

studentov-2-kursa-smolenskogo-gosudarstvennogo-meditsinskogo-universiteta (date of request: 12.03.2021).

5. Koryagina I. A. Study of stress sources among students of higher educational institutions / I.A. Koryagina, G. V. Korolev // Humanities . - 2019. - № 3(47).

URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/izuchenie-istochnikov-stressa-sredi-studentov-vysshih-uchebnyh-zavedeniy> (date of request: 14.03.2021).

6. Luzko A.V. Stress resistance in the student environment / A.V. Luzko // Archivarius. - 2015. - № 2(2).

URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/stressoustoychivost-v-studencheskoy-srede> (date of request: 11.03.2021).

7. Novgorodtseva I. V. Educational stress in medical students: causes and manifestations / I. V. Novgorodtseva, S. E. Musikhina, V. O. Pyankova // Medical news. - 2015. - № 8(251). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/uchebnyy-stress-u-studentov-medikov-prichiny-i-proyavleniya-1> (date of request: 13.03.2021).

8. Urusova A.M. Psychological mechanisms of educational stress management / A.M. Urusova, S.N. Bostanova // Scientific notes of the Lesgaft University. - 2020. - № 2 (180). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/psihologicheskie-mehanizmy-upravleniya-uchebnym-stressom> (date of request: 14.03.2021).

9. Fedotov I.A. Syndrome of emotional burnout and educational stress / I.A. Fedotov, A.S. Degtyareva, S.N. Ozol // Omsk Psychiatric Journal. - 2015. - № 3(5).

URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/sindrom-emotsionalnogo-vygoraniya-i-uchebnyy-stress> (date of request: 12.03.2021).

10. Cherbieva S.V. Empirical study of educational stress in students / S.V. Cherbieva, S.N. Bostanova // Scientific notes of the Lesgaft University. - 2019. - № 12(178).

URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/empiricheskoe-issledovanie-uchebnogo-stressa-u-studentov> (date of request: 14.03.2021).

УДК 159.9.072.432

**Баженова Д. Д., Устинова Н.А.  
ВЫЯВЛЕНИЕ СВЯЗИ МЕЖДУ ГЕЙМ-АДДИКЦИЕЙ И  
ЭМОЦИОНАЛЬНЫМ ИНТЕЛЛЕКТОМ**

Кафедра клинической психологии и педагогики  
Уральский государственный медицинский университет  
Екатеринбург, Российская федерация

**Bazhenova D. D., Ustinova N. A.  
IDENTIFYING THE RELATIONSHIP BETWEEN GAME ADDICTION AND  
EMOTIONAL INTELLIGENCE**

Department of Clinical Psychology and Pedagogy  
Ural State Medical University  
Yekaterinburg, Russian Federation

E-mail: da.bazhenova@ya.ru

**Аннотация.** В данной статье представлены результаты исследования взаимосвязи уровня выраженности гейм-аддикции и эмоционального интеллекта у студентов разных курсов разных направлений обучения. Сравняются показатели эмоционального интеллекта и увлеченности компьютерными играми.

**Annotation.** This article presents the results of a study of the relationship between the level of severity of gaming disorder and emotional intelligence in students of different courses in different areas of study. The indicators of emotional intelligence and passion for computer games are compared.

**Ключевые слова:** гейм-аддикция, компьютерная игровая зависимость, эмоциональный интеллект, студенты.

**Key words:** gaming disorder, video game addiction, emotional intelligence, students.

### **Введение**

С развитием компьютерных и информационных технологий виртуальная реальность становится все более притягательной для проведения свободного времени. Ежедневное многочасовое пребывание в мире видеоигр перерастает в форму зависимости, когда человек при помощи другого мира пытается «сбежать» от проблем и трудностей реального мира. Также аддиктивное поведение помогает людям обрести «чувство внутреннего эмоционального контроля над психической беспомощностью» – как писал Л. М. Додс [3].

Общепринято выделяют два вида зависимостей: химические и нехимические. К нехимическим зависимостям относятся такие виды, как патологическое влечение к азартным играм (гемблинг), эротические аддикции, «социально приемлемые» аддикции (например, спортивная аддикция и т.п.), технологические аддикции, пищевые аддикции [1].

Для диагностики нехимических зависимостей можно использовать следующие критерии: навязчивое стремление к определённому поведению; нарастание напряжения, если есть препятствие для его осуществления; временное снятие напряжения при завершении поведения; цикличность этого поведения; специфичность для каждого типа нехимической аддикции определённого типа поведения; возникновение каждого последующего цикла предопределяется как внутренними, так и внешними причинами; наличие приятных эмоций на первых циклах подобного поведения [2].

Гейм-аддикция вносится как «игровое расстройство» 72 Всемирной ассамблеей здравоохранения в 11 издание международной классификации болезней (МКБ-11), которая вступит в силу 1 января 2022 года. Игровое расстройство проявляется в потере контроля над игрой, повышением приоритета игры над другими интересами, видами деятельности, и продолжением игры, несмотря на возникновение негативных последствий.

В видеоиграх молодых людей привлекает «свой игровой мир», в котором другим нет доступа, в нем нет ответственности, в игре можно вернуться назад и исправить любую ошибку, самостоятельно принимая решения в рамках игры [3].

Социально-психологическими детерминантами кибераддикции будут являться следующие: низкий уровень социально-психологической адаптации (чувство скованности в коллективе), трудности в коммуникативной деятельности (затруднения в общении и в установлении контактов с людьми), нарушение социально-психологической адаптации, в том числе появление сложностей в установлении и удержании социальных контактов вне Интернета, «комплекс недостаточности» (низкая самооценка, неудовлетворенность собой), агрессивность, чувство одиночества и недостаток взаимопонимания, нереалистичные представления о своем идеальном «Я» [4].

При игровой зависимости наблюдается ухудшение в контроле над эмоциями, а также уход в виртуальную реальность увеличивают трудности общения вживую из-за сокращения контактов в реальном мире, отсутствия невербальных процессов, то есть нет возможности увидеть мимику и жесты других людей, эмоциональную окраску сообщения приобретают только благодаря смайлам, которые не всегда могут правильно передавать в настоящие эмоции, испытываемые человеком, поэтому у играющих людей могут возникать проблемы с пониманием чужих эмоций, а из-за ограниченного межличностного взаимодействия и шаблонном поведении в игре, игроки склонны к более скудному проявлению собственных эмоций. Трудности с их описанием также могут возникать в отсутствии потребности такой потребности в виртуальности.

Эмоциональный интеллект – это восприятие человеком мира, людей, событий, а также его реакция на окружающих, которая, также оказывает влияние на результативность деятельности, это мощный ресурс, это залог личной эффективности, внутренней гармонии и качества жизни [5].

Эмоциональный интеллект, согласно одной из наиболее популярных моделей Д.В. Люсина, можно рассматривать как способность человеком иметь понимание своих и чужих эмоций, а также управление ими. Сама модель дает представление как о внутриличностном, так и о межличностным эмоциональным интеллекте. Понимание эмоций предполагает, что человек может устанавливать наличие эмоции, определить эту эмоцию и интерпретировать ее и представлять ее причины и последствия в будущем. В свою очередь, навык управления эмоциями подразумевает наличие контроля над интенсивностью проявления эмоций, способность смягчить их интенсивность, и умение произвольно вызвать любую нужную на данный момент эмоцию.

**Цель исследования** – описать связь между уровнем гейм-аддикции и показателями эмоционального интеллекта у студентов разных специальностей.

#### **Материалы и методы исследования**

Выборку исследования составили 118 студентов разных специальностей в возрасте 17-22 лет, 79 из которых женщины (67%), а 39 (33%) – мужчины. Для диагностики использовалась методика Д. Люсина «Опросник ЭИИ» и методика

диагностики гейм-аддикции (ДГА) Н. В Кочеткова. Также была проведена количественная и статистическая обработка результатов. Для статистической обработки применялся критерий ранговой корреляции  $r$ -Спирмена в программе «STATISTICA 10.0».

### **Результаты исследования и их обсуждение**

Так как методика диагностики гейм-аддикции (ДГА) Н. В Кочеткова сама по себе не предусматривает шкалы для выявления выраженности уровня зависимости, и сам автор советует самостоятельно присвоить ранги в зависимости от средне арифметических значений. Таким образом получилось, что средне арифметическое значение равно 59 баллам, в область 25%-75% выборки входят значения от 47 до 72 баллов. Эти значения будут принадлежать людям, которые потенциально имеют склонность к игровой зависимости; выборка со значениями меньше 47 баллов до минимума, составляющего 26 баллов, принадлежит к невыраженной зависимости; и наконец выборка со значениями от 72 баллов до 91 балла, что оказались максимумом в исследовании игровой аддикции, будет с выраженным зависимым поведением. Зависимость не выражена у 21 студента, у 73 студентов имеется склонность к игровой зависимости и 24 студента уже имеет выраженное зависимое поведение.

Среднее значение общего уровня эмоционального интеллекта равно 83 балла. Средние значения по субшкалам межличностного и внутриличностного эмоционального интеллекта, а также понимания и управления эмоцией соответствуют среднему уровню владения данными аспектами.

Корреляционный анализ (непараметрический вариант Спирмена) показателей эмоционального интеллекта и шкал увлеченности компьютерными играми у всей выборки студентов позволил выявить следующие статистически значимые взаимосвязи (рис. 1). Обнаружено, что между показателями эмоционального интеллекта и шкалами увлеченности компьютерными играми существуют исключительно обратно пропорциональные взаимосвязи (всего 8 отрицательных корреляций). Существуют слабые обратно пропорциональные взаимосвязи между пониманием эмоций и такими показателями увлеченности компьютерными играми, как степень выраженности гейм-аддикции и отношение к игре. Шкала отношения к игре показывает эмоциональную, поведенческую и когнитивную увлеченность компьютерными играми. Это говорит о том, что у студентов, заинтересованных в компьютерных играх, также возникают проблемы в понимании своих и чужих эмоций.



Рис.1. Структура взаимосвязей эмоционального интеллекта и увлеченности компьютерными играми у студентов (при уровне значимости  $p < 0,05$ )

Также средняя обратная взаимосвязь выявлена между физическими проявлениями зависимости и управлением, пониманием эмоций, внутриличностным эмоциональным интеллектом, пониманием и управлением своими эмоциями и общим уровнем эмоционального интеллекта. Это может говорить о том, что играющие студенты могут редко прибегать к саморефлексии, поэтому способность к пониманию и управлению собственными эмоциями, а также болевые ощущения и физический дискомфорт для них остаются без внимания, они, вероятно, плохо отслеживают свое состояние и ощущения, поэтому могут длительное время проводить в игре в неудобном для себя положении.

### Выводы

Гейм-аддикция может иметь негативные последствия в развитии и формировании психосоциальной сферы человека из-за длительного пребывания за компьютером, а также может приводить к ухудшению физического здоровья.

В результате чего были получены следующие данные: у студентов, имеющих склонность к гейм-аддикции, наблюдаются сложности с распознаванием и интерпретацией своих и чужих эмоций. Однако, в то же время не исключается и то, что факт проблем с выражением, определением и пониманием своих и чужих эмоций может быть наоборот причиной для формирования игровой зависимости. Также студенты, не уделяющие своему физическому состоянию должного внимания, вместе с тем имеют тенденцию к

невысокому внутриличностному интеллекту, то есть опять же сталкиваются со сложностями понимания и управления собственными эмоциями.

**Список литературы:**

1. Кочетков Н.В. Социально-психологические аспекты зависимости от онлайн-игр и методика ее диагностики / Н.В. Кочетков // Социальная психология и общество. - 2016. - № 7(3). - С. 148-163.

URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=26732723> (дата обращения: 18.03.2021).

2. Николаева Е.В. Зависимое поведение: причины, последствия, профилактика / Е.В. Николаева // Социальная педагогика. - 2012. - №5. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/zavisimoe-povedenie-prichiny-posledstviya-profilaktika> (дата обращения: 20.03.2021).

3. Кутбиддинова, Р.А. Методы активного социально-психологического обучения: учебно-методическое пособие / Р.А. Кутбиддинова // СахГУ, 2014. – 136 с. URL [http://sakhgu.ru/wp-content/uploads/page/record\\_85102/2019\\_04/-Кутбиддинова-Р.-А.-Психология-зависимости.pdf](http://sakhgu.ru/wp-content/uploads/page/record_85102/2019_04/-Кутбиддинова-Р.-А.-Психология-зависимости.pdf) (дата обращения: 22.03.2021).

4. Окунева Л.И. Детерминанты формирования кибераддикции у социально депривированного подростка / Л.И. Окунева, Е.С. Набойченко // Педиатрический вестник Южного Урала. - 2016. - №1.

URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/determinanty-formirovaniya-kiberaddiktsii-u-sotsialno-deprivirovannogo-podrostka> (дата обращения: 22.03.2021).

5. Алимбаева Р.Т. Теоретические аспекты эмоционального интеллекта / Р.Т. Алимбаева, Л.У. Есназарова // Инновационная наука. - 2017. - №3-1. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/teoreticheskie-aspekty-emotsionalnogo-intellekta> (дата обращения: 22.03.2021).

УДК 61:001.89

**Беликова А.В.**

**ОСОБЕННОСТИ ПРОЯВЛЕНИЯ СТРАТЕГИЙ СОВЛАДАНИЯ В ПЕРИОД ПАНДЕМИИ COVID-19 У МОЛОДЕЖИ**

Кафедра психологии и педагогики  
Волгоградский государственный университет  
Волгоград, Российская Федерация

**Belikova A.V.**

**FEATURES OF THE MANIFESTATION OF COPING STRATEGIES DURING THE COVID-19 PANDEMIC AMONG YOUNG PEOPLE**

Department of Psychology and Pedagogy  
Volgograd State University  
Volgograd, Russian Federation

E-mail: [psb-181\\_695281@volsu.ru](mailto:psb-181_695281@volsu.ru)