указать работы J. Colwell, W. Chiou, C. Grady, J. Payne, N. Yee, C. Wan, изучавших мотивацию обращения к компьютерным играм, эмоциональные особенности играющих, их самооценку. Особенности влияния компьютерных игр на психику человека посвящены работы А.Г. Асмолова, Ю.Д. Бабаевой, И.В. Бурлакова, А.Е. Войскунского, Ю.М. Евстигнеевой, Н.А. Носова и др. Ком-

пьютерную игровую активность рассматривала Н.В. Омельченко. Методологическая основа применения новых информационных технологий в образовании отражена в работах Я.А. Ваграменко, Г.В. Каревой, К.К. Колина, О.Ю. Коркиной, Л.Ф. Обуховой, Е.С. Полат и др. Проблема зависимости от компьютерных игр рассматривалась И.В. Бурмистровым, М.С. Ивановым, С.В. Митрофановой, В.В. Савченко, С.А. Шапкиным, А.Г. Шмелёвым, И.В. Черниковой, Ю.В. Фомичевой, M. Griffiths, M. Davies, M. Shotton, M.N. Hall, K.S. Young и др.

Несмотря на значительные результаты, достигнутые в изучении компьютерных игр, в науке нет однозначного толкования понятия «компьютерная игровая деятельность», в полной мере не определена её специфика. В работах И.В. Бурмистрова, А.Г. Шмелева, Ю.В. Фомичевой, Ю.М. Евстигнеевой, M. Griffiths, M. Davies, D. Chappell, N. Yee и других учёных выделяются такие мотивы компьютерной игровой деятельности, как скука, отсутствие дел, желание победить соперника, приобрести новые знания, достичь высокого результата в игре, развлечься, получить эмоциональную разрядку, уйти от реальности, наслаждение насилием, потребность в достижении, возможность поработать на компьютере и т.д., однако перечень мотивов не конкретизирован и не систематизирован по уровням их значимости.

Критерии принадлежности игры к тому или иному жанру также не определены однозначно, единой классификации компьютерных игр нет. Попытки дать психологическую характеристику жанрам компьютерных игр принадлежат Ю.М. Евстигнеевой, М.С. Иванову, Н.Я. Киреевой, Н.В. Омельченко, А.Г. Шмелёву. В нашем исследовании мы преимущественно опирались на классификацию компьютерных игр, данную Ю.М. Евстигнеевой, с учётом психологических составляющих изучаемого явления. При этом мы условно объединили компьютерные игры разных жанров по направлениям, учитывая характер игр: а) обучающие, интеллектуальные и логические («Quest», «Strategy»); б) ролевые «RPG»; в) приключенческие, развлекательные игры и игры, требующие быстрой реакции при имитации какой-либо области реальной жизни («Arcade», «Adventure», «Simulator»); г) агрессивно-соревновательные игры («Action», «3d Action»); д) компьютеризированные настольные игры («Шашки», «Шахматы» и т.д.).

Совокупность указанных выше теоретических положений позволила нам конкретизировать понятие «компьютерная игровая деятельность». Компьютерная игровая деятельность – это вид активности, обусловленный виртуальным игровым пространством, представляющим модель действительности, в которой может происходить самореализация личности, требующий наличия определённых технических средств и имеющий специфику в области мотивации обращения, уровне компьютерной игровой активности и жанровых предпочтениях.

Изучая особенности эмоциональных состояний старшеклассников и студентов с различным уровнем компьютерной игровой активности, мы обратились к научным работам, близким по теме к нашей. Оказалось, что в имеющихся эмпирических исследованиях дана противоречивая оценка эмоционально-волевой сферы игроков. С одной стороны, исследования показывают, что эмоциональная сфера игроков характеризуется сниженным общим фоном настроения, волевая –

низким уровнем саморегуляции поведения (И.В. Бурлаков, А.Е. Войскунский, А.В. Гришина, С.А. Шапкин). С другой стороны, выявлено, что компьютерная игра выступает средством развития эмоциональной сферы, а также формирует волевые качества личности (О.К. Тихомиров, О.Е. Лысенко).

Таким образом, в настоящее время в педагогической психологии нет достаточно чёткого представления о том, как компьютерная игровая деятельность влияет на человека и какие индивидуально-типологические особенности игрока имеют связь с его компьютерной игровой активностью и выбором жанра игры. Как следствие – отсутствуют программы психологического сопровождения учащейся молодежи, играющей в компьютерные игры.

Эмпирическое исследование было направлено на выявление эмоциональных состояний и волевых свойств старшеклассников и студентов с различным уровнем компьютерной игровой активности, а также на установление взаимосвязи эмоциональных состояний и волевых свойств с компьютерной игровой активностью и выбором жанра игры.

В основном исследовании особенностей эмоционально-волевой сферы старшеклассников и студентов с различным уровнем компьютерной игровой активности приняли участие школьники г. Самары (группа из 162 человека) и студенты вуза (группа из 200 человек), всего 362 человека. Исследование проходило в несколько этапов:

I. Разделение испытуемых на подгруппы и выявление специфики компьютерной игровой деятельности:

1. Группы испытуемых были разделены на четыре подгруппы: две подгруппы старшеклассников (№ 1, № 2) и две подгруппы студентов (№ 3, № 4) – в зависимости от *опыта компьютерной игровой деятельности*: подгруппы № 1 и № 3 составили испытуемые, систематически играющие в КИ (2–3 раза в неделю и чаще на протяжении нескольких лет), подгруппы № 2 и № 4 – испытуемые, никогда не игравшие в КИ либо имеющие в прошлом незначительный компьютерный игровой опыт, а в настоящем – единичные игровые пробы. Далее в подгруппах играющих в КИ были изучены специфика компьютерной игровой деятельности и отношение родителей к увлечению своих детей компьютерными играми.

2. По времени включённости в компьютерную игровую деятельность – *компьютерная игровая активность* – подгруппы старшеклассников (№ 1) и студентов (№ 3), играющих в КИ, были разделены на четыре подподгруппы: играющие менее 1 часа в день, от 1 до 3 часов, от 3 до 5 часов, более 5 часов.

II. Выявление особенностей эмоционально-волевой сферы у испытуемых с различным компьютерным игровым опытом и различной компьютерной игровой активностью.

III. Выявление взаимосвязи особенностей эмоционально-волевой сферы с компьютерной игровой активностью и жанровыми предпочтениями в игре.

Результаты исследования. По опроснику «Компьютерная игра» было выявлено, что компьютерная игровая деятельность занимает 2–3 место в структуре досуга учащихся юношеского возраста, поскольку чтение книг, занятия спортом всё чаще заменяются «общением» с компьютером.

Количественное сопоставление подгрупп, выделенных по критерию опыта обращения к компьютерным играм, дало первые результаты: в подгруппу № 1 вошли 96 старшеклассников, играющих в КИ; в подгруппу № 2 – 66 старшеклассников, не играющих в КИ; в подгруппу № 3 вошли 93 студента, играющих в КИ; в подгруппу № 4 – 107 студентов, не играющих в КИ. Обращение к компьютерной игровой деятельности у старшеклассников отмечается чаще, чем у студентов (59% и 49,5%). Данная тенденция отражает психологические особенности испытуемых, связанные с возрастом: с помощью КИ старшеклассники, имея меньший жизненный опыт и большую неопределённость в отношении будущего, реализуют себя, уходя от тревожащих проблем в «виртуальную реальность». Частота обращения старшеклассников к КИ подтверждает данное предположение (таблица 1).

Таблица 1

Частота обращения старшеклассников и студентов к компьютерным играм (%)

Частота обращения к КИ	Старшеклассники	Студенты
1 раз в неделю и реже	11%	14%
2–3 раза в неделю	43%	49%
Практически каждый день	46%	37%

Студенты, как более взрослые и так или иначе определившиеся в профессии, в большей степени нацелены на овладение профессиональными знаниями и умениями, а при возможности – на применение полученных знаний. У юношей в старшем школьном и в студенческом возрасте потребность в игре выше, чем у девушек. Незначительная заинтересованность девушек компьютерными играми может объясняться культурно-историческим фактором – в обществе игры всегда были более мужским занятием, чем женским, а также тем, что в индустрии гейм-дизайна работают в основном мужчины.

Специфика компьютерной игровой деятельности старшеклассников и студентов проявляется в мотивах игры, уровне компьютерной игровой активности и выборе жанра игры. Исследование *мотивации* обращения выявило, что для всех испытуемых желание развлечься, желание получить эмоциональную разрядку и стремление достичь высокого результата в игровой компьютерной деятельности являются ведущими мотивами (рисунок 1). Однако анализ достоверных различий показал, что студенты чаще, чем старшеклассники, используют КИ с целью эмоциональной разгрузки ($U=3983,000$, $p \leq 0,05$), в большей степени нацелены на получение высокого результата в игре ($U=3871,000$, $p \leq 0,05$), на приобретение знаний ($U=3805,000$, $p \leq 0,01$).

Таким образом, обращение к компьютерным играм является для студентов более осознанной и целенаправленной деятельностью, позволяющей как снимать психоэмоциональное напряжение, так и удовлетворять познавательные потребности.

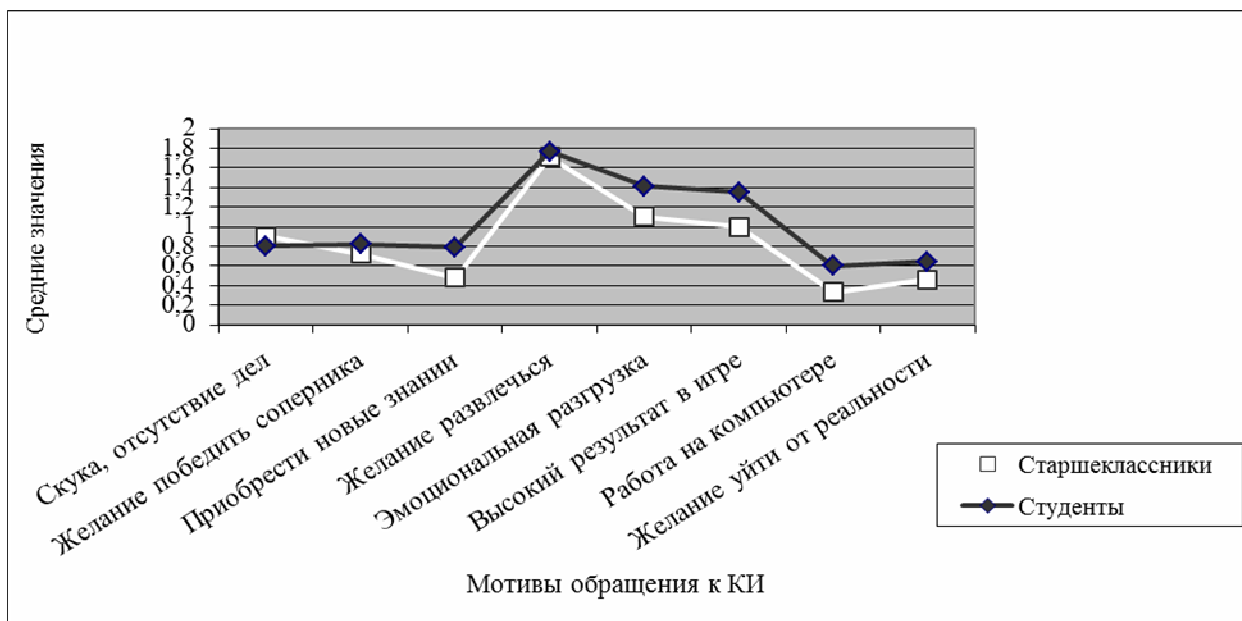


Рисунок 1. Мотивация обращения старшеклассников и студентов к компьютерным играм

При исследовании *жанровых предпочтений в игре* было выявлено, что старшеклассники и студенты знакомы со всеми выделенными жанрами компьютерных игр, но в числе наиболее предпочитаемых – игры-стратегии и ролевые игры. Анализ достоверных различий позволил установить, что старшеклассники, в отличие от студентов, больше предпочитают «Action» ($U=3921,000$, $p \leq 0,05$). Студенты чаще выбирают «Arcade» ($U=3515,000$, $p \leq 0,01$); «Quest» ($U=3966,000$, $p \leq 0,05$); «Adventure» ($U=3906,000$, $p \leq 0,05$); «Обучающие» ($U=4032,000$, $p \leq 0,05$), а также «Настольные» игры ($U=3711,000$, $p \leq 0,01$). Таким образом, выявлено, что старшеклассники, в отличие от студентов, более склонны выбирать игры состязательного и агрессивного характера, а студентам свойственна ориентация на смысловые моменты сюжетных игр: они предпочитают игры, требующие решения интеллектуальных задач, предполагающие достижение высокого результата и имеющие приключенческий характер, а также настольные игры. Юношам (старшеклассникам и студентам) больше, чем девушкам, свойственно играть в КИ агрессивно-состязательного характера (девушки предпочитают приключенческие игры и игры с интеллектуальной направленностью). Полученные результаты могут быть связаны с тем, что эмоциональная сфера девушек, по сравнению с юношами, отличается большим диапазоном и степенью выраженности эмоций, их привлекает сам процесс компьютерной игровой деятельности, её красочность и динамичность, а юноши чаще оценивают игру с точки зрения её программной реализации и средства самоопределения.

Во время компьютерной игровой деятельности все пользователи переживают положительные эмоциональные состояния. Это связано с тем, что виртуальный мир компьютерной игры способствует реализации психологических потребностей молодежи (в общении, самоутверждении, релаксации и т.д.). Студентам во время компьютерной игры в большей степени присущи такие эмоцио-

нальные состояния, как азарт, радость, удовольствие. Для них КИ чаще служат средством эмоциональной разрядки.

Уровни компьютерной игровой активности старшеклассников и студентов отражены в таблице 2.

Таблица 2

Уровни компьютерной игровой активности старшеклассников и студентов

Уровни компьютерной игровой активности	№ подподгрупп	Старшеклассники	№ подподгрупп	Студенты
Менее 1 часа (<i>низкий</i>)	1 а	29,2%	3 а	36%
От 1 до 3 часов (<i>средний</i>)	1 б	35,4%	3 б	45%
От 3 до 5 часов (<i>высокий</i>)	1 в	29,2%	3 в	15%
Более 5 часов (<i>предельный</i>)	1 г	6,2%	3 г	4%

Анализ компьютерной игровой активности старшеклассников и студентов показывает: 1) наибольшее количество старшеклассников и студентов уделяет КИ 1–3 часа в день (35,4% и 45%); 2) количество старшеклассников, уделяющих КИ от 3 до 5 часов в день, больше, чем студентов (29,2% и 15%); 3) небольшое количество старшеклассников и студентов уделяет КИ более 5 часов в день (6,2% и 4% – только юноши). По критерию φ^* установлено, что количество старшеклассников, играющих от 3 до 5 часов в день, достоверно выше, чем число студентов той же категории ($\varphi^*=2,454$, $p \leq 0,01$). Образ жизни старшеклассников, их возрастные особенности и основные психологические новообразования влияют на все виды деятельности, в том числе и на компьютерную игровую деятельность, которая в ранней юности имеет более компенсаторный характер, а в поздней – является более осознанной, направлена на получение новых знаний, отдых и расслабление. Учебная деятельность старшеклассников связана с большими психоэмоциональными нагрузками. Это объясняется нарастающим чувством тревоги и страха при подготовке к ЕГЭ и необходимостью моделирования жизни по результатам экзамена. Негативные состояния усиливаются искусственным нагнетанием стрессовой ситуации, связанной с предстоящим тестированием, со стороны учителей и родителей.

Важно отметить, что девушки – и старшеклассницы, и студентки – проводят за компьютерной игрой меньше времени, чем юноши. Привлекает внимание и тот факт, что большинство родителей старшеклассников (73,3%) и студентов (81,9%) безразлично относится к увлечению своих детей компьютерными играми, даже когда они играют 3–5 часов ежедневно.

Исследование особенностей эмоционально-волевой сферы старшеклассников и студентов, *не играющих и играющих в компьютерные игры*, выявило:

1. Эмоциональные состояния «радость», «страх», «печаль», «тревожность», «фрустрация», «ригидность», «агрессивность» и «гнев» у всех старшеклассников и студентов имеют в основном средний и низкий уровень выраженности. Однако «радость» как доминирующее эмоциональное состояние в высоком уровне выраженности более свойственна не играющим в КИ старшеклассникам и студен-

там (48,5% и 45%), чем играющим (38% и 38%), так же, как и состояние страха, которое у неиграющих старшеклассников и студентов отмечается достоверно чаще, чем у играющих; показатель эмоционально-смысловых представлений о себе по шкале «Активность» (экстравертированность) в подгруппах старшеклассников и студентов, не играющих в компьютерные игры, выше, чем в подгруппах играющих, но достоверные различия с помощью U-критерия Манна – Уитни установлены только у студентов ($U=4148,500$, $p\leq 0,05$).

2. При изучении волевых свойств выявлено, что: 1) такой волевой показатель, как «сила воли», имеет средний уровень развития у всех старшеклассников и студентов, но в подгруппах учащихся, не играющих в КИ, практически не выявлено испытуемых с низким уровнем силы воли: старшеклассников 0% и студентов 2% – это значительно меньше, чем в подгруппах испытуемых, играющих в КИ: соответственно 6,3% и 9,1%. Достоверные различия были выявлены только в подгруппе студентов: уровень силы воли у не играющих в КИ выше, чем у играющих ($U=3998,000$, $p\leq 0,05$); 2) общий уровень осознанной саморегуляции произвольной активности у всех старшеклассников и студентов имеет средний уровень сформированности, однако у не играющих в КИ старшеклассников ($U=2430,000$, $p\leq 0,05$) и студентов ($U=33,000$, $p\leq 0,01$) общий уровень саморегуляции и её свойство «программирование предстоящих исполнительских действий» достоверно выше, чем у играющих.

В целом можно отметить, что уровень сформированности волевых свойств у старшеклассников ниже, чем у студентов, это является характерным для периода ранней юности. У не играющих в КИ старшеклассников и студентов он выше, чем у играющих.

Исследование особенностей эмоционально-волевой сферы в зависимости от уровня компьютерной игровой активности выявило: 1) уровень радости ($N=16,416$, $p\leq 0,01$) у старшеклассников с низким уровнем компьютерной игровой активности выше, чем у их сверстников со средним и высоким её уровнем, то есть чем больше радости человек испытывает в обыденной жизни, тем меньше у него потребность в обращении к КИ; 2) уровень саморегуляции произвольной активности у старшеклассников ($N=9,418$, $p\leq 0,05$) и студентов ($N=9,356$, $p\leq 0,05$) с низким уровнем компьютерной игровой активности достоверно выше, чем у их сверстников, имеющих средний и высокий уровень активности. Следовательно, недостаточно высокий уровень сформированности саморегуляции произвольной активности может быть одной из причин чрезмерной увлечённости компьютерными играми, поскольку при высоких показателях саморегуляции возможно самоограничение, сдерживание некоторых достаточно сильных влечений, сознательное подчинение их другим, более значимым и важным.

По итогам исследования выявлены взаимосвязи эмоционально-волевой сферы старшеклассников и студентов с компьютерной игровой активностью и жанровыми предпочтениями в игре:

1) у *старшеклассников*: а) чем выше проявление эмоционального состояния радости, тем меньше обращений к КИ жанров «Arcade» ($R=-0,298$, $p\leq 0,01$), «Adventure» ($R=-0,282$, $p\leq 0,01$), «Quest» ($R=-0,315$, $p\leq 0,01$), «RPG» ($R=-0,268$,

$p \leq 0,01$), «Simulator» ($R = -0,225$, $p \leq 0,05$), и доминирующее состояние радости связано с низкой компьютерной игровой активностью ($R = -0,225$, $p \leq 0,05$); б) чем выше уровень страха, тем менее вероятен выбор игр жанра «RPG» ($R = -0,301$, $p \leq 0,01$), который требует принятия на себя роли персонажа, вживания в его образ и ответственности за развитие игрового сюжета; ролевые игры, предполагающие общение и высокую компьютерную игровую активность, реже выбирают учащиеся с экстравертированной направленностью ($R = -0,360$, $p \leq 0,01$); в) высокий уровень саморегуляции произвольной активности ($R = -0,269$, $p \leq 0,01$) и сформированность её свойств «моделирование» и «планирование» связан с более редким выбором игр жанров «Arcade», «Simulator» и «Adventure», то есть чем лучше сформировано умение планировать свою деятельность, тем реже отмечается обращение к играм развлекательного и приключенческого характера; г) высокий уровень моделирования (соответствие программ действий планам деятельности) связан с выбором игр жанра «RPG» ($R = 0,225$, $p \leq 0,05$), в которых возможно моделирование практически любой деятельности; д) чем выше сила воли, тем чаще выбор жанров, требующих усидчивости, решительности и обдуманности действий: «Strategy» ($R = 0,316$, $p \leq 0,01$), «RPG» ($R = 0,307$, $p \leq 0,01$), «Quest» ($R = 0,215$, $p \leq 0,05$); д) высокая компьютерная игровая активность связана с играми агрессивно-соревновательного – «3DAction» ($R = 0,214$, $p \leq 0,05$) и интеллектуального характера – «Strategy» ($R = 0,232$, $p \leq 0,05$);

2) у студентов: а) высокая выраженность негативных эмоциональных состояний: тревожность ($R = -0,316$, $p \leq 0,01$), фрустрация ($R = -0,344$, $p \leq 0,01$), гнев ($R = -0,261$, $p \leq 0,01$), печаль ($R = -0,310$, $p \leq 0,01$), страх ($R = -0,478$, $p \leq 0,01$) – связана с более редким выбором игр жанра «3d Action» агрессивно-соревновательного характера, цель которых, как правило, уничтожение соперника; б) высокая выраженность негативных эмоциональных состояний гнева ($R = -0,200$, $p \leq 0,05$) и фрустрации ($R = -0,213$, $p \leq 0,05$) связана с меньшей компьютерной игровой активностью; в) жанры «3d Action» ($R = 0,238$, $p \leq 0,05$) и «Strategy» ($R = 0,290$, $p \leq 0,01$) выбирают пользователи с высокой самооценкой волевых качеств, представления о которых, возможно, и формируются в процессе компьютерной игровой деятельности; г) высокий уровень программирования как свойства саморегуляции связан с выбором игр жанра «Strategy» ($R = 0,270$, $p \leq 0,01$), которые строятся на умении игрока продумывать, планировать, программировать последовательность своих действий; д) высокий уровень гибкости как свойства саморегуляции связан с выбором игр жанра «Arcade» ($R = 0,210$, $p \leq 0,05$), «Simulator» ($R = 0,239$, $p \leq 0,05$), направленных на развлечение и основанных на скорости реакций игрока; е) наиболее высокая компьютерная игровая активность связана с жанрами «3DAction» ($R = 0,285$, $p \leq 0,01$), «RPG» ($R = 0,352$, $p \leq 0,01$), «Strategy» ($R = 0,224$, $p \leq 0,05$), которые отличаются достаточной сложностью; ж) высокий уровень экстравертированности личности связан с низкой компьютерной игровой активностью ($R = -0,204$, $p \leq 0,05$).

Таким образом, у старшеклассников и студентов особенности эмоционально-волевой сферы по-разному проявляются во взаимосвязи с компьютерной игровой активностью и жанровыми предпочтениями в игре. Это во многом обу-

словлено возрастными особенностями: студентов от старшеклассников отличает более высокий уровень сформированности эмоционально-волевой сферы и более широкий спектр возможностей самореализации, поэтому и показатели значимости корреляционных связей в подгруппах испытуемых имеют свою специфику. Выявлено, что и у старшеклассников, и у студентов игры-стратегии, ролевые игры и игры агрессивно-сопоставительного характера вызывают высокую игровую активность, что показывает на необходимость проведения просветительской и профилактической работы по предупреждению высокого уровня компьютерной игровой активности.

Анализ результатов диссертационного исследования позволил сделать следующие **выводы**:

1. Теоретический анализ зарубежных и отечественных исследований позволил конкретизировать понятия «эмоциональные состояния» и «волевые свойства». Эмоциональные состояния – это переживания различной интенсивности и длительности, проявляющиеся положительными, нейтральными и отрицательными эмоциями, стимулирующими либо тормозящими удовлетворение потребностей. Волевые свойства – это способности человека к преобразованию произвольных психических процессов в произвольные, которые развиваются в процессе становления личности и обеспечивают возможность целенаправленно принимать решения в условиях преодоления трудностей за счёт волевых усилий и саморегуляции произвольной активности, реализующейся в планировании деятельности, моделировании условий, программировании действий, оценивании результатов и их коррекции.

2. В ходе теоретического исследования выявлены факторы, способствующие активному включению старшеклассников и студентов в компьютерную игровую деятельность. Среди основных факторов следует выделить: внутреннее напряжение, вызванное конфликтом потребностей; неумение строить конструктивные жизненные стратегии; уход от социальной ответственности; эскапизм – использование компьютерной игры для того, чтобы избежать мыслей о жизненных проблемах; потребность в релаксации; интернальный локус контроля; желание дать практический выход агрессивным импульсам и выразить чувства гнева, злости; трудности в установлении контактов со сверстниками.

3. Анализ основных мотивов обращения к компьютерным играм у старшеклассников и студентов показал, что у всех испытуемых доминируют желания развлечься, получить эмоциональную разрядку и достичь высокого результата в игре. При этом студенты чаще, чем старшеклассники, используют компьютерные игры с целью эмоциональной разгрузки, нацелены на получение высокого результата и приобретение новых знаний. По сравнению с девушками юноши-старшеклассники в большей степени используют компьютерные игры с целью получения высокого результата, юноши-студенты – с целью победить соперника, получить новые знания, эмоциональную разгрузку. Девушек, по сравнению с юношами, больше привлекает сам процесс игровой деятельности, её красочность и динамичность, они преимущественно обращают внимание на культуру игры.

4. Сравнение уровня компьютерной игровой активности старшеклассников и студентов показало значимость возрастных особенностей при обращении к компьютерным играм: компьютерная игровая активность у старшеклассников выше, чем у студентов: они проводят за игрой 3–5 часов в день; юноши – и старшеклассники, и студенты – играют чаще, чем девушки; при этом зависимость доминирующих эмоциональных состояний от компьютерной игровой активности выявлена только у *старшеклассников*: испытуемые с низким уровнем компьютерной игровой активности имеют более высокий уровень радости. Исследование также показало, что старшеклассники и студенты с низким уровнем компьютерной игровой активности имеют более высокий уровень сформированности саморегуляции произвольной активности по сравнению с испытуемыми, имеющими средний и высокий уровень активности.

5. Старшеклассниками и студентами освоены все исследованные жанры компьютерных игр, но наиболее предпочитаемы игры-стратегии и ролевые игры. Старшеклассники, в отличие от студентов, чаще выбирают игры агрессивностязательного характера, студенты – игры, требующие решения интеллектуальных задач, и приключенческие. Юношам (и старшеклассникам, и студентам), в отличие от девушек, свойственно выбирать компьютерные игры, имеющие агрессивно-состязательный характер, нацеленные на «спортивные» достижения, девушкам – игры, имеющие приключенческий характер и интеллектуальную направленность.

6. Исследованием установлено, что высокая компьютерная игровая активность старшеклассников и студентов связана с играми-стратегиями, ролевыми играми и играми агрессивно-состязательного характера, при этом особенности эмоционально-волевой сферы игроков связаны, во-первых, с их компьютерной игровой активностью: высокая выраженность состояния радости связана с меньшей компьютерной игровой активностью (выявлено только у старшеклассников); во-вторых, – с жанровыми предпочтениями в игре: у старшеклассников высокая выраженность страха связана с более редким выбором ролевых игр; высокий уровень развития саморегуляции произвольной активности и сформированность её свойств «моделирование» и «планирование» связаны с более редким выбором развлекательных и приключенческих игр; высокий уровень моделирования связан с выбором ролевых игр; высокий уровень силы воли связан с выбором ролевых игр и игр интеллектуального характера; высокий уровень экстравертированности личности связан с более редким выбором ролевых игр; у студентов высокая выраженность негативных эмоциональных состояний (страх, гнев, тревожность, фрустрация) связана с более редким выбором игр агрессивно-состязательного характера; высокий уровень самооценки волевых качеств связан с выбором игр агрессивно-состязательного и интеллектуального характера; высокий уровень программирования как свойства саморегуляции связан с выбором игр-стратегий; высокий уровень гибкости как свойства саморегуляции связан с выбором игр развлекательного характера и игр, требующих быстроты реакций.

7. Поскольку компьютерная игровая деятельность в последние годы занимает значительное место в структуре досуга старшеклассников и студентов, тре-

буется создание специальной программы, направленной на формирование осознанного отношения учащихся к компьютерной игровой деятельности и высокого уровня осознанной саморегуляции произвольной активности. Разработанная автором программа «Психология компьютерных игр» является средством психологического сопровождения старшеклассников и студентов, играющих в компьютерные игры, и содержит теоретический и практический блоки, а также методические рекомендации для педагогов-психологов по её реализации.

Выполненное нами исследование особенностей эмоционально-волевой сферы старшеклассников и студентов с различным уровнем компьютерной игровой активности вносит определённый вклад в решение задачи научного обоснования психологического сопровождения старшеклассников и студентов, играющих в компьютерные игры. Мы осознаём, что не все поставленные нами задачи решены в равной мере глубоко и основательно. Вместе с тем исследование выявляет ряд проблем, изучение которых может и должно быть продолжено. В частности, это изучение специфики компьютерной игровой деятельности студентов – юношей и девушек, – обучающихся по различным направлениям.

Основные положения диссертации отражены в следующих публикациях:

I. Научные статьи

а) опубликованные в ведущих российских периодических изданиях, рекомендованных ВАК РФ для публикации основных положений кандидатской диссертации:

1. Добровидова, Н.А. Компьютерные игры и самоопределение подростка : особенности, проявления, взаимосвязи / Н.А. Добровидова, И.Л. Матасова // Известия Самарского научного центра РАН. Специальный выпуск «Актуальные проблемы гуманитарных исследований». – Самара : СНЦ РАН, 2008. – С. 14–22. – 0,9 п.л. (авторский текст – 0,5 п.л.).

2. Добровидова, Н.А. Особенности эмоциональных состояний подростков, увлекающихся компьютерными играми / Н.А. Добровидова // Вестник Томского государственного университета. – Томск : ТГУ, 2009. – № 323. – С. 316–319. – 0,5 п.л.

3. Добровидова, Н.А. Психологические особенности обращения к компьютерным играм юношей и девушек / Н.А. Добровидова // Известия Самарского научного центра РАН. – Самара : СНЦ РАН, 2012. – Т. 14, № 2. – С. 366–370. – 0,4 п.л.

б) опубликованные в российских и региональных периодических изданиях, журналах, сборниках статей и материалов научно-практических конференций:

4. Добровидова, Н.А. Компенсаторное общение и Интернет-зависимость / Н.А. Добровидова // Сборник научных статей преподавателей и студентов – участников VI–VII студенческих научных конференций СФ МГПУ. – Самара : СФ МГПУ, 2006. – С. 208–211. – 0,25 п.л.

5. Добровидова, Н.А. Психологические аспекты применения информационных технологий в образовании / Н.А. Добровидова // Вестник Московского

городского педагогического университета. – Москва ; Самара : СФ МГПУ, 2006. – № 1(6). – С. 70–71. – 0,17 п.л.

6. Добровидова, Н.А. Социально-психологические факторы обращения подростков к компьютерным играм (теоретический анализ) / Н.А. Добровидова, Т.П. Жарикова, И.Л. Матасова, М.А. Шаталина // Роль гуманитарных наук в системе современного высшего образования : материалы всероссийской научно-методической конференции. Т. 2. – Самара : МатриКС, 2008. – С. 175–179. – 0,4 п.л. (авторский текст – 0,1 п.л.).

7. Добровидова, Н.А. Причины обращения к компьютерным играм в подростковом возрасте / Н.А. Добровидова // Современные проблемы психологии развития и образования человека : сборник материалов I всероссийской с международным участием конференции. Т. 1. – СПб. : Ленинградский государственный университет им. А.С. Пушкина, 2009. – С. 234–239. – 0,5 п.л.

8. Добровидова, Н.А. Теоретические аспекты проблемы игровой деятельности в отечественной психологии / Н.А. Добровидова // Психология человека в современном мире (К 120-летию со дня рождения С.Л. Рубинштейна). – Т. 2. – М. : Институт психологии РАН, 2009. – С. 77–86. – 0,56 п.л.

9. Добровидова, Н.А. Общение подростков с книгой и компьютерная игра / Н.А. Добровидова, Н.Л. Карпова // Школьная библиотека. – М. : Русская школьная библиотечная ассоциация, 2009. – № 9–10. – С. 51–55. – 0,4 п.л. (авторский текст – 0,2 п.л.).

10. Добровидова, Н.А. Психологические особенности применения компьютерных развивающих программ в образовании / Н.А. Добровидова // Информационные системы и технологии : материалы V международной конференции. – Минск : БГУ, 2009. – С. 275–277. – 0,32 п.л.

11. Добровидова, Н.А. Особенности обращения учащейся молодёжи к компьютерным играм / Н.А. Добровидова // Департамент профессионального образования. – М. : Образование 3000, 2011. – № 3. – С. 43–48. – 0,45 п.л.

12. Добровидова, Н.А. Проблема влияния компьютерных игр на развитие самосознания учащихся / Н.А. Добровидова // Здоровое поколение – международные ориентиры XXI века : сборник трудов IX международной научно-практической конференции / под ред. В.В. Васильева. – Самара : СИПКРО, 2011. – С. 558–562. – 0,4 п.л.

13. Добровидова, Н.А. Исследование особенностей волевой регуляции учащейся молодёжи, играющей в компьютерные игры / Н.А. Добровидова // Актуальные проблемы современной психологии : сборник научных статей. – Кемерово : Редактор и К°, 2011. – С. 16–22. – 0,4 п.л.

14. Добровидова, Н.А. Отличительные особенности развития эмоционально-волевой сферы старшеклассников и студентов / Н.А. Добровидова // Здоровое поколение – международные ориентиры XXI века : сборник трудов X международной научно-практической конференции / под ред. В.В. Васильева. – Самара : СИПКРО, 2012. – Т. 2. – С. 534–540. – 0,4 п.л.

II. Учебно-методические издания

15. Добровидова, Н.А. Программа психологического сопровождения старшеклассников и студентов, играющих в компьютерные игры / Н.А. Добровидова. – Самара : СФ ГБОУ МГПУ, 2013. – 41 с. – 1,25 п.л.

Подписано к печати 11.12.2012
Бумага типографская. Печать оперативная. Заказ №
Формат 60x84 1/16. Объем 1,5 п.л. Тираж 100 экз.

Отпечатано в типографии: