

Психологические аспекты коммуникации геймеров форумных ролевых игр

А. Н. Алёхин, С. И. Беляева, Д. А. Голубец

Российский государственный педагогический университет им. А. И. Герцена

termez59@mail.ru, belyaevasveta@inbox.ru, golubets1998@mail.ru

Аннотация

Современное общество характеризуется интенсивным смещением социального взаимодействия всех групп населения в виртуальную среду. Погруженность в виртуальные игры может быть связана с психическим расстройством, проявляющимся в снижении психологического благополучия. Однако получение психологической помощи геймерами затруднено в связи с дефицитом реальных социальных контактов, что может привести к снижению общего качества их жизни. Целью исследования стало изучение психологических аспектов коммуникации геймеров форумных ролевых игр. Всего в исследовании приняли участие 265 человек (средний возраст — $26,9 \pm 4,7$ лет). В статье представлен сравнительный анализ психологических характеристик геймеров с высоким и низким уровнем психологического благополучия. Был использован метод онлайн-исследования, включавший авторскую анкету и три экспериментально-психологические методики. Результаты исследования показали, что геймеры с низким уровнем психологического благополучия значимо хуже, чем в сопоставляемой группе, оценивают качество своих отношений, как в семье, так и с друзьями, не получая от них желаемой поддержки. Анализ способа и характеристик общения показал преобладание у них виртуального общения, которое мотивировано как стремлением реализовать на ролевом форуме, в обществе людей со схожими интересами, свой творческий потенциал, так и возможностью переключиться с имеющихся в жизни проблем, сбежать от реальности. Оценка состояния своего здоровья показала снижение как субъективной удовлетворенности общим самочувствием, так и осознания ответственности за состояние своего здоровья. Изучение эмоционального состояния выявило у них наличие повышенной тревоги в связи с утомляемостью, страхами, неуверенностью в себе, снижением чувства безопасности, а также высокой общей личностной тревожности. Структура их психологического благополучия выявила отсутствие целей в жизни и неприятие себя. В качестве психологических ресурсов геймеров с низким уровнем психологического благополучия можно выделить такие компоненты как автономия и стремление к личностному росту.

Ключевые слова: форумные ролевые игры, виртуальная коммуникация, психологическое благополучие, социальные отношения, отношение к здоровью

Библиографическая ссылка: Алёхин А. Н., Беляева С. И., Голубец Д. А. Психологические аспекты коммуникации геймеров форумных ролевых игр // Информационное общество: образование, наука, культура и технологии будущего. Выпуск 7 (Труды XXVI Международной объединенной научной конференции «Интернет и современное общество», IMS-2023, Санкт-Петербург, 26–28 июня 2023 г. Сборник научных статей). — СПб.: Университет ИТМО, 2024. С. 192–206. DOI: 10.17586/2587-8557-2024-7-192-206

1. Введение

Коллектив авторов представляет научное исследование, являющееся промежуточным этапом двухлетнего изучения особенностей психологического благополучия участников форумных ролевых игр. Интерес к данной теме обусловлен все более интенсивным смещением социального взаимодействия всех групп населения в виртуальную среду. Как отмечает А. И. Гейко [1], компьютерные технологии на сегодняшний день стали неотъемлемой частью жизни человека, а Л. А. Регуш [2] подчёркивает, что в настоящее время в интернет-среду перенесены такие значимые сферы деятельности, как общение, труд, обучение и игра. Н. Н. Королева с соавт. [3] обозначает, что интернет-среда, в частности, игра на ролевых форумах, зачастую является способом избегания негативных влияний жизненных и профессиональных стрессов и истощения собственных ресурсов — то есть, неконструктивной копинг-стратегией людей со сниженным уровнем психологического благополучия. Снижению уровня психологического благополучия, в свою очередь, способствуют стресс, чувство вины, истощение внутренних или внешних ресурсов, таких как личное время или здоровье [4]. В. А. Федотова [5] отмечает такие неблагоприятные для психологического благополучия условия как невозможность удовлетворения личных потребностей и самореализации, конфликт идеального и реального «Я», нарушение функционирования в социальной сфере. Л. С. Глинкина [6] к причинам физического и ментального истощений причисляет стрессы и чрезмерную рабочую нагрузку. Исследования показывают [3], что чрезмерное увлечение форумными ролевыми играми может быть косвенно связано с формированием игровой компьютерной зависимости, так как у части геймеров были выявлены потеря контроля над временем, уход от реальности и эмоциональное выгорание. При этом, феномен игровой зависимости был признан в ряде стран психическим расстройством [7].

Таким образом, исследование психологических аспектов коммуникации участников форумных ролевых игр позволит конкретизировать задачи психологической профилактики психических расстройств у данной группы населения.

2. Обзор литературы

Главным критерием, выделяющим форумные ролевые игры из массы прочих существующих игр, является факт взаимодействия между участниками с использованием масок виртуальных личностей (создание персонажа, аватара), имеющих место только в конкретном виртуальном игровом мире [8]. В настоящее время к «геймерам» принято относит человека, играющего в видеоигры. Однако изначально геймерами называли лишь тех, кто играет только в ролевые или военные игры [9]. Как правило, игроки-геймеры примеряют на себя роли, наделенные рядом характеристик и уникальных особенностей.

Форумные ролевые игры проводятся на специализированных интернет-платформах с целью организации общения интернет-пользователей, где воплощение сюжетов осуществляется посредством создания совместными усилиями текстов — художественных повествований об определенных событиях [10]. Процесс игры заключается в том, что участники пишут совместные истории, беря на себя роли вымышленных персонажей, продумывая им индивидуальные особенности. Игроки взаимодействуют друг с другом посредством написания текстовых сообщений и отыгрывают принятую роль с учетом особенностей характера своего персонажа, а также принятых в рамках ролевого форума законов и логики окружающей среды [1].

Анализ современных исследований психологических особенностей геймеров ролевых форумов показал наличие у них следующих особенностей: преобладание неконструктивных копинг-стратегий (избегание проблем) [3]; трудности с социальными контактами, ограничение реальных социальных взаимодействий, трудности в устном выражении мыслей [1]; конфликт реального и идеального «Я» (стремление изменить свою личность в игровом пространстве); нереализованная потребность в признании и получении одобрения, желание

почувствовать свою значимость [6]. Совокупность таких показателей позволяет предположить в качестве интегральной психологической характеристики, обуславливающей особенности коммуникации геймеров, погруженных в форумные ролевые игры — снижение их психологического благополучия. Ниже рассмотрим данное понятие, как предмет исследования, более подробно.

В отечественной науке психологическое благополучие определяется как «устойчивое психическое свойство, состоящие в доминировании положительных эмоций, наличии тесных взаимоотношений, субъектной включенности в жизнедеятельность, осмысленности жизни и позитивной самомотивации» [11, с. 72]. При этом термин «психологическое благополучие» был предложен N. M. Bradburn еще в 1969 году [12]. Он определил психологическое благополучие как субъективное ощущение счастья или несчастья, уровень общей удовлетворенности жизнью, состоящий из взаимной компенсации друг другом позитивных и негативных аффектов, вызванных реакциями на окружающие события. E. Diener [13] вводит близкое по смыслу понятие субъективного благополучия, включающее удовлетворенность работой, отношениями, здоровьем и отдыхом, а также соотношение положительных и приятных эмоций с отрицательными и неприятными в отношении текущих событий жизни [14]. K. Ryff [15] выделяет шесть факторов, являющихся базовыми составляющими психологического благополучия: положительные отношения с другими (важность теплых, доверительных межличностных отношений), автономия (независимость от чужого одобрения и коллективных страхов и убеждений), управление средой (творческое изменение окружающего мира с помощью физических или умственных действий), личностный рост (самоактуализация и самореализация), цели в жизни (убеждения, дающие ощущение цели и смысла жизни), самопринятие (сохранение позитивного отношения к себе).

Ряд авторов сходится в том, что ключевым компонентом психологического благополучия являются взаимоотношения. E. Diener [13], M. Argyle [16], M. Seligman [17] указывают на важность социальных отношений, удовлетворенность ими и стремление к социальным взаимодействиям. K. Ryff [15] выделяет положительные отношения в первый из шести факторов психологического благополучия. Ю. П. Кошелева [18] отмечает, что система отношений, в которых находится человек, во многом определяет его субъективное отношение к прочим сторонам окружающей действительности. Система отношений влияет на формирование личности человека, и если эти отношения каким-либо образом искажены, то и личность его будет нарушена [19]. Психологическое благополучие во многом опирается на гармонично выстроенную систему значимых отношений, которая является источником социальной поддержки, обеспечивает чувство удовлетворенности жизнью, а также создает условия для сохранения физического и психического здоровья. Напротив, дефицит социальных контактов может привести к снижению общего качества жизни, затруднить совладание с трудными жизненными ситуациями [20; 21; 22]. В свою очередь низкий уровень психологического благополучия также негативно отражается на системе значимых отношений человека: возникают страх быть отвергнутым и страх одиночества, что приводит к недоверию во взаимоотношениях с окружающими и неспособности создавать крепкие отношения, которые могли бы стать важным ресурсом психологической поддержки [23].

Исходя из вышеизложенного, проблема снижения психологического благополучия геймеров, погруженных в виртуальные коммуникации, усугубляется субъективными трудностями получения психологической помощи при возникновении потребности в ней, что и определило цель настоящего исследования: изучить психологические аспекты коммуникации геймеров форумных ролевых игр.

3. Методология и методы исследования

Эмпирическое исследование проводилось в период с мая по октябрь 2022 года среди участников форумных ролевых игр старше 18 лет в сети Интернет. Исследование проводилось онлайн-форме. Для получения репрезентативной выборки ролевые форумы

были выбраны случайным образом среди интернет-форумов с высокой посещаемостью (от 70 до 200 человек в сутки). Предложение об участии в психологическом исследовании было разослано администраторам шестидесяти ролевых форумов, двадцать четыре из которых дали положительный ответ о готовности разместить информацию для геймеров о настоящем исследовании.

При проведении исследования был использован метод онлайн-анкетирования для сбора социально-демографических и социально-психологических данных, а также три экспериментально-психологические методики. Авторская анкета состояла из 36 пунктов организованных в четыре раздела: социально-демографические характеристики (основная фактическая информация о респондентах, такая как пол, возраст, семейное положение, трудовая и учебная занятость); социально-психологические характеристики (субъективная оценка респондентами своей удовлетворенности относительно аспектов их жизни и сфер отношений); самооценка участия в форумных ролевых играх (вопросы, позволяющие узнать информацию о степени погруженности респондентов в игру на ролевых форумах и об отношении к этому увлечению, а также к другим игрокам); самооценка состояния здоровья (общая удовлетворенность состоянием своего здоровья респондентом в качестве компонента психологического благополучия).

Для экспериментально-психологического исследования были использованы следующие методики: 1) профиль здорового образа жизни (HPLP-II), измеряющий многокомпонентную структуру здорового образа жизни, в том числе компонент благополучия; 2) интегративный тест тревожности (ИТТ), который позволяет провести оценку тревоги как эмоционального состояния и проявления тревожности как фундаментальной личностной характеристики человека; 3) шкала психологического благополучия Рифф, исследующая структура психологического благополучия.

Для математико-статистического анализа был сформирован массив данных, состоящий из 80 пунктов. Содержание массива данных: кодированный номер испытуемого, 35 пунктов анкеты, 7 шкал профиля здорового образа жизни HPLP-II, 24 шкалы ИТТ (включая сырые баллы и станыны), 14 шкал методики Рифф (включая сырые баллы и станыны). Обработка массива данных производилась при помощи программы IBM SPSS Statistics 26. Проверка нормальности распределения осуществлялась по критериям Колмогорова-Смирнова, Лиллиефорса и Шапиро-Уилка. Для выявления различий между анализируемыми группами по уровню различных признаков использован U-критерий Манна-Уитни.

Таблица 1. Социально-демографические характеристики групп геймеров форумных ролевых игр

Уровень психологического благополучия	Кол-во чел.	Пол		Возраст
		Мужской	Женский	М ± m
Высокий уровень	31	3	28	26,4±3,5
Низкий уровень	93	17	76	26,1±4,0
Достоверность различий				U=1331; p≥0,05

Общий объем выборки составил 265 человек в возрасте от 18 до 43 лет (средний возраст — 26,9±4,7 лет), среди которых было 45 мужчин и 220 женщин. Для реализации цели исследования выборка была разделена на три группы по критерию уровня психологического благополучия в соответствии с опросником Рифф: высокий, средний и низкий уровни. В настоящей статье представлен сравнительный анализ психологических характеристик геймеров форумных ролевых игр, у которых были выявлены высокий и низкий уровни психологического благополучия. Их социально-демографические характеристики приведены в таблице 1.

Как видно из таблицы 1, исследуемые группы сопоставимы по возрасту ($p \geq 0,05$). В обеих выборках преобладали респонденты женского пола.

От всех респондентов, прошедших исследование, было получено информированное согласие, которое содержало в себе сведения о содержании исследования, длительности его

прохождения, возможности отказаться от участия на любом этапе и конфиденциальности полученных данных. Респондентам была дана возможность для получения обратной связи по результатам тестирования.

4. Результаты психологического исследования

Изученные социально-психологические характеристики обследованных геймеров форумных ролевых игр включали в себя такие сферы, как отношения с близкими и друзьями, самооценку собственного здоровья, отношения к игре и взаимоотношений на ролевом форуме. В таблице 2 приведены результаты исследования удовлетворенности отношениями с семьей и друзьями геймеров форумных ролевых игр.

Таблица 2. Удовлетворенность отношениями с семьей и друзьями геймеров форумных ролевых игр

Качество отношений	Геймеры с высоким уровнем психологического благополучия		Геймеры с низким уровнем психологического благополучия	
	Кол-во чел.	Процент	Кол-во чел.	Процент
Самооценка удовлетворенностью отношениями в семье				
Очень хорошие	17	54,8	8	8,6
Хорошие	6	19,4	43	46,2
Удовлетворительные	8	25,8	36	38,7
Плохие	0	0	4	4,3
Очень плохие	0	0	2	2,2
U = 797; p ≤ 0,01				
Самооценка удовлетворенностью отношениями с друзьями				
Очень хорошие	23	74,2	18	19,4
Хорошие	7	22,6	35	37,6
Удовлетворительные	1	3,2	32	34,4
Плохие	0	0	7	7,5
Очень плохие	0	0	1	1,1
U = 525; p ≤ 0,01				

В соответствии с данными, приведенными в таблице 2, респонденты с низким уровнем психологического благополучия значительно хуже оценивают качество своих отношений, как в семье, так и с друзьями. Как обсуждалось ранее, сфера значимых отношений имеет большое значение для психологического благополучия человека. Не получая поддержки и понимания в семье человек может искать такие отношения в других сферах. В таблице 3 приведены данные об источниках психологической поддержки обследованных геймеров.

Из таблицы 3 видно, что для геймеров с низким уровнем психологического благополучия основным источником психологической поддержки служат как «реальные» друзья (32,5%), так и друзья с ролевых форумов (30,2%). Поддержку от семьи участники с низким уровнем психологического благополучия получают в меньшей степени, чем в сопоставляемой группе (24,3% и 36,1%, соответственно). Среди них больше и тех, кто вынужден справляться со своими трудностями самостоятельно (5,3% и 1,4%, соответственно).

Так, данные таблицы 4 показывают, что геймеры с низким уровнем психологического благополучия чаще сосредоточены на общении с напарниками по форумной ролевой игре, чем в сопоставляемой группе.

Таблица 3. Источники психологической поддержки геймеров форумных ролевых игр

Источники психологической поддержки	Геймеры с высоким уровнем психологического благополучия		Геймеры с низким уровнем психологического благополучия	
	Кол-во чел.	Процент	Кол-во чел.	Процент
Семья	26	36,1	41	24,3
Друзья (реальные)	28	38,9	55	32,5
Коллеги/однокурсники	2	2,8	7	4,1
Партнеры по ролевой игре	13	18,1	51	30,2
Партнер	2	2,8	6	3,6
Нет поддержки	1	1,4	9	5,3
U = 4799; p ≤ 0,01				

Виртуальное общение (в целом) у них так же преобладает. Это может означать, что в попытках избежать неприятных ощущений и проблем в реальности, источников тревоги и беспокойства, участники с низким психологическим благополучием более склонны углубляться в виртуальное общение, чем геймеры с высоким уровнем психологического благополучия среди которых чаще встречается баланс между «реальным» и виртуальным общением. То есть, они не ограничиваются только виртуальным общением, а в большинстве своем поддерживают и общение в реальности с окружающими и близкими людьми.

Таблица 4. Преобладающий тип общения геймеров форумных ролевых игр

Преобладающий тип общения	Геймеры с высоким уровнем психологического благополучия		Геймеры с низким уровнем психологического благополучия	
	Кол-во чел.	Процент	Кол-во чел.	Процент
Реальное	8	25,8	4	4,3
И реальное, и виртуальное поровну	19	61,3	38	40,9
Виртуальное (в целом)	3	9,7	34	36,6
Виртуальное (именно с соигроками — на форуме или в беседах в соцсетях)	1	3,2	17	18,3
U = 715; p ≤ 0,01				

Основные причины, по которым респонденты увлекаются форумными ролевыми играми, представлены в таблице 5.

Таблица 5 показывает, что в обеих сопоставляемых группах геймеры чаще всего стремятся на ролевом форуме воплотить свои творческие идеи, реализовать творческий потенциал. Кроме того, значительная часть из них ищет чувство общности с людьми со схожими интересами, играя ради коллектива. Показательно, что на третьем месте по популярности у игроков с низким уровнем психологического благополучия оказалась возможность сбежать от реальности (17,4%), т.е. они используют ролевой форум как способ, позволяющий забыть о реальных проблемах.

Как обсуждалось ранее, одной из важных характеристик психологического благополучия является удовлетворенность состоянием здоровья. Участникам исследования было предложено оценить свое состояние здоровья в целом, что приведено в таблице 6, а также ответить на ряд вопросов о наличии различных вредных привычек.

Как видно из таблицы 6, среди участников с высоким уровнем психологического благополучия никто не оценил состояние своего здоровья как «плохое» или «очень плохое», преимущественно выбирался пункт «хорошее» (74,2%), а у геймеров с низким уровнем не было ответов «очень хорошее», а самым популярным ответом оказалось

«удовлетворительное» (60,2%). Исследование употребления алкоголя, психоактивных веществ и курения в сопоставляемых группах различий не выявило. Таким образом, несмотря на то, что геймеры с высоким уровнем психологического благополучия не лишены различных вредных привычек, они более удовлетворены состоянием своего здоровья, что подчеркивает значение психологического фактора в субъективной удовлетворенности общим самочувствием.

Таблица 5. Причины игры на ролевом форуме у геймеров

Причины игры на ролевом форуме	Геймеры с высоким уровнем психологического благополучия		Геймеры с низким уровнем психологического благополучия	
	Кол-во чел.	Процент	Кол-во чел.	Процент
Воплощение творческих идей	20	36,4	54	34,8
Способ сбежать от реальности	4	7,3	27	17,4
Нахождение в коллективе	17	30,9	44	28,4
Эмоциональная разгрузка, атмосфера	8	14,5	14	9,0
Способ развлечения и отдыха	0	0,0	7	4,5
Развитие навыков	6	10,9	9	5,8
U = 4001; p ≥ 0,05				

Таблица 6. Оценка состояния своего здоровья геймерами форумных ролевых игр

Оценка состояния здоровья	Геймеры с высоким уровнем психологического благополучия		Геймеры с низким уровнем психологического благополучия	
	Кол-во чел.	Процент	Кол-во чел.	Процент
Очень хорошее	3	9,7	0	0
Хорошее	23	74,2	21	22,6
Удовлетворительное	5	16,1	56	60,2
Плохое	0	0	11	11,8
Очень плохое	0	0	5	5,4
U = 487; p ≤ 0,01				

Также с помощью методики профиля здорового образа жизни (HPLP-II) были получены данные о субъективной оценке структурных компонентов собственного здоровья геймеров форумных ролевых игр (табл. 7).

Из таблицы 7 видно, что по всем шкалам профиля здорового образа жизни у геймеров форумных ролевых игр с низким уровнем психологического благополучия показатели значимо ниже, чем в сопоставляемой группе ($p \leq 0,01$). Это свидетельствует о снижении осознанности собственной ответственности как за состояние своего здоровья в целом, так и его отдельных компонентов, включающих физическое, психическое и социальное здоровье.

Результаты исследования эмоционального состояния геймеров форумных ролевых игр, полученные при использовании Интегративного теста тревожности (ИТТ) представлены в таблице 8 и на рисунках 1 и 2.

Как видно из таблицы 8, по всем шкалам методики ИТТ в сопоставляемых группах получены достоверные различия ($p \leq 0,01$).

Таблица 7. Сопоставление средних значений по шкалам профиля здорового образа жизни у геймеров форумных ролевых игр

Шкалы HPLP-II	Геймеры с высоким уровнем психологического благополучия	Геймеры с низким уровнем психологического благополучия	Достоверность различий
	М ± m; n = 31	М ± m; n = 93	
Ответственность за здоровье	23 ± 5,1	18 ± 4,4	p ≤ 0,01
Физическая активность	15 ± 4,6	12 ± 4,0	p ≤ 0,01
Питание	23 ± 4,8	19 ± 5,0	p ≤ 0,01
Внутренний рост	29 ± 3,2	20 ± 4,1	p ≤ 0,01
Межличностные отношения	33 ± 3,2	25 ± 4,7	p ≤ 0,01
Управление стрессом	23 ± 3,0	18 ± 3,7	p ≤ 0,01
Общая шкала	147 ± 15,3	113 ± 16,5	p ≤ 0,01

Таблица 8. Сопоставление средних шкальных оценок интегративного теста тревожности у геймеров форумных ролевых игр

Шкалы ИТТ	Геймеры с высоким уровнем психологического благополучия		Геймеры с низким уровнем психологического благополучия		Достоверность различий
	М ± m; n = 31	станайны	М ± m; n = 93	станайны	
Самооценка тревоги ситуативной (СТ-С)					
ЭД-С	0 ± 39,8	1	76 ± 71,5	4	p ≤ 0,01
АСТ-С	30 ± 68,0	1	158 ± 86,4	7	p ≤ 0,01
ФОБ-С	0 ± 41,4	1	114 ± 76,9	7	p ≤ 0,01
ОП-С	69 ± 65,0	2	137 ± 66,1	5	p ≤ 0,01
СЗ-С	43 ± 60,6	1	157 ± 79,9	5	p ≤ 0,01
СТ-С	5 ± 6,1	1	19 ± 8,1	7	p ≤ 0,01
Самооценка тревожности личностной (СТ-Л)					
ЭД-Л	125 ± 71,9	6	199 ± 58,6	8	p ≤ 0,01
АСТ-Л	100 ± 69,1	6	200 ± 76,3	8	p ≤ 0,01
ФОБ-Л	56 ± 71,1	5	172 ± 76,5	8	p ≤ 0,01
ОП-Л	135 ± 89,5	5	200 ± 63,9	7	p ≤ 0,01
СЗ-Л	57 ± 69,6	1	157 ± 79,4	5	p ≤ 0,01
СТ-Л	14 ± 9,0	5	29 ± 8,1	9	p ≤ 0,01

Примечание. СТ-С — ситуативная тревога; СТ-Л — личностная тревожность; ЭД — эмоциональный дискомфорт; АСТ — астенический компонент; ФОБ — фобический компонент; ОП — тревожная оценка перспективы; СЗ — социальная защита.

На рисунке 1 показано, что в группе геймеров с низким уровнем психологического благополучия высокий уровень состояния тревоги (7 станайнов) выявляется по шкалам астенический компонент, фобический компонент и общий показатель тревоги. Это свидетельствует о наличии у испытуемых данной группы ощущений слабости и вялости, страхов, неуверенности в себе, об отсутствии чувства безопасности.

Рисунок 2 иллюстрирует результаты второй части методики ИТТ, где исследуется тревога, как характеристика личности. Видно, что у геймеров с низким уровнем психологического благополучия высокий уровень личностной тревожности выявляется по пяти шкалам из шести. При этом показатель общей тревожности является максимальным (9 станайнов). Люди с такими особенностями характеризуются повышенной утомляемостью, раздражительной слабостью, наличием расстройства сна и общей пассивностью. У них присутствует ощущение непонятной угрозы, отсутствие чувства безопасности. Они озабочены своим будущим, проецируя страхи на перспективу. Социальная среда при этом может выступать как источник тревожности, напряжения, неуверенности в себе.

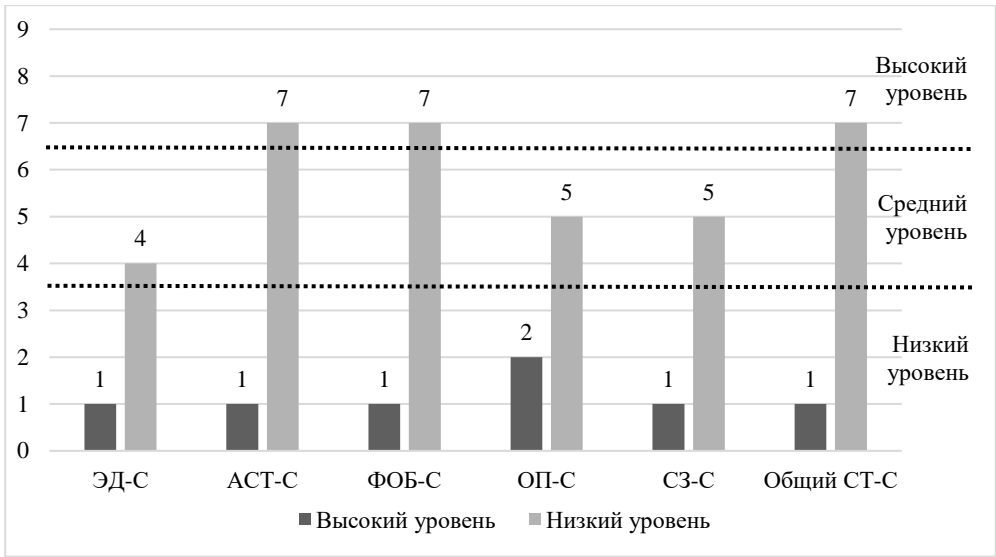


Рис. 1. Сопоставление средних значений в станайнах по шкалам интегративного теста тревожности (ИТТ), самооценка тревоги ситуативной у геймеров форумных ролевых игр

Примечание. В методике ИТТ показатели ниже 4 станайнов соответствует низкому уровню тревожности; 4, 5 и 6 станайнов — среднему (нормальному) уровню; показатель от 7 станайнов и выше свидетельствует о высоком уровне тревожности.

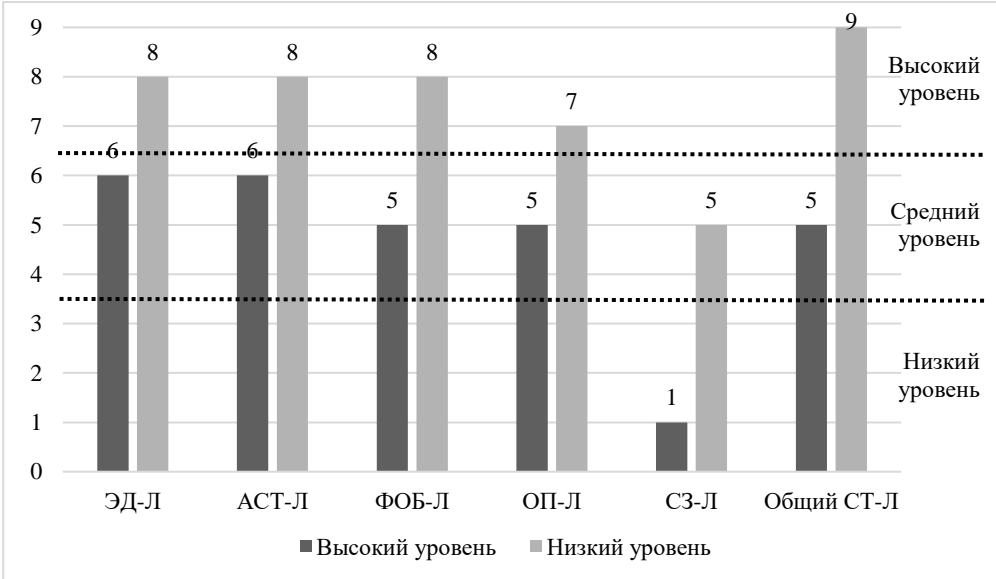


Рис. 2. Сопоставление средних значений в станайнах по шкалам интегративного теста тревожности (ИТТ), самооценка тревожности личностной у геймеров форумных ролевых игр

Выполненный анализ характеристик структуры психологического благополучия геймеров форумных ролевых игр показал достоверность различий в сопоставляемых группах по всем шкалам методики Рифф ($p \leq 0,01$). Результаты представлены на рисунке 3.

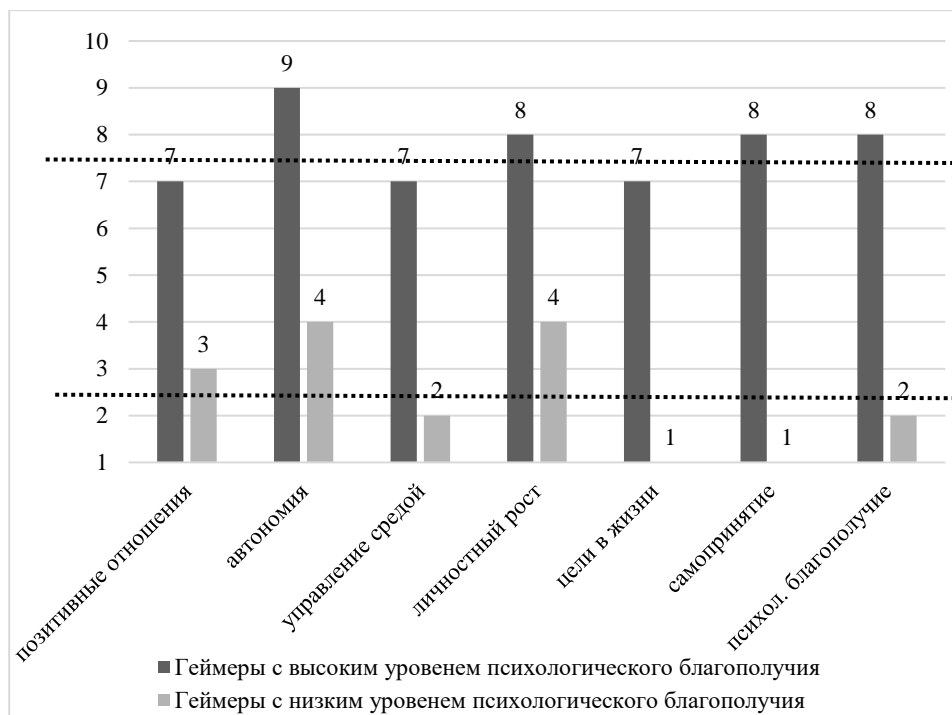


Рис. 3. Сопоставление средних значений по шкалам методики психологического благополучия Рифф для геймеров форумных ролевых игр

Примечание. В методике Рифф показатели 1–3 стена соответствует низкому уровню; 4–7 стенов — среднему уровню; показатель от 8 стенов и выше свидетельствует о высоком уровне соответствующей шкалы.

По рисунку 3 видно, что наименьшими структурными компонентами (1 стен) у геймеров с низким уровнем психологического благополучия выявляются отсутствие целей в жизни, что приводит к чувству потерянности и бессмысленности жизни, и неприятие себя, выражающееся в недовольстве собой, неудовлетворенности собственным прошлым опытом — невозможности его принять и переосмыслить. Кроме того, обнаруживается сниженная способность управления средой, что характеризуется сложностью в организации повседневной деятельности, отсутствием чувства контроля над происходящим. Данные методики подтверждают полученные в анкетировании результаты о дефиците позитивных отношений респондентов данной группы, что предполагает снижение социального взаимодействия, сужение круга доверительных отношений, скрытность в чувствах и эмоциях.

В качестве психологических ресурсов геймеров с низким уровнем психологического благополучия можно выделить такие компоненты как автономия и стремление к личностному росту (4 стена). Это проявляется, с одной стороны, готовностью обосновывать свою точку зрения, но, при этом, возможностью принимать компромиссные решения, учитывая обстоятельства и мнение окружающих, а также способностью принимать новый опыт для реализации своего потенциала.

5. Заключение

Перенос социальных отношений в виртуальную сферу уже давно признан реальностью и источником разнообразных рисков в современном обществе. Притягательность виртуального общения для геймеров форумных ролевых игр связана с доступной возможностью получить желаемое одобрение, признание, поддержку не только оставаясь анонимом, но и придавая собственной виртуальной личности любые желаемые черты, вплоть до изменения

половозрастных характеристик [8]. Кроме того, на ролевом форуме необязательно находиться онлайн постоянно и синхронизировать подключение с соигроками. Игровые ресурсы доступны в любое время суток, а значит, нет необходимости заранее планировать виртуальные встречи и подстраиваться под чей-то образ жизни — особенно с учётом различных часовых поясов, что является частой практикой. Нельзя не упомянуть о позитивных эффектах форумных ролевых игр, которые также усиливают их притягательность для геймеров. К ним относятся развитие лингвистических способностей (сотрудничество в письменной форме способствует развитию грамматической правильности речи, улучшению общего качества и сложности письма, изучению речевых жанров) [1]; взаимоподдержка и взаимообучаемость (соигроки делятся знаниями и умениями, помогая друг другу развиваться как ролевые игроки, наставляют новых неопытных членов группы в форме виртуального наставничества); формирование социальной ответственности (взятие на себя обязательств друг перед другом в форме непрерывной игры вырабатывает чувство ответственности за обязательства перед соигроками) [8].

Сам по себе онлайн-гейминг предполагает длительное времяпрепровождение за компьютером или другим электронным устройством обеспечивающими выход в сеть Интернет. При этом к настоящему времени проведено множество исследований, показывающих негативные последствия чрезмерной погруженности в интернет-среду [2; 3; 6; 7]. Такое чрезмерное стремление к виртуализации общения может быть связано, с одной стороны, с личностными особенностями самих геймеров. Так, у геймеров форумных игр были выявлены трудности в устном выражении своих мыслей [1], стремление к уходу от реальности, проблем и тревожащих мыслей при помощи игры, ограничение реальных социальных взаимодействий, возможные проблемы с личными контактами, решаемые за счет общения в игре [3]. С другой стороны, чрезмерная погруженность в интернет-среду может привести пользователя к компьютерной зависимости, которая проявляется в невозможности отказаться от использования интернет-средств, что приводит к эмоциональному конфликту, потере контроля над временем, изменчивости настроения [2].

Таким образом, личность, имеющая трудности социальной адаптации, которая проявляется в снижении психологического благополучия, отрываясь от жизни реальной и погружаясь в виртуальное общение, подвергается риску психической дезадаптации, включающую в себя социальный (взаимоотношения с окружающими), биологический (состояние здоровья) и психологический (эмоционально-личностные характеристики) уровни. Данный тезис подтверждается результатами проведенного нами исследования. Так, полученные данные свидетельствуют о том, что геймеры с низким уровнем психологического благополучия значимо хуже, чем в сопоставляемой группе, оценивают качество своих отношений, как в семье, так и с друзьями, не получая от них желаемой поддержки. Анализ способа и характеристик общения показал преобладание у них виртуального общения, которое мотивировано как стремлением реализовать на ролевом форуме, в обществе людей со схожими интересами, свой творческий потенциал, так и возможностью переключиться с имеющихся в жизни проблем, сбежать от реальности. Это согласуется с данными проведенных ранее исследований, в которых были также обнаружены трудности с социальными контактами, ограничение реальных социальных взаимодействий у геймеров форумных игр [1] и преобладание неконструктивных копинг-стратегий (избегание проблем) [3].

Оценка состояния своего здоровья у геймеров форумных ролевых игр с низким уровнем психологического благополучия показала у них снижение как субъективной удовлетворенности общим самочувствием, так и осознанности собственной ответственности за состояние своего здоровья в целом и его отдельных компонентов, включающих физическое, психическое и социальное здоровье. Изучение эмоционального состояния выявило наличие повышенной тревоги, связанной с астенией (повышенной утомляемостью), страхами, неуверенностью в себе, снижением чувства безопасности и высокой общей личностной тревожности, характеризующийся раздражительной слабостью,

озабоченностью своим будущим, проекцией страхов на перспективу на фоне общей пассивности.

Структура их психологического благополучия выявила отсутствие целей в жизни и неприятие себя. В контексте данных, полученных с помощью анкетирования, можно сделать вывод о дефиците позитивных отношений респондентов данной группы, что предполагает у них снижение социального взаимодействия, сужение круга доверительных отношений, скрытность в чувствах и эмоциях. Эти данные соотносятся выявленными личностными особенностями геймеров ролевых форумов, заключающимися в конфликте их реального и идеального «Я» и нереализованных потребностях в признании и получении одобрения [6]. В качестве психологических ресурсов геймеров с низким уровнем психологического благополучия были выявлены такие компоненты как автономия и стремление к личностному росту.

Исходя из вышеизложенного, можно сделать вывод о том, что снижение психологического благополучия характерно не для всех геймеров форумных ролевых игр. Однако при его снижении можно прогнозировать риск психической дезадаптации такого геймера. Выявленные характеристики снижения психологического благополучия могут быть использованы как мишени для психопрофилактической работы. При этом остается открытым вопрос об организации доступа геймеров к такой психопрофилактической работе, а также разработка соответствующих психокоррекционных программ.

Литература

- [1] Гейко А. И. Исследование особенностей воображения игроков литературных текстовых ролевых игр // Психология и педагогика в Крыму: пути развития. 2019. № 2. С. 56-66.
- [2] Регуш Л. А., Орлова А. В., Алексеева Е. В., Веретина О. В., Пежемская Ю. С., Лактионова Е. Б. Феномен погруженности в интернет-среду: определение и диагностика // Сибирский психологический журнал. 2021. № 81. С. 107–125. DOI: 10.17223/17267081/81/5.
- [3] Королева Н. Н., Глинкина Л. С., Богдановская И. М., Углова А. Б. Увлечённость форумными ролевыми играми как индикатор риска эмоционального выгорания менеджеров // Мир науки. Педагогика и психология. 2019. Т. 7. № 5. С. 54.
- [4] Кальнер Н. В. Факторы благополучия личности и варианты их отработки в психологической практике // Символ науки. 2021. № 6. С. 164-167.
- [5] Федотова В. А. Роль здоровья в формировании психологического благополучия // Международный журнал гуманитарных и естественных наук. 2018. № 10-1. С. 110-117.
- [6] Глинкина Л. С. Характеристики эмоционального выгорания и увлеченность форумными ролевыми играми у менеджеров // Информационное общество: образование, наука, культура и технологии будущего. Выпуск 3 (Труды XXII Международной объединенной научной конференции «Интернет и современное общество», IMS-2019, СПб., 19–22 июня 2019. Сборник научных трудов). СПб: Университет ИТМО, 2019. С. 226-235. DOI: 10.17586/2587-8557-2019-3-226-235.
- [7] Игровую зависимость признают психическим расстройством // BBC News Русская служба. URL: <https://www.bbc.com/russian/news-42546295> (дата обращения: 28.01.2022).
- [8] Медведев Е. А. Субкультура участников ролевых игр и методы исследования её воздействия на личность: диссертация ... кандидата социологических наук: 22.00.06. М.: Московский государственный университет им. М.В. Ломоносова, 2004. 186 с.
- [9] Геймер // Словари и энциклопедии на Академике. URL: <https://dic.academic.ru/dic.nsf/ruwiki/34081> (дата обращения: 03.12.2021).
- [10] Иванова Т. Ю. Функциональная роль личностных ресурсов в обеспечении психологического благополучия. Автореферат. М.: Московский государственный университет им. М.В. Ломоносова, 2016 г. 39 с.
- [11] Водяха С. А. Прединдикторы психологического благополучия студентов // Педагогическое образование в России. 2013. No. 1. С. 70–74.

- [12] Bradburn N. M. The structure of psychological Well-being. Chicago: Aldine publishing company, 1969. 332 p.
- [13] Diener E., Oishi S., Tay L. Advances in subjective well-being research // *Nature Human Behaviour*. 2018. Vol. 2. No. 4. P. 253–260. DOI:10.1038/s41562-018-0307-6.
- [14] Diener E., Ryan K. Subjective Well-Being: A General Overview // *South African Journal of Psychology*. 2009. Vol. 39. No. 4. P. 391-406. DOI:10.1177/008124630903900402.
- [15] Ryff C. D., Singer B. Psychological Well-Being: Meaning, Measurement, and Implications for Psychotherapy Research // *Psychotherapy and Psychosomatics*. 1996. No. 65(1). P. 14-23. DOI:10.1159/000289026.
- [16] Argyle M. The Psychology of Happiness (2nd ed.). London: Routledge, 2013. 288 p. DOI: 10.4324/9781315812212.
- [17] Seligman M. Using the New Positive Psychology to Realize Your Potential for Lasting Fulfillment. NY: Simon and Schuster, 2002. 275 p.
- [18] Кошелева Ю. П. Субъективные и объективные характеристики «значимых отношений» // *Вестник МГЛУ*. 2014. Вып. 16(702). С. 157-167.
- [19] Мясищев В.Н. Психология отношений. М.: МПСИ, МОДЭК, 2011. 400 с.
- [20] Ben-Zur H. Monitoring/Blunting and Social Support: Associations with Coping and Affect // *International Journal of Stress Management*. 2002. Vol. 9. No. 4. P. 357–373.
- [21] Дёмина Л. Д., Табурова Т. С. Отношения со значимым другим как ресурс совладания личности с трудной жизненной ситуацией // *Известия АлтГУ*. 2010. № 1-2. С. 60-62.
- [22] Lunsy Y., Benson B.A. Perceived Social Support and Mental Retardation: A Social-Cognitive Approach // *Cognitive Therapy and Research*. 2001. Vol. 25. No. 1. P. 77-90.
- [23] Павлоцкая Я. И. Психологическое благополучие и социально-психологические характеристики личности: монография. Волгоград: Издательство Волгоградского института управления, филиала РАНХиГС, 2016. 168 с.

Psychological Aspects of Communication between Gamers of Forum Role-Playing Games

A. N. Alekhin, S. I. Belyaeva, D. A. Golubec

The Herzen State Pedagogical University of Russia

Modern society is characterized by an intensive shift of social interaction of all population groups into a virtual environment. Immersion in virtual games may be associated with a mental disorder, manifested in a decrease in psychological well-being. However, it is difficult for gamers to receive psychological help due to the lack of real social contacts, which can lead to a decrease in their overall quality of life. The aim of the study was to study the psychological aspects of communication between gamers of forum role-playing games. A total of 265 people took part in the study (mean age 26.9±4.7 years). The article presents a comparative analysis of the psychological characteristics of gamers with high and low levels of psychological well-being. An online research method was used, which included an author's questionnaire and three experimental psychological techniques. The results of the study showed that gamers with a low level of psychological well-being are significantly worse than those in the compared group in assessing the quality of their relationships, both in the family and with friends, without receiving the desired support from them. An analysis of the method and characteristics of communication showed the predominance of virtual communication among them, which is motivated both by the desire to realize their creative potential in a role-playing forum (in a society of people with similar interests), and the opportunity to switch from the problems in life, to escape from reality. An assessment of their health status showed that gamers with a low level of psychological well-being showed a decrease in both subjective satisfaction with general well-being and awareness of responsibility for their health. The study of the emotional state revealed that they had increased anxiety due to

fatigue, fears, self-doubt, a decrease in the sense of security, as well as high general personal anxiety. The structure of the psychological well-being of gamers with a low level of psychological well-being revealed their lack of goals in life and rejection of themselves. It was concluded that there is a shortage of positive relationships of respondents in this group, which implies a decrease in social interaction, a narrowing of the circle of trusting relationships, secrecy in feelings and emotions. As psychological resources of gamers with a low level of psychological well-being, such components as autonomy and the desire for personal growth can be distinguished.

Keywords: forum role-playing games, virtual communication, psychological well-being, social relations, attitude to health

Reference for citation: Alekhin A. N., Belyaeva S. I., Golubec D. A. Psychological Aspects of Communication between Gamers of Forum Role-Playing Games // *Information Society: Education, Science, Culture and Technology of Future*. Vol. 7 (Proceedings of the XXVI International Joint Scientific Conference «Internet and Modern Society», IMS-2023, St. Petersburg, June 26–28, 2023). — St. Petersburg: ITMO University, 2024. P. 192–206. DOI: 10.17586/2587-8557-2024-7-192-206

Reference

- [1] Gejko A. I. Issledovanie osobennostej voobrazheniya igrokov literaturnyh tekstovyh rolevyh igr // *Psihologiya i pedagogika v Krymu: puti razvitiya*. 2019. No. 2. P. 56-66. (In Russian).
- [2] Regush L. A., Orlova A. V., Alekseeva E. V., Veretina O. V., Pezhemskaya Yu.S., Laktionova E. B. Fenomen pogruzhennosti v internet-sredu: opredelenie i diagnostika // *Sibirskij psihologicheskij zhurnal*. 2021. No. 81. P. 107–125. DOI: 10.17223/17267081/81/5. (In Russian).
- [3] Koroleva N. N., Glinkina L. S., Bogdanovskaya I. M., Uglova A. B. Uvlechenost' forumnymi rolevymi igrimi kak indikator riska emocional'nogo vygoraniya menedzherov // *Mir nauki. Pedagogika i psihologiya*. 2019. Vol. 7. No. 5. P. 54. (In Russian).
- [4] Kal'ner N. V. Faktory blagopoluchiya lichnosti i varianty ih otrabotki v psihologicheskoy praktike // *Simvol nauki*. 2021. No. 6. P. 164-167. (In Russian).
- [5] Fedotova V. A. Rol'zdorov'ya v formirovanii psihologicheskogo blagopoluchiya // *Mezhdunarodnyj zhurnal gumanitarnyh i estestvennyh nauk*. 2018. No. 10-1. P. 110-117. (In Russian).
- [6] Glinkina L. S. Harakteristiki emocional'nogo vygoraniya i uvlechenost' forumnymi rolevymi igrimi u menedzherov // *Informacionnoe obshchestvo: obrazovanie, nauka, kul'tura i tekhnologii budushchego*. Vypusk 3 (Trudy XXII Mezhdunarodnoj ob'edinennoj nauchnoj konferencii «Internet i sovremennoe obshchestvo», IMS-2019, Sankt-Peterburg, 19 – 22 iyunya 2019. Sbornik nauchnyh trudov). SPb: Universitet ITMO, 2019. P. 226-235. DOI: 10.17586/2587-8557-2019-3-226-235. (In Russian).
- [7] Igrovuyu zavisimost' priznayut psihicheskim rasstrojstvom // *BBC News Russkaya sluzhba*. URL: <https://www.bbc.com/russian/news-42546295> (accessed date: 28.01.2022). (In Russian)
- [8] Medvedev E. A. Subkul'tura uchastnikov rolevyh igr i metody issledovaniya ee vozdejstviya na lichnost': dissertaciya ... kandidata sociologicheskikh nauk: 22.00.06. M.: Moskovskij gosudarstvennyj universitet im. M. V. Lomonosova, 2004. 186 p. (In Russian).
- [9] Gejmer // *Slovari i enciklopedii na Akademike*. URL: <https://dic.academic.ru/dic.nsf/ruwiki/34081> (accessed date: 03.12.2021). (In Russian).
- [10] Ivanova T. Yu. Funkcional'naya rol' lichnostnyh resursov v obespechenii psihologicheskogo blagopoluchiya. Avtoreferat. M.: Moskovskij gosudarstvennyj universitet im. M. V. Lomonosova, 2016. 39 p. (In Russian).
- [11] Vodyaha S. A. Prediktory psihologicheskogo blagopoluchiya studentov // *Pedagogicheskoe obrazovanie v Rossii*. 2013. No. 1. P. 70–74. (In Russian).
- [12] Bradburn N. M. *The structure of psychological Well-being*. Chicago: Aldine publishing company, 1969. 332 p.

- [13] Diener E., Oishi S., Tay L. Advances in subjective well-being research // *Nature Human Behaviour*. 2018. No. 2(4). P. 253–260. DOI:10.1038/s41562-018-0307-6.
- [14] Diener E., Ryan K. Subjective Well-Being: A General Overview // *South African Journal of Psychology*. 2009. Vol. 39. No. 4. P. 391–406. DOI:10.1177/008124630903900402.
- [15] Ryff C. D., Singer, B. Psychological Well-Being: Meaning, Measurement, and Implications for Psychotherapy Research // *Psychotherapy and Psychosomatics*. 1996. No. 65(1). P. 14-23. DOI:10.1159/000289026.
- [16] Argyle M. *The Psychology of Happiness* (2nd ed.). London: Routledge, 2013. 288 p. DOI: 10.4324/9781315812212.
- [17] Seligman M. *Using the New Positive Psychology to Realize Your Potential for Lasting Fulfillment*. NY: Simon and Schuster, 2002. 275 p.
- [18] Kosheleva Yu.P. Sub"ektivnye i ob"ektivnye harakteristiki «znachimyh otnoshenij» // *Vestnik MGLU*. Iss. 2014. No. 16 (702). P. 157-167. (In Russian).
- [19] Myasishchev V.N. *Psihologiya otnoshenij*. M.: MPSI, MODEK, 2011. 400 p. (In Russian).
- [20] Ben-Zur H. Monitoring/Blunting and Social Support: Associations with Coping and Affect // *International Journal of Stress Management*. 2002. Vol. 9. No. 4. P. 357–373.
- [21] Dyomina L.D., Taburova T.S. Otnosheniya so znachimym drugim kak resurs sovladaniya lichnosti s trudnoj zhiznennoj situaciej // *Izvestiya AltGU*. 2010. No. 1-2. P. 60-62. (In Russian).
- [22] Lunskey Y., Benson B.A. Perceived Social Support and Mental Retardation: A Social-Cognitive Approach // *Cognitive Therapy and Research*. 2001. Vol. 25. No. 1. P. 77-90.
- [23] Pavlockaya, Ya.I. *Psihologicheskoe blagopoluchie i social'no-psihologicheskie harakteristiki lichnosti: monografiya*. Volgograd: Izdatel'stvo Volgogradskogo instituta upravleniya, filiala RANHiGS, 2016. 168 p. (In Russian).