

Н.О. Споткай, М.А. Лагунович
СВЯЗЬ ОНЛАЙН-ИГР С РАЗЛИЧНЫМИ АСПЕКТАМИ ЖИЗНИ
Научный руководитель ассист. В.И. Пикиреня
Кафедра медицинской психологии и психиатрии
Белорусский государственный медицинский университет, г. Минск

Резюме. Были оценены уровень физического развития, социальная адаптированность, уровни взаимоотношений с родителями и сверстниками, академическая успеваемость, количество и качество сна и психоэмоциональное состояние в зависимости от часов, проведенных за онлайн-играми. Результаты исследования говорят об отсутствии прямой зависимости между количеством часов, проведенных за онлайн-играми и большинством исследуемых показателей.

Ключевые слова: онлайн-игры, физическое развитие, социальная адаптированность, академическая успеваемость, психоэмоциональное состояние

Resume. We assessed the level of physical development, social adaptation, the level of relationships with parents and peers, academic performance, the number and quality of sleep and psychoemotional state, depending on the hours spent on online games. The results of the study indicate that there is no direct correlation between the number of hours spent on online games and most of the indicators studied.

Keywords: online-games, physical development, social adaptation, academic performance, psychoemotional state

Актуальность. В связи с развитием информационных технологий, всеобщей компьютеризацией и распространением Всемирной паутины даже в самых удаленных уголках нашей планеты, остро встал вопрос о контроле влияния интернета и компьютера на жизнь человека [1]. Отрасль информационных технологий сегодня развивается наиболее стремительно, и всё большее количество людей получает доступ в мир, где доступно абсолютно любая информация. В один смысловой ряд с компьютером и интернетом непосредственно можно поставить и онлайн-игры, которые захватывают умы людей во всех странах [2] и приносят их владельцам миллиарды долларов дохода [3]. Существует мнение, что компьютерные игры «зомбируют» детей и подростков, формируют зависимость, разрушают человека изнутри, замедляют социальное и интеллектуальное развитие человека [4]. В то же время, достоверной информации о влиянии игр на человека очень немного в связи с относительной новизной этого вопроса, хотя с каждым годом проникновение онлайн-игр в жизнь людей становится всё больше и больше, большее количество людей вовлекаются в этот мир и всё большее количество времени проводят в нем, с каждым годом появляются десятки новых игр, именно поэтому эта тема актуальна в наши дни.

Цель: проверить наличие связи онлайн-игр с интеллектуальным, физическим и психологическим состоянием людей.

Задачи:

1. Исследовать психологическое состояние игроков
2. Исследовать социальную адаптированность игроков
3. Исследовать физические способности игроков
4. Исследовать академическую успеваемость

Материалы и методы. Дизайн исследования: одномоментное поперечное. Исследование проводилось с помощью анонимного интернет-опросника, рассылаемого при помощи интернет ресурсов. Опрос состоял из вопросов, социо-демографического характера, времени, проведенном за онлайн-играми,

академической успеваемости, качестве сна, отношении с родственниками и сверстниками, а также тест «Самооценка психических состояний» Г.Айзенка. Статистическая обработка результатов анкетирования проводилась с использованием компьютерного пакета SPSS.

Результаты и их обсуждение. Было собрано 95 анкет, и по результатам опроса среди анкетированных было 15,8% - людей женского пола, 84,2% - мужского. 37,9% являлись студентами ВУЗов, 28,4% - учащимися учреждений общего среднего образования, 20% - работающими, 12,6% - учащимися учреждений среднего специального образования. Средний ИМТ анкетированных составил 21,6. Средний возраст анкетированных – 19 лет. Для проведения сравнения мы поделили всех опрошенных на четыре группы. Первая группа (10,5% от всех опрошенных) – люди, почти не играющие в онлайн-игры или играющие 1-2 часа в неделю, вторая (49,5 %) – играющие 3-19 часов в неделю, третья (28,5%) – 20-37 и четвертая (10,5%) – 38 и более часов в неделю.

Для исследования связи ИМТ и количества времени, проведенного за онлайн-играми, мы находили среднее арифметическое значение ИМТ для каждой группы людей. Хотя линейной зависимости между ИМТ и количеством часов обнаружено не было, у всех групп он был в пределах нормы. Первая группа – 20,6; вторая – 21,7; третья – 22,5; четвертая – 19,7.

Для исследования физического развития мы спросили анкетированных, сколько отжиманий они могут сделать за один подход. Также как и в случае с ИМТ мы брали среднее значение для каждой группы, и нами было установлено, что количество отжиманий не коррелирует достоверным образом со временем, потраченным на онлайн-игры. Первая группа – 20,3 отжиманий за подход; вторая – 27,91; третья – 24,3; четвертая – 29,7.

Для исследования социальной активности мы взяли такой параметр, как количество встреч человека в оффлайне за последние 2 недели. Как и ранее мы находили среднее арифметическое каждой группы и сравнивали эти цифры между собой. Достоверных отличий обнаружено не было. Однако замечено, что люди, играющие более 37 часов, имеют наименьшее количество контактов в реальной жизни. Первая группа - 7,7; вторая – 8,81; третья – 7; четвертая – 4,7.

В поиске связи количества диалогов в соцсетях (бралось количество за последние 2 недели) и временем в онлайн-играх также брали средние арифметические значения и сравнивали их между группами. Достоверной связи не было найдено, однако в первой группе ввиду явно меньшего количества времени проводимого в играх этот показатель значительно превышает таковой в других группах. Первая группа – 124,9; вторая – 20; третья – 54,63; четвертая – 34,9.

Кроме прочего мы спрашивали, сколько хобби помимо видеоигр имеют анкетированные. Первая группа – 1,2; вторая – 1,77; третья – 1,56; четвертая – 1,3.

Так же был задан вопрос, сколько денег за всё время анкетированные потратили на микротранзакции (в долларах США) . Максимум среднего количества денег отмечен в группе людей, играющих 20-37 часов в неделю. Первая группа – 5,45\$; вторая – 97,82\$; третья – 272,8\$; четвертая – 169\$.

Мы попросили анкетированных оценить по 10 бальной шкале уровень их взаимоотношений с родственниками и сверстниками. Тут если брать средний

результат по группам, то каких-то существенных отличий заметить нельзя и что средняя оценка колеблется в районе 7-8 баллов, однако при более подробном анализе можно увидеть, что почти в каждой группе находятся люди, ставящие крайне низкие оценки по этим показателям.

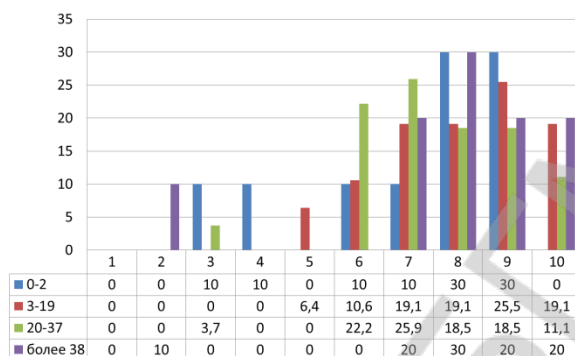


Рисунок 1 – Оценка отношений с родителями по 10 бальной шкале

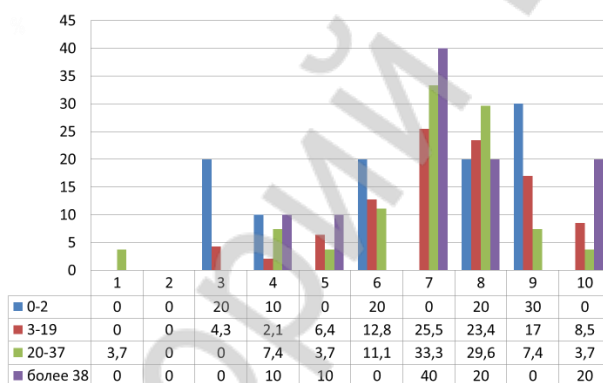


Рисунок 2 - Оценка отношений со сверстниками по 10 бальной шкале

Для оценки умственного развития был задан вопрос об академической успеваемости анкетируемых. Сравнивались средние значения баллов академической успеваемости в пересчете на 10 бальную систему, и по итогам у всех групп в среднем балл был в пределах 7-8 баллов. Первая группа – 7,3 балла; вторая – 7,72; третья – 7,44; четвертая – 7,8.

Было изучено так же качество сна анкетируемых. Для этого мы сравнивали количество часов сна в сутки у всех групп анкетируемых. Как и ранее мы применяли сравнение по среднему арифметическому и выяснили, что количество часов сна не коррелирует прямым образом с количеством времени, которое человек проводит в онлайн-играх. Первая группа – 6,25 часов в сутки; вторая – 7,49; третья – 7,76; четвертая – 7,05. Так же мы попросили анкетируемых оценить качество своего сна по 10 бальной шкале. Из графика видно, что, по мнению анкетируемых, в группах 2 и 3 люди обладают сном лучше по качеству, чем в группах 1 и 4, однако найти пропорциональность не удалось. Кроме этого анкетируемым был задан вопрос, часто ли их посещают ночные кошмары. Тут мы увидели, что в группах 2, 3 и 4 абсолютное большинство людей говорят, что их никогда не посещают кошмары, и только у людей, играющих меньше всего времени кошмары встречаются всё же немного чаще, но всё равно очень редко. Опять же прямой зависимости тут не обнаружено.

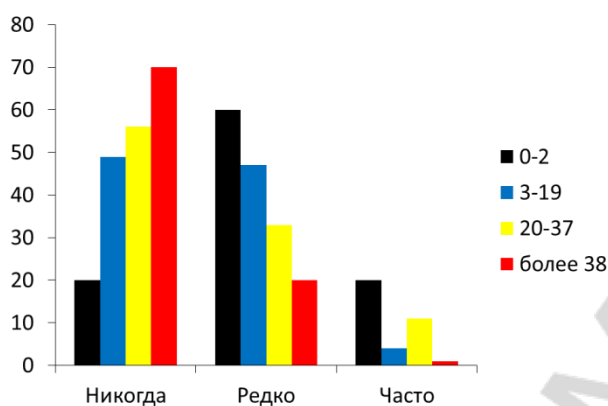


Рисунок 3 – Частота посещений ночных кошмаров

Для исследования эмоционального состояния мы предложили анкетированным пройти тест Айзенка. Исследовав полученные результаты теста, мы пришли к выводу, что существует зависимость между количеством часов, которые человек тратит на онлайн-игры и показателями тревожности и агрессивности, а именно: с увеличением показателя часов в игре уменьшались показатели тревожности и агрессивности. Однако относительно показателей ригидности и фрустрации такой связи обнаружено не было.

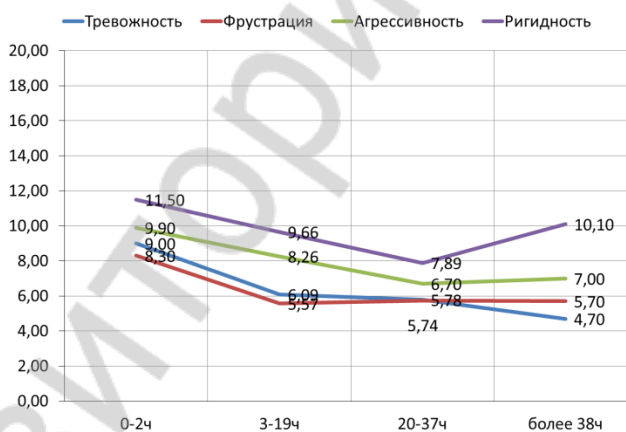


Рисунок 4 – Показатели теста Айзенка

Выводы:

- 1 Корреляционный анализ не показал достоверной зависимости между временем, проведенным в онлайн-играх и исследуемыми показателями
- 2 Разбиение исследуемой группы на категории в зависимости от времени, проведенного за онлайн-играми, позволило выявить некоторые особенности каждой из категорий
- 3 Выявлена тенденция к ухудшению ряда показателей (социализация, сон, психологическое состояние) у молодых людей с крайними вариантами включенности в онлайн-игры
- 4 Полученные данные не дают возможности утверждать, что онлайн-игры оказывают негативное влияние на исследуемые параметры жизни молодых людей

THE LINK OF ONLINE GAMES WITH A VARIOUSE ASPECT OF LIFE

Tutor: assistant V.I. Pikirenia

*Department of Medical Psychology and Psychiatry
Belarusian State Medical University, Minsk*

Литература

1. A. Tsitsika et al., "Internet addictive behavior in adolescence: a cross-sectional study in seven European countries," *Cyberpsychol. Behav. Soc. Netw.*, vol. 17, no. 8, pp. 528–35, Aug. 2014.
2. В. В. Козлов and А. А. Карпов, *Психология игровой зависимости*. Москва: Психотерапия, 2011.
3. "League of Legends is making roughly \$150 million a month in worldwide revenue - Esports Betting Tips." [Online]. Available: <https://esports-betting-tips.com/league-of-legends-is-making-roughly-150-million-a-month-in-worldwide-revenue/>. [Accessed: 04-May-2018].
4. "Как через интернет атакуют и зомбируют детей - skeptimist (Блог Андрея В. Ставицкого)." [Online]. Available: <https://skeptimist.livejournal.com/1719831.html>. [Accessed: 04-May-2018].