

Экзистенциально-смысловые составляющие психологического благополучия у студентов с различным опытом компьютерных видеоигр

И. М. Богдановская¹, Н. Н. Королева¹, Ю. В. Петрова¹

¹ Российский государственный педагогический университет им. А. И. Герцена, 191186, Россия, Санкт-Петербург, наб. реки Мойки, 48

Сведения об авторах:

Богдановская Ирина Марковна

e-mail: i.bogdanovskaya66@gmail.com

ORCID: 0000-0001-7303-615X

SPIN-код РИНЦ: 6004-3776

Королева Наталья Николаевна

e-mail: korolevanatalya@mail.ru

ORCID: 0000-0003-4399-6330

SPIN-код РИНЦ: 7938-1082

Петрова Юлия Валентиновна

e-mail: julia_rus@inbox.ru

© Авторы (2019).

Опубликовано Российским государственным педагогическим университетом им. А. И. Герцена.

Аннотация. Смысловая наполненность жизни человека является системообразующим фактором субъективного благополучия личности. Однако в настоящий момент недостаточно изученной остается ценностно-смысловая сфера молодых людей, увлекающихся online-играми. В связи с этим настоящее исследование посвящено выявлению и анализу экзистенциальной исполненности у респондентов с различным игровым опытом. Объектом исследования являлись студенты вузов Санкт-Петербурга. В качестве предмета исследования рассматривались экзистенциально-смысловые характеристики участников исследования. *Гипотезы:* 1) существуют особенности экзистенциальной исполненности у студентов с различным игровым опытом; 2) студенты, имеющие фрустрированные экзистенциальные потребности, предпочитают определенные жанры компьютерных игр, которые субъективно их удовлетворяют. *Выборка исследования:* 94 человека в возрасте от 18 до 30 лет (средний возраст 21 год). Средний возраст, в котором участники

исследования начали играть в компьютерные игры, составил 10 лет. В состав выборки вошли 19 мужчин (20,2 %) и 75 девушек (79,8 %), обучающиеся в различных учебных заведениях высшего профессионального образования. *Программа эмпирического исследования* включала формирование репрезентативного списка наиболее популярных компьютерных игр с опорой на проведенный теоретический анализ, рейтинг на различных тематических интернет-ресурсах; проведение психодиагностического обследования респондентов для уточнения специфики их игрового и экзистенциального опыта. *Методики исследования:* анкета для сбора информации о социально-демографических характеристиках выборки и прошлом игровом опыте; методика изучения актуализации экзистенциальных проблем Л. А. Цыдзик (АЭП); шкала экзистенции А. Лэнгле и К. Орглер. *Методы статистической обработки полученных данных:* анализ описательных статистик для обобщения первичных результатов, полученных при проведении эмпирического исследования; однофакторный дисперсионный анализ (ANOVA); корреляционный анализ. По результатам проведенного исследования были установлены статистически значимые различия в количестве положительно окрашенных описаний игрового опыта в группах студентов, испытывающих экзистенциальное напряжение и не переживающих фрустрации экзистенциальных смыслов. Респонденты с актуализированными экзистенциальными проблемами склонны давать больше позитивных характеристик компьютерной игре. Выявлены положительные корреляционные взаимосвязи с показателями привлекательности игрового опыта таких экзистенциальных размерностей, как обеднение смысловой сферы, общая экзистенциальная фрустрированность, и отрицательные – со способностью к самотрансценденции, ответственности, общим уровнем экзистенциальной исполненности.

Ключевые слова: психологическое благополучие, компьютерные видеоигры, экзистенциальные смыслы.

Existential and semantic components of psychological well-being in students with different backgrounds in video gaming

I. M. Bogdanovskaya¹, N. N. Koroleva¹, J. V. Petrova¹

¹ Herzen State Pedagogical University of Russia,
48 Moika River Emb., Saint Petersburg 191186, Russia

Authors:

Bogdanovskaya Irina M.

e-mail: i.bogdanovskaya66@gmail.com

ORCID: 0000-0001-7303-615X

SPIN: 6004-3776

Koroleva Natalia N.

e-mail: korolevanatalya@mail.ru

ORCID: 0000-0003-4399-6330

SPIN: 7938-1082

Petrova Julia V.

e-mail: julia_rus@inbox.ru

Copyright:

© The Authors (2019).

Published by Herzen State

Pedagogical University of Russia.

Abstract. The semantic content of human life is a system-forming factor in the subjective well-being of an individual. However, at present, the value-semantic sphere of young people interested in online games remains insufficiently studied. The present study is devoted to the identification and analysis of existential performance of respondents with various gaming experiences. Study participants were drafted from Saint Petersburg universities. As the subject of the study, the existential-semantic characteristics of the study participants were considered. Hypotheses: 1) there are features of existential performance of students with various gaming experiences; 2) students with frustrated existential needs prefer certain genres of computer games that subjectively satisfy them. The study sample: 94 people aged from 18 to 30 (21 on average). The average age when study participants started playing computer games was 10 years. The sample included 19 men (20,2 %) and 75 girls (79,8 %) studying in various institutions of higher professional education. The program of empirical research

included a representative list of the most popular computer games based on the theoretical analysis and rating of various thematic Internet resources; a psycho-diagnostic examination of respondents to clarify the specifics of their gaming and existential experience. Research methods include a questionnaire for collecting information on the socio-demographic characteristics of the sample and past gaming experience; the technique for studying the actualization of existential problems of L. A. Tsydzik (AEP); the scale of existence of A. Langle and K. Orgler. Methods of statistical processing of the obtained data: analysis of descriptive statistics to summarize the primary results obtained during an empirical study; one-way analysis of variance (ANOVA); correlation analysis. According to the results of the study, statistically significant differences were found in the number of positively colored descriptions of the game experience in groups of students experiencing existential tension and not experiencing frustration of existential meanings. Respondents with actualized existential problems tend to give more positive characteristics to a computer game. Positive outlook on the gaming experience is directly correlated with depletion of the semantic sphere and general existential frustration and inversely correlated with self-transcendence, responsibility and the general high level of existential fulfillment.

Keywords: psychological well-being, computer video games, existential meanings.

Введение

В исследованиях проблемы благополучия выделяются два основных направления: эвдемоническое и гедонистическое. Гедонистическое направление (Diener 1995) под субъективным благополучием понимает удовлетворенность различными сторонами жизни и переживание счастья. Эвдемонический подход утверждает, что основой благополучия являются глубинные человеческие ценности (Waterman 2008). С точки зрения К. Рифф и др. (Ryff, Singer 2008), психологическое благополучие включает параметры, близкие к экзистенциально-смысловым характеристикам человеческого существования: позитивное самоотношение, стремление к саморазвитию и личностному росту, независимость, умение отстаивать свои интересы и добиваться результатов, умение выстраивать гармоничные отношения с социальным окружением, переживание экзистенциальной исполненности. Смысловая наполненность жизни человека является системообразующим фактором субъективного благополучия личности. Однако в настоящий момент недостаточно изученной остается экзистенциально-смысловая сфера молодых людей, увлекающихся online-играми. Пока еще небольшое число исследований затрагивает проблемы игрока как субъекта со своими особенностями экзистенциально-смысловой сферы, которые во многом обуславливают его восприятие игровой деятельности и приверженность к ней. Возможно, компьютерная игра дает человеку переживания, которые дополняют или компенсируют некоторые аспекты его жизненного опыта. В связи с вышесказанным, нами были сформулированы следующие гипотезы: 1) существуют особенности экзистенциальной исполненности у студентов с различным игровым опытом; 2) студенты, имеющие фрустрированные экзистенциальные потребности, предпочитают определенные жанры компьютерных игр, которые субъективно их удовлетворяют. *Объект исследования:* студенты вузов Санкт-Пе-

тербурга. *Предмет исследования:* экзистенциально-смысловые характеристики участников исследования. *Выборка:* 94 человека в возрасте от 18 до 30 лет (средний возраст – 21 год). Средний возраст, в котором участники исследования начали играть в компьютерные игры, составил 10 лет. В состав выборки вошли 19 мужчин (20,2 %) и 75 девушек (79,8 %), обучающиеся в различных учебных заведениях высшего профессионального образования.

Материалы и методы

Программа эмпирического исследования включала формирование репрезентативного списка наиболее популярных компьютерных игр с опорой на проведенный теоретический анализ, рейтинг на различных тематических интернет-ресурсах; проведение психодиагностического обследования респондентов для уточнения специфики их игрового и экзистенциального опыта. *Методики исследования:* анкета для сбора информации о социально-демографических характеристиках выборки и прошлом игровом опыте; методика изучения актуализации экзистенциальных проблем Л. А. Цыдзик (АЭП); шкала экзистенции А. Лэнгле и К. Орглер. *Методы статистической обработки полученных данных:* анализ описательных статистик для обобщения первичных результатов, полученных при проведении эмпирического исследования; однофакторный дисперсионный анализ (ANOVA); корреляционный анализ.

Результаты исследования и их обсуждение

В ходе исследования респонденты были разделены на группы в зависимости от времени, проводимого за видеоиграми. Так 54,5 % респондентов посвящают видеоиграм несколько часов в неделю, либо в месяц, тогда как 45,5 % играют от одного до пяти часов в день. Этот показатель и рассматривался нами в качестве независимой переменной при изучении особенностей субъективной оценки респондентами своего игрового опыта и анализе их экзистенциально-смысловых характеристик.

Субъективная оценка игрового опыта позволяла респондентам в свободной форме высказать мнение о наиболее популярных видеоиграх, список которых был составлен нами по результатам анализа популярных тематических ресурсов. В ходе статистического анализа выяснилось, что существуют статистически достоверные различия в количестве и эмоциональной окраске описаний видеоигр между группой увлеченных игроков и играющими мало и нерегулярно. Достоверные различия наблюдались по каждой отобранной игре: головоломка *Portal 2* ($F=15,07$ $p<0,001$), стратегическая игра *Starcraft 2* ($F=14,13$ $p<0,01$), ролевая игра *The Elder Scrolls V: Skyrim* ($F=13,13$ $p<0,01$), хоррор *Outlast* ($F=11,24$ $p<0,01$), файтинг *Mortal Kombat X* ($F=9,15$ $p<0,01$), гоночная игра *Need for Speed: Most Wanted* ($F=6,59$ $p<0,01$), приключенческий боевик *Grand Theft Auto V* ($F=6,17$ $p<0,05$), шутер от первого лица *Call of Duty: Modern Warfare 3* ($F=5,06$ $p<0,05$), приключенческая игра *The Walking Dead: The Game* ($F=4,09$ $p<0,05$). Полученные результаты показывают, что чем выше уровень вовлеченности в игровую деятельность, тем больше положительных личностных смыслов дается той или иной игре. Предшествующий опыт позволял участникам исследования давать характеристику даже тем играм, в которые они не играли (сравнение по аналогии в рамках одного жанра), опытные пользователи чаще всего затрагивали вопросы, касающиеся пользы игр, их формирующего потенциала, а также эстетической и культурной ценности. Не увлеченные компьютерными играми студенты не рисковали давать оценку тем играм, которые они не опробовали сами, отсутствие игрового опыта и, как следствие, несформированность категорий отношения к компьютерным играм не позволяли им формировать собственное мнение по этой теме, поэтому их высказывания носили в основном нейтральный характер. Неиграющие студенты часто оценивали визуальную составляющую (графику) игр и их развлекательный потенциал. Нередко выражалось

и резко отрицательное отношение, основанное в большинстве случаев на стереотипах, принятых в обществе («игры наносят вред психике», «вызывают агрессию», «провоцируют на правонарушения» и т. д.).

На следующем этапе нами анализировался уровень актуализации экзистенциальных проблем в исследуемых группах при помощи методики Л. А. Цыдзик. Были выявлены следующие достоверно значимые различия: студенты, в меньшей степени увлеченные видеоиграми, реже переживают отсутствие интереса к чему бы то ни было ($F=7,78$; $p<0,0006$), их реже преследуют ночные кошмары, содержащие сцены преследования или смерти ($F=7,78$ $p<0,0006$), в меньшей степени переживается ими ощущение бессмысленности происходящего ($F=10,36$; $p<0,001$), а также чувство сдерживания и ограничения ($F=13,01$; $p<0,0005$). Также статистически значимые различия были выявлены и в отношении показателей напряженности, фрустрированности экзистенциальных потребностей, таких как актуализация проблемы смысла ($F=6,92$; $p<0,01$), актуализация проблемы свободы ($F=12,46$; $p<0,0007$), актуализация проблемы смерти ($F=4,12$; $p<0,04$) и общая экзистенциальная напряженность ($F=9,81$; $p<0,002$).

В отношении результатов по шкале экзистенции А. Лэнгле и К. Орглер также были выявлены достоверно значимые различия по всем диагностируемым показателям. Так, малоиграющие студенты характеризуются более высокой способностью к самотрансценденции ($F=24,81$; $p<0,00$), самодистанцированию ($F=6,44$; $p<0,01$), ощущают себя более свободными ($F=11,25$; $p<0,001$) и ответственными ($F=13,34$; $p<0,0005$), их характеризует более высокий уровень экзистенциальной исполненности ($F=20,83$; $p<0,00$). В отношении полученных результатов необходимо отметить, что, хотя в группе увлеченных игроков эти показатели ниже, чем в контрольной группе, все они находятся на среднем и чуть выше среднего уровня (в соответст-

вии с данными авторов методики). Исключение составляет показатель самотрансценденции, который у увлеченных игроков немного ниже среднего. Показатель самотрансценденции отражает способность человека к эмпатии, ориентации на смысл, чувство ценности происходящего. В основе всех этих проявлений лежит самопринятие. Следовательно, можно говорить о том, что один из компонентов психологического благополучия (в соответствии с моделью К. Рифф) у вовлеченных игроков менее гармоничен. Возможно, обращение к компьютерным видеоиграм позволяет компенсировать респондентам данной группы некоторые аспекты переживания ценности и смысла собственного Я.

На завершающем этапе исследования был проведен корреляционный анализ количества положительных описаний компьютерных видеоигр и характеристик экзистенциально-смысловой сферы респондентов. Были выявлены положительные корреляции между количеством положительных описаний видеоигр и общей экзистенциальной напряженностью ($r=0,29$ $p<0,05$), а также переживанием фрустрированности экзистенциальных жизненных смыслов ($r=0,26$ $p<0,05$). С другой стороны, были обнаружены значимые обратные взаимосвязи между числом положительных описаний и показателями самотрансценденции ($r=-0,28$ $p<0,05$), ответственности ($r=-0,33$ $p<0,05$), а также показателем общей экзистенциальной исполненности ($r=-0,30$ $p<0,05$). Полученные результаты позволяют предположить, что респонденты с более актуализированными экзистенциальными потребностями находят в компьютерных играх субъективное удовлетворение. Так, участники исследования с актуализированной проблемой смысла, погруженные в осмысление собственной жизни и ее целей, поиск своего предназначения, дают больше положительных характеристик тем или иным компьютерным играм. Возможно, компьютерная игра дает им ощущение, что в виртуальном мире, в отличие от реального, они более значимы и имеют возможность

проявить себя и целый спектр собственных потенций. Также игры оказались привлекательными для участников с низким уровнем самотрансценденции – менее эмоциональных и эмпатичных, рациональных и преимущественно ориентированных на цель. Возможно, эти респонденты ищут в играх выход для собственных эмоций, которые в реальной жизни прикрываются нарочитым прагматизмом. В то же время рациональный подход к жизни у таких людей также может удовлетворяться посредством игры, поскольку он полностью подчиняется алгоритмам, следовательно, логичен и понятен, в отличие от реального мира с его изменчивостью и малоопредсказуемостью. Выявленные корреляции говорят в пользу подтверждения нашей гипотезы, однако сила этих связей не высока. Возможно, это объясняется тем, что экзистенциальные потребности человека могут находить свое удовлетворение не только в компьютерных играх, но и в других занятиях, следовательно, компьютерные игры являются лишь одним из возможных способов удовлетворения экзистенциальных потребностей.

Выводы

По результатам проведенного исследования были установлены статистически значимые различия в количестве положительных окрашенных описаний игрового опыта в группах студентов испытывающих экзистенциальное напряжение и не переживающих фрустрации экзистенциальных смыслов. Увлеченные игроки в компьютерные видеоигры отличаются более высоким уровнем фрустрированности экзистенциальных потребностей, таких как актуализация проблемы смысла, свободы, смерти; для них характерна более высокая общая экзистенциальная напряженность. Студенты, не увлеченные компьютерными играми, характеризуются более высокой способностью к самотрансценденции, самодистанцированию, ощущают себя более свободными и ответ-

ственными, их характеризует более высокий уровень экзистенциальной исполненности. Низкий уровень самотрансценденции в группе увлеченных игроков указывает на менее гармоничное самопринятие и, соответственно, более низкий уровень психологического благополучия. Выявлены положительные корреляционные

взаимосвязи с показателями привлекательности игрового опыта таких экзистенциальных размерностей, как обеднение смысловой сферы, общая экзистенциальная фрустрированность и отрицательные – со способностью к самотрансценденции, ответственности, общим уровнем экзистенциальной исполненности.

Литература

- Diener, E., Diener, M., Diener, C. (1995) Factors Predicting the Subjective Well-being of Nations. *Journal of Personality and Social Psychology*, vol. 69, pp. 653–663.
- Ryff, C., Singer, B. (2008) Know thyself and become what you are: A eudaimonic approach to psychological well-being. *Journal of Happiness Studies*, vol. 9 (1), pp. 13–39.
- Waterman, A. S. (2008) Reconsidering happiness: A eudaimonist's perspective. *Journal of Positive Psychology*, vol. 3, pp. 234–252.

References

- Diener, E., Diener, M., Diener, C. (1995) Factors Predicting the Subjective Well-being of Nations. *Journal of Personality and Social Psychology*, vol. 69, pp. 653–663. (In English)
- Ryff, C., Singer, B. (2008) Know thyself and become what you are: A eudaimonic approach to psychological well-being. *Journal of Happiness Studies*, vol. 9 (1), pp. 13–39. (In English)
- Waterman, A. S. (2008) Reconsidering happiness: A eudaimonist's perspective. *Journal of Positive Psychology*, vol. 3, pp. 234–252. (In English)