

УДК 159.9:316.6

О.А. Сулік

Сором'язливість у міжособистісних відношеннях як результат геймеризму

Анотація. У статті надано опис емпіричного дослідження та результати аналізу залежності рівня сором'язливості від рівня комп'ютерної залежності. Проаналізовано основні причини виникнення інтернет-залежності та її наслідки – сором'язливість. Визначено, що людям з інтернет-залежністю складніше спілкуватися у реальному житті.

Ключові слова: сором'язливість, Інтернет, інтернет-залежність, інтернет-спілкування, геймеризм, віртуальна реальність.

А.А. Сулик. Стеснительность в межличностном общении как результат геймеризма

Аннотация. В статье дается описание эмпирического исследования и результаты анализа уровня стеснительности от уровня компьютерной зависимости. Проанализированы основные причины возникновения интернет-зависимости и ее последствия – стеснительность. Определено, что людям с интернет-зависимостью сложнее общаться в реальной жизни.

Ключевые слова: стеснительность, Интернет, интернет-зависимость, интернет-общение, геймеризм, виртуальная реальность.

A.A. Sulik. Shyness in interpersonal communication as result of computer dependency

Summary. There is description of empirical research and results of the analysis of level of shyness from level of computer dependence in article. We have analysed main reasons for emergence of Internet dependence and its consequence – shyness. in conclusion, we have made decision that people with Internet dependence have difficulties in communication in real life.

Key words: shyness, Internet, Internet-dependence, Internet-communication, virtual reality, gamer.

Постановка проблеми. З кінця 20-го століття все актуальнішими є питання «комп'ютерної залежності», «психології геймерів», що пов'язано у першу чергу з розвитком технічно-інформаційної сфери.

Вітчизняні вчені А. Войскунский, А. Аветісова, О.К. Тіхоміров, Е.Е. Лисенко, американські психологи А. Едвардс, Б. Д. Шутер, Р. Вей та багато інших, активно вивчали психічний стан людей, які мають залежність від комп'ютерів – психологію геймерів. Увагу проблемі «підліток та віртуальна реальність» приділяли викладачі кафедри загальної психології КДПУ Н. М. Токарева, Н. М. Макаренко, А.В. Шамне [5, с. 118].

Але, незважаючи на велику кількість досліджень проблеми, дискусія щодо характеру впливу комп'ютерів залишається відкритою. Одні вчені (зокрема Б.Д. Шутер, Е.Е. Лисенко) притримуються думки, що у геймерів немає психологічних відхилень від норми і навіть навпаки – наявна більш розвинена реакція, перспектива досягти успіху у бізнесі. Інші науковці (зокрема А. Войскунский, А. Аветісова) стверджують, що комп'ютерна залежність погіршує психічний стан людини, заважає його соціалізації, відповідно до чого

геймери мають проблеми із спілкуванням. Підтримуючи погляди останніх, ми намагаємося довести, що наслідками геймеризму є розлади в комунікативній сфері, зокрема, виявлення високого рівня сором'язливості як результату постійної залежності. Це робить наше дослідження **своєчасним та актуальним**.

Для початку визначимо дефініцію поняття. Термін «комп'ютерна залежність» визначає патологічну пристрасність людини до роботи або проведення часу за комп'ютером. Вперше про комп'ютерну залежність заговорили на початку 80-х років 20-го століття американські вчені. У наш час цей термін все ще є не визнаним багатьма вченими, хоча сам феномен взаємодії людини та комп'ютера є очевидним.

Отже, в сучасній науковій літературі геймери — це прихильники комп'ютерних ігор, які вбачають в іграх сенс свого життя. Найчастіше геймерами є підлітки. Фактично гра у підлітка займає увесь вільний від навчання час, - зазначає О. Н. Арестова [3, с. 76].

На думку, О. К. Тихомирова, рівень розвитку комп'ютерної техніки і програмного забезпечення на даний момент створює ілюзію реальності, в яку занурюється працююча за комп'ютером людина. Інтерактивне спілкування є дуже привабливим для людей невпевнених та закритих у собі. Виникнення всесвітньої мережі Інтернет дає можливість таким людям задовольнити потребу у спілкуванні [4, с. 46].

Віртуальним спілкуванням називають такий спосіб комунікації, при якому контакт між людьми є опосередкованим через комп'ютер, включений у мережу, вся взаємодія відбувається у віртуальній реальності. Віртуальне спілкування є дещо збіднілим в аспекті невербального контакту. Але не дивлячись на це, люди намагаються передавати свої емоції за допомогою іншого шрифту, пунктуації або смайлів.

Зараз віртуальне спілкування домінує над реальним. Спілкування все більше стає комп'ютеризованим. Найчастіше це негативно впливає на поведінку людей. Психологи встановили, що наразі багато молодих людей мають проблеми у спілкуванні.

Основна небезпека полягає в ілюзорності інформації, що людина отримала та сприйняла – особистість насправді знаходиться на самоті перед електричним пристроєм у той час коли у неї виникає ілюзія повноцінного спілкування. Але зовнішній світ нікуди не йде, в будь-якому випадку, всі повинні взаємодіяти з іншими людьми – бути частиною суспільства. І саме тут ми помічаємо значний бар'єр у спілкуванні серед геймерів. Цей бар'єр представляє собою сукупність труднощів стосовно того, як людина має поводитись та почуватись, серед яких можна відмітити таку особливість як сором'язливості.

Психологічні особливості сором'язливих людей (визначають Г. С. Абрамова та А. А. Аветисова) можна узагальнити у такий спосіб: зніяковілість при контактах з людьми, висока тривожність, страх, залежність від думки оточуючих, безпідставне відчуття провини – все це на тлі невпевненості в собі [2, с. 36]. Таким чином, сором'язлива людина хоче, але не може спілкуватися.

Відповідно до опрацьованої літератури ми проводили дослідження, **цілями** якого були:

- визначення комп'ютерозалежних осіб – геймерів;
- встановлення рівня сором'язливості у геймерів.

Після опрацювання наукових джерел, нами було сплановане емпіричне дослідження. Мета нашого дослідження полягала у перевірці гіпотези щодо зв'язку сором'язливості у міжособистісному спілкуванні та геймеризму.

З метою виявлення рівня сором'язливості у геймерів ми провели онлайн-опитування, яке розповсюдили завдяки соціальній мережі «Facebook». Наше опитування проводилося у вересні-жовтні 2017 року. Загальна вибірка – 56 чоловік, з них 32 представники чоловічої статі (57%) та 24 представників жіночої статі (43%) віком від 16 до 30 років. До проходження були запропоновані 2 тести:

1. Тест на Інтернет-зависимость (Кімберлі Янг) (<http://www.psyhelp.ru/internet/test.php>).
2. Тест онлайн на стеснительность (<http://aeterna.qip.ru/test/view/120379/>).

Перший тест допоміг нам у діагностиці рівня інтернет-залежності опитуваних. Згідно отриманих даних визначено:

Серед 56 опитуваних можна виокремити три групи залежних: перша – люди з високим рівнем залежності. Це ті хто увесь їх час проводять за комп'ютером та не представляють свого життя без Інтернету (8 чоловік: 2 жінки та 6 чоловік). друга група – це люди з середнім рівнем залежності. Це ті хто багато часу (6-9 годин на день) проводять за комп'ютером, що може легко перейти у постійну залежність. До цієї групи входять 22 опитуваних (8 жінок та 14 чоловіків). Та третя група – це люди у яких немає ніяких проявів залежності (26 чоловік: 14 жінок та 12 чоловіків). (див.рис.1).

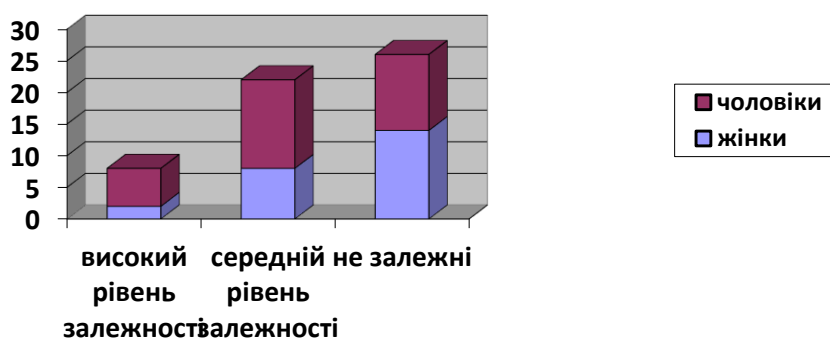


Рис.1. Результати онлайн-діагностики (n=56)

Другий тест дав нам можливість провести діагностику рівня сором'язливості у опитуваних. Результати опитування представлені на рис.2.

Рівень сором'язливості



Рис.2. Результати онлайн-діагностики (n=56)

Згідно з наведеною діаграмою 44,7% (25 респондентів: з них 12 жінок та 13 чоловіків) мають низький рівень сором'язливості. Вони вільно себе почувають серед незнайомих людей та зазвичай впевнені у своїх діях. При цьому майже не проводять часу за комп'ютером. 30,3% (17 опитуваних: з них 8 жінок та 9 чоловіків) мають середній рівень сором'язливості. Це люди, які в певних ситуаціях швидко ніяковіють і не знають як себе представити загалом. Зазвичай це пов'язано з низькою самооцінкою та незнанням як правильно себе вести в певній ситуації. Що до рівня комп'ютерної залежності - 86%; з цієї підгрупи досить часто проводять свій вільний час за комп'ютером, що може призвести до появи значних проблем. І остання підгрупа з високим рівнем сором'язливості – 25% опитуваних (4 жінки та 10 чоловіків), у яких спостерігається проблеми у спілкуванні та великий рівень інтернет-залежності. Це люди, які уникають реального життя та намагаються побудувати своє життя у просторах інтернет-мережі. Загалом, це люди віком 18 – 26 років та один чоловік 29 років, особисте життя яких не склалося.

У процесі дослідження ми встановили, що у тих людей, у яких спостерігається високий рівень інтернет-залежності відповідно і рівень сором'язливості є високим. Одна з причин залежності – проблеми і конфлікти із суспільством. інтернет-спілкування дає змогу легко знайти безліч друзів за інтересами, при цьому залишати свою особистість анонімною і спілкуватися не виходячи із своєї зони комфорту – дому. Таким чином реальне життя залежних відходить на другий план і їх соціальний розвиток зупиняється. На фізіологічному рівні виникає в'ялість, сонливість, дратівливість, тривожність, зниження працездатності, погіршення

Список використаної літератури

1. Абрамова Г. С. Практическая психология: учеб. Для студентов вузов / Г. С. Абрамова. – Екатеринбург : Деловая книга, 1999. – 512 с.
2. Аветисова А. А. Психологические особенности игроков в компьютерные игры / А. А. Аветисова. // Психология. Журнал Высшей школы экономики. – 2011. – 4. – С. 35-58.
3. Арестова О. Н. Специфика психологических методов в условиях использования компьютера / О. Н. Арестова, Л. Н. Бабанин, А. Е. Войскунский. – М. : Изд во Моск. Ун та, 1995. – 223 с.
4. Тихомиров О. К. Психология компьютерной игры / О. К. Тихомиров, Е. Е. Лысенко. // Новые методы и средства обучения.. – 1988. – Вып. 1. – С. 30-66.
5. Токарева Н. М. Сучасний підліток у системі психолого-педагогічного супроводу /Н. М. Токарева, Н. М. Макаренко, А. В. Шамне. – Кривий Ріг: ТОВВНП:» Інтерсервіс», 2014. – 312с