

АГРЕССИЯ, ДЕПРЕССИВНЫЕ СОСТОЯНИЯ, ТРЕВОЖНОСТЬ, ВЫЗВАННЫЕ КОМПЬЮТЕРНЫМИ ИГРАМИ, КАК ИНДИКАТОРЫ СУИЦИДАЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ В РАННЕЙ ЗРЕЛОСТИ

Пуцыло Т.С.,

студентка 4 курса ВГУ имени П.М. Машерова, г. Витебск, Республика Беларусь

Научный руководитель – Крестьянинова Т.Ю., канд. биол. наук, доцент

Ключевые слова. Агрессия, депрессивные состояния, тревожность, позитивное влияние, психическое расстройство, суицидальное поведение, компьютерные игры.

Keywords. Aggression, depressive states, anxiety, positive influence, mental disorder, suicidal behavior, computer games.

В век компьютерных технологий широко распространен новый вид игр – компьютерные игры. Огромное количество людей увлечены этим видом игровой активности и их число, особенно среди молодых людей, с каждым годом растет. Результаты научно-технического прогресса не дают возможности усомниться в их неоднозначности [1]. В обществе актуальна дискуссия о характере влияния компьютерных игр на психику и личность человека, положительно ли оно или отрицательно. Данный факт не мог не привлечь внимания психологов. Миллионы людей со всего мира увлекаются компьютерными играми. Достаточно большой процент (10-14% по разным источникам) увлекаются ими серьезно, уделяя этому занятию много времени, зачастую в ущерб работе, учебе и т.д. Изучением игры и её значением в развитии человека занимались такие ученые, как Л.С. Выготский, С.Л. Новосёлова, С.Л. Рубинштейн, С. Шуман, Ф. Фребель. Исследованием компьютерных игр занимались: М.И. Садыков, Р.А. Хаустов, Г.П. Кузьмина, А.Г. Шмелёв.

Интерес к проблеме вызван резким увеличением числа людей, проявляющих агрессию в повседневной обыденной жизни и многие из них как оказалась играют в компьютерные игры. Проблема депрессии особенно актуальна сейчас для нашей страны в связи с нестабильным экономическим и политическим положением, неуверенностью людей в завтрашнем дне. Исследования во всех странах мира показывают: депрессия, подобно сердечно-сосудистым заболеваниям, становится наиболее распространенным недугом нашего времени [2]. Человек с повышенной тревожностью впоследствии может столкнуться с различными соматическими заболеваниями. Эта проблема исследовалась в психологии такими учеными как И.Н. Андреева, В.М. Астапова, Ю.А. Попов, А.М. Прихожан, Дж. Тейлор. Агрессия, депрессивные состояния, тревожность у человека в рамках именно в ранней зрелости изучена мало. Однако данный возраст является пиком трудоспособности и социальной активности. Александр Валентинович Толстых (1953–1997) отмечает, что в современную эпоху, когда увеличилась продолжительность жизни и расширились сроки образования и профессиональной подготовки, повысилась их значимость, «молодость стала наиболее ценным возрастом, влияющим своими вкусами, ценностями, привычками и т.д. на вкусы, ценности и привычки всего общества» [3].

Являются ли компьютерные игры опасными для здоровья? О негативных эффектах можно говорить только в случае чрезмерного злоупотребления. На практике же, люди обычно злоупотребляют этим способом ухода от реальности, теряют чувство меры, играя длительное время [4]. Научные исследования, многолетний опыт ученых нацелен показать, что компьютерные игры требуют всестороннего изучения. К сожалению, некоторые исследователи пытаются присудить на компьютерные игры все беды и проблемы современного общества. Таким образом, не смотря на большое количество научных разработок, статей по данной теме по-прежнему остается актуальной проблема диагностики проявления агрессии, депрессивных состояний и тревожности в рамках возрастного периода от 20 до 35 лет.

Цель данной статьи заключается в освещении сути рассматриваемой проблемы, оценке современного состояния проблемы: изучение проявления агрессии, депрессивных состояний, тревожности, вызванные компьютерными играми, как индикаторов суици-

дальнего поведения в ранней зрелости. Задача – изучить и проанализировать научно-методическую литературу по теме.

Материалы и методы. Использовались: теоретический (обзорно-аналитический анализ) и эмпирический (сравнительный и системный анализ полученных данных исследования) методы исследования. Использовались методики: "Оценка агрессивности в отношениях (А. Ассингер)", позволяющий исследовать агрессивность человека по отношению к другим." Сокращенный тест Мини-Мульт / СМОЛ", "Диагностика депрессивных состояний (Жмуров)", которая предназначена для диагностики уровня выраженности (глубины, тяжести) депрессивного состояния человека, главным образом тоскливой или меланхолической депрессии, на момент обследования и "Интегративный тест тревожности (А.П. Бизюк, Л.И. Вассермана, Б.В. Иовлев). В исследовании участвовали 20 человек (10 мужчин и 10 женщин), в возрасте от 21 до 33 лет, профессионально работающих (программисты, графические дизайнеры и другие). Осуществлялось целенаправленное и последовательное проведение эмпирического исследования.

Результаты и обсуждение. Суицидальное поведение изучалось отечественными и зарубежными исследователями, такими как А.Г. Амбрумова, М.В. Зотов, Б.С. Положий, Е.А. Панченко, Е.Н. Кривулин. В современной отечественной научной и практической психологии суицид рассматривается как связь социальных, биологических и психологических факторов. Основоположник социологической концепции Э. Дюркгейм считал, что в основе суицидального поведения лежит снижение и неустойчивость социальной интеграции [5]. С точки зрения А.Г. Амбрумовой, суицидальное поведение есть следствие социально-психологической дезадаптации личности в условиях переживаемого ею микро-социального конфликта [6]. Суицидальным поведением называют любые внутренние и внешние формы психических актов, направляемые представлениями о лишении себя жизни. К внутренним формам суицидального поведения относят: мысли, представления, переживания, суицидальные замыслы и намерения. Возникновению суицида предшествуют антивитаальные переживания, в которых есть отрицание жизни: «Не живешь, а существуешь». К внешним формам суицидального поведения относятся: суицидальная попытка и завершённый суицид. А.Г. Амбрумова и В.А. Тихоненко называют два типа суицидальных попыток: истинные и демонстративно-шантажные. О последнем может свидетельствовать выбор малоопасных способов самоубийства, попытка совершения суицида на глазах у других [7]. На вероятность совершения суицидальных действий влияют самые разнообразные факторы: индивидуальные психологические особенности человека и национальные обычаи, возраст и семейное положение, культурные ценности и уровень употребления психоактивных веществ. А.Г. Амбрумова, классифицируя мотивы и поводы суицидальных поступков, выделяет: личностно-семейные конфликты; состояния психического здоровья; состояния физического здоровья; конфликты, связанные с антисоциальным поведением суицидента; конфликты в профессиональной или учебной сфере; материально-бытовые трудности [6]. Помимо факторов выделяют индикаторы суицидального риска. К поведенческим индикаторам относятся: злоупотребление алкоголем, психоактивными веществами; уход из дома; самоизоляция от других людей и жизни; изменение привычек (например, несоблюдение правил ухода за внешностью); выбор тем разговора и чтения, связанных с самоубийствами и со смертью. Изучение обстоятельств суицидальных случаев показывает, что большинство людей из числа лишивших себя жизни – это практически здоровые лица, попавшие в острые психотравмирующие ситуации. По мнению ряда специалистов по психологии развития и возрастной психологии, юношеские возрастные кризисы и кризисы среднего возраста являются самыми жёсткими и мучительными для души человека в психосоциальном плане. Таким образом, при изучении причин самоубийств необходимо иметь в виду не только мотивы этих актов, но и обстоятельства, характеризующие социальную среду и личность, а также отклонения от нормального образа жизни.

По результатам исследования, представленного теста "Оценка агрессивности в отношениях (А. Ассингер)", сделаны следующие выводы: неиграющие мужчины наиболее агрессивны, чем играющие мужчины и женщины. И лишь одна из десяти опрошенных

женщин наиболее агрессивна. Неиграющие мужчины (общий бал 20.2 – это 34,2%) наиболее агрессивны. По результатам исследования теста "Диагностика депрессивных состояний (Жмуров)" были сделаны следующие выводы: по силе склонности к депрессивным состояниям на первое место можно поставить неиграющих в компьютерные игры мужчин. В результате проведенного исследования депрессивных состояний по методике "Сокращенный тест Мини-Мульт / СМОЛ" были выявлены такие результаты, которые являются своеобразным подтверждением того, что играющие в компьютерные игры мужчины и женщины в ранней зрелости менее подвержены депрессивным состояниям, чем играющие. По результатам исследования тревожных состояний по методике «ИТТ» (А.П. Бизюк, Л.И. Вассермана, Б.В. Иовлев) сделан следующий вывод: по силе склонности к тревожным состояниям на первое место можно поставить неиграющих в компьютерные игры женщин (19,7%).

Закключение. Таким образом, анализ литературы помог определить дальнейшее направление исследования проблемы и сделал ее одной из наиболее актуальных проблем современного мира, важной теоретической и практической задачей.

1. Абрамова, Л.Н. Психология экстремальных ситуаций: проблемы теории и практики: материалы респ. науч.-практ. конф., Витебск, 17 мая 2011 г. / [редкол.: А. П. Солодков, И. М. Прищепа, В. П. Вишневская [и др.]; в авт. ред.]; М-во образования РБ, УО "ВГУ им. П. М. Машерова". – Витебск: УО "ВГУ им. П.М. Машерова", 2011. – С. 6–9. – Режим доступа: <https://ger.vsu.by/handle/123456789/14264>. – Дата доступа: 12.09.2022.

2. Пак, В.А. Депрессия, ее распространенность и связь с ИБС и другими психосоциальными факторами [Текст] / В.А. Пак, В.В. Гафаров, И.В. Гагулин, А.В. Гафарова // Мир науки, культуры, образования. – № 3 (22). – 2010. – С. 174–177

3. Психология развития для специальности 1-23 01 04 Психология: учебно-методический комплекс по учебной дисциплине / сост. М.А. Кияшко. – Витебск: ВГУ имени П.М. Машерова, 2020 – 118 с. – Режим доступа: <https://ger.vsu.by/handle/123456789/26105>. – Дата доступа: 12.09.2022.

4. Шапкин, С.А. Компьютерная игра: новая область психологических исследований / С.А. Шапкин // Психологический журнал. – 1999. – Т. 20, № 1. – С. 86 – 102.

5. Дюркгейм Э. Самоубийство: Социологический этюд / Пер, с фр. с сокр. / Под ред. В. А. Базарова. – М.: Мысль, 1994. – 399 с.

6. Амбрумова, А.Г. Диагностика суицидального поведения / А.Г. Амбрумова – М.: б/и, 1980 – 48 с.

7. Бек, А. Методы работы с суицидальным пациентом / А. Бек // Журнал практической психологии и психоанализа. 2003. – №1. – С. 123–131.

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ САМОРЕАЛИЗАЦИИ СТУДЕНТОВ-ПСИХОЛОГОВ

Смык А.А.,

*аспирантка ГУО «Академия последипломного образования»,
г. Минск, Республика Беларусь*

Научный руководитель – Смирнова Н.В., канд. психол. наук, доцент

Ключевые слова. Профессия, профессиональная самореализация, профессиональное становление, студент-психолог, профессионализм.

Keywords. Profession, professional self-realization, professional development, psychology student, professionalism.

В результате введения в научный оборот понятия «самореализация личности», определения ее структуры, компонентов и видов, появилась возможность изучить концептуальные основы профессиональной самореализации личности.

Анализ зарубежных исследований показывает, что самореализация преимущественно рассматривается в рамках эвдемонического подхода как компонент психологического благополучия. Так, Carol D. Ryff рассматривает психологическое благополучие как интегральное системное состояние человека, которое представляет собой сложную взаимосвязь физических, психологических, культурных, социальных и духовных факторов и отражает восприятие и оценку человеком своей самореализации с точки зрения пика потенциальных возможностей. В качестве базовых составляющих Carol D. Ryff выделила шесть измерений психологического благополучия: принятие себя; цель в жизни; личностный рост или