

ОСОБЛИВОСТІ ПОКАЗНИКІВ ТРИВОЖНОСТІ, АГРЕСИВНОСТІ, ПСИХОЕМОЦІЙНОГО СТАНУ, ВИРАЖЕНОСТІ ТИПІВ ОСОБИСТІСНИХ АКЦЕНТУАЦІЙ В ОСІБ З ОЗНАКАМИ КОМП'ЮТЕРНО-ІГРОВОЇ АДИКЦІЇ

FEATURES OF INDICATORS OF ANXIETY, AGGRESSIVENESS, PSYCHOEMOTIONAL STATE, AND EXPRESSIVENESS OF PERSONALITY ACCENTUATIONS IN INDIVIDUALS WITH SIGNS OF COMPUTER GAME ADDICTION

Статтю присвячено актуальній для сучасного інформаційного суспільства проблемі – комп'ютерній ігровій адикції. Зазначається, що інтернет-користувачі, інтернет-адикти та геймери вирізняються негативними психологічними характеристиками, що проявляється у спрощенні мови, ізоляціонізмі, складності у спілкуванні, схильності до негативізму, неадекватній самооцінці, стратегіях подолання, ціннісних орієнтаціях, плануванні, невмотивованості дій. Результати аналізу свідчать про те, що чоловіки, імовірно, є більш схильними до ігрової адикції, а пов'язані з нею прояви агресивності можуть переходити й у реальне життя. Аналіз гендерного розподілу респондентів за групами агресивності засвідчив, що чоловіча вибірка більше представлена у групах із середнім і високим рівнями агресивності. Високий відсоток чоловіків у групах із середнім і високим рівнями агресивності може вказувати на можливий вплив комп'ютерних ігор на прояв агресивної поведінки в чоловіків у реальному житті. Для людей із низьким рівнем адикції характерна відсутність високої агресивності, що кардинально відрізняє їх від вибірки респондентів із високим рівнем адикції. Встановлено кореляційні зв'язки між рівнем комп'ютерної адикції, що призводить до негативних наслідків, і непрямою агресією, фізичною агресією, підозрілістю. Отримані дані підтверджують гіпотезу про зв'язок між комп'ютерною ігровою залежністю та агресивністю, вказують на більш виражену агресивність серед людей із високим рівнем адикції від ігор.

Для респондентів із високим рівнем адикції найбільш характерним є високий рівень депресивності. Респонденти із високим рівнем адикції можуть використовувати комп'ютерні ігри як засіб саморегуляції і компенсації, для подолання стресу або негативних емоцій. Однак це може стати круговою проблемою, оскільки ігри можуть у кінцевому підсумку поглиблювати депресивні симптоми. І 85% респондентів із низьким рівнем депресивності потрапили до групи із низькою залежністю від комп'ютерних ігор.

Ключові слова: комп'ютерні ігри, ігрова залежність, агресивність, студенти, депресивність, стрес.

The article is devoted to a problem that is relevant to modern information society – computer game addiction. It is noted that Internet users, Internet addicts and gamers are distinguished by negative psychological characteristics, which manifests itself in simplified language, isolationism, communication difficulties, a tendency towards negativism, inadequate self-esteem, coping strategies, value orientations, planning, and unmotivated actions. The results of the analysis indicate that men are probably more prone to gaming addiction, and the associated manifestations of aggression can spill over into real life. An analysis of the gender distribution of respondents by aggression groups showed that the male sample is more represented in groups with medium and high levels of aggression. The high percentage of men in groups with medium and high levels of aggression may indicate the possible influence of computer games on the manifestation of aggressive behaviour in men in real life. People with low levels of addiction are characterised by a lack of high aggression, which radically distinguishes them from the sample of respondents with high levels of addiction. Correlations have been established between the level of computer addiction, which leads to negative consequences, and indirect aggression, physical aggression, and suspicion. The data obtained confirm the hypothesis of a link between computer game addiction and aggression, indicating more pronounced aggression among people with high levels of addiction to games.

Respondents with high levels of addiction are most likely to have high levels of depression. Respondents with high levels of addiction may use computer games as a means of self-regulation and compensation to overcome stress or negative emotions. However, this can become a circular problem, as games can ultimately exacerbate depressive symptoms. And 85% of respondents with low levels of depression fell into the group with low dependence on computer games.

Key words: computer games, gaming addiction, aggression, students, depression, stress.

УДК 159.9.07+316.6+616.89

DOI <https://doi.org/10.32782/hbts.77.2.17>

Стаття поширюється на умовах ліцензії CC BY 4.0

Сафін О.Д.

д.психол.н., професор,
професор кафедри психології
Уманський державний педагогічний
університет імені Павла Тичини
ORCID ID: 0000-0001-5745-8635

Постановка проблеми. У сучасному світі, де високі технології та цифрові розваги стали невід'ємною частиною повсякденного життя, проблема ігрової адикції серед студентів стає все більш значущою та актуальною. Молоді люди, які активно використовують комп'ютери для навчання та дозвілля, особливо схильні до ризику розвитку адикції. Студентські роки є періодом значних

змін і викликів, і в цьому контексті багато молодих людей звертаються до відеоігор як до засобу релаксації, втечі від стресу до віртуального світу, де вони можуть реалізувати власні фантазії і задовольнити потреби у пригодах і соціальних взаємодіях.

Відповідно до DSM-5, розлади, пов'язані з інтернет-іграми, є реальним клінічним діагнозом

і встановлюються шляхом підтвердження п'яти (або більше) із дев'яти запропонованих критеріїв: захоплення онлайн-/офлайн-іграми; виникнення неприємних симптомів у разі припинення ігор; необхідність проводити все більше часу за іграми; безрезультатні спроби контролювати участь в іграх; втрата інтересу до попередніх захоплень і розваг у результаті ігор, за винятком ігор; триваюче надмірне використання ігор, незважаючи на знання психосоціальних проблем; обман членів сім'ї, терапевтів або інших осіб щодо кількості ігор; використання ігор для втечі або зняття негативного настрою; постановка під загрозу або втрата значущих відносин, роботи, освіти або можливості кар'єрного зростання через участь в іграх [1].

Дослідження останніх років показують тривожні тенденції у сфері комп'ютерної адикції серед студентів. Комп'ютерно-ігрова залежність становить серйозну загрозу для здоров'я і благополуччя студентів. Її наслідки зачіпають різні аспекти їхнього життя, від фізичного й психічного здоров'я до соціальних взаємодій і академічної успішності. Водночас існують і протилежні погляди на комп'ютерні ігри як на явище, не шкідливе, а корисне, якщо підходити до процесу організації гри із правильних позицій. Систематичний огляд впливу кіберспорту на стрес дає уявлення про проблемну сторону кіберспорту й передбачає, що майбутні дослідження мають бути спрямовані на пошук шляхів профілактики геймінгу, як чинника виникнення адикції [4]. Вищезазначене послужило підставою для дослідження особливостей комп'ютерно-ігрової адикції у студентів.

Аналіз останніх досліджень і публікацій.

У дослідженні Д. Каур, С. Кумар, С. Бараух статистичний аналіз даних виявив порівняно значний рівень агресії, депресії та суїцидальних думок серед студентів, які були залучені в надмірні онлайн-ігри, порівняно зі студентами, які не були залучені до онлайн-ігор, що дозволяє припустити необхідність контролю надмірної залученості студентів в онлайн-ігрову культуру [3]. С.М. Койн, Л.А. Стокдейл, В. Уорбертон, Д.А. Джентіле, К. Янг і Б.М. Меррілл виявили більш високий рівень депресії, агресії, сором'язливості, проблемного використання мобільних телефонів і тривожності, ніж у групах із низькою залежністю від відеоігор [5].

Дослідження комп'ютерної адикції у студентів, проведене китайськими вченими, виявило низку показників, зумовлених розладом, пов'язаним з інтернет-іграми (IGD) – більша кількість ігрового часу, погіршення успішності, відмова від інших видів діяльності, втрата контролю, «ломки» та інше [2]. Дослідження показало найбільш виражені негативні характеристики, пов'язані з низькою надійністю переробки інформації, низькою витривалістю і здатністю до диференціації в ЦНС, а також зниженим селективним сприйняттям інформації в респондентів із зафіксованими ознаками інтернет-адикції.

Також виявлено, що інтернет-користувачі, інтернет-адикти та геймери вирізняються негативними психологічними характеристиками, що проявляється у спрощенні мови, ізоляціонізмі, складності у спілкуванні, схильності до негативізму, неадекватній самооцінці, стратегіях подолання, ціннісних орієнтаціях, плануванні, невмотивованості дій.

Мета статті – виявити деякі особливості студентів ЗВО, пов'язані з комп'ютерно-ігровою адикцією.

Виклад основного матеріалу дослідження.

У дослідженні використано авторський опитувальник «Комп'ютерно-ігрова залежність», який спрямовано на виявлення респондентів, схильних до комп'ютерно-ігрової адикції, окрім цього, він містить шкали агресивності та депресії. Опитування здійснювалось онлайн на програмній платформі Qualtrics. Анкетування проводилося анонімно; метод статистичної обробки даних полягав у вивченні середнього значення, процентного співвідношення розподілу по групах. Для визначення достовірності відмінностей по групах було застосовано метод кутового перетворення Фішера (критерій Φ^*). У дослідженні взяли участь 198 студентів віком 17–35 років (жінки – 153, чоловіки – 45).

Аналіз результатів дослідження дозволив розділити респондентів на три групи за рівнями ігрової адикції. До групи з низьким рівнем ігрової адикції увійшли респонденти, які набрали 4–6 балів. Цю групу характеризує таке: респонденти з низьким рівнем ігрової адикції, імовірно, виявляють більшу гнучкість в управлінні власним часом і балансуванні різних аспектів власного життя. Вони, можливо, більш схильні до різноманітних видів дозвілля та активностей, виходячи за межі віртуального світу комп'ютерних ігор.

До групи із середнім рівнем ігрової адикції увійшли респонденти, які набрали 7–9 балів. Для них характерні такі риси: вони мають помірний інтерес до комп'ютерних ігор, який може впливати на їхній розподіл часу й пріоритети в повсякденному житті. Ця група може проявляти баланс між віртуальним і реальним світом, проте іграм все одно відведено істотну частину їхнього вільного часу.

Студенти, які потрапили до групи з високим рівнем ігрової адикції і отримали 10–12 балів, можуть проявляти характеристики, які свідчать про серйозний вплив комп'ютерних ігор на їхню поведінку й спосіб життя. Тобто вони досить часто проводять час за комп'ютерними іграми. Рівень адикції супроводжується зниженням активності в реальному житті, зокрема й щодо навчальних і соціальних обов'язків. Також ігрова залежність впливає на емоційний стан респондентів, спричиняє стрес, роздратування або депресію в разі відсутності доступу до ігор або невдач в ігровому процесі. На рис. 1 представлено процентний розподіл респондентів за рівнями ігрової адикції.

Більшість респондентів (88%) було віднесено до групи з низьким рівнем адикції. До цієї групи потрапили студенти, які заперечили такі твер-

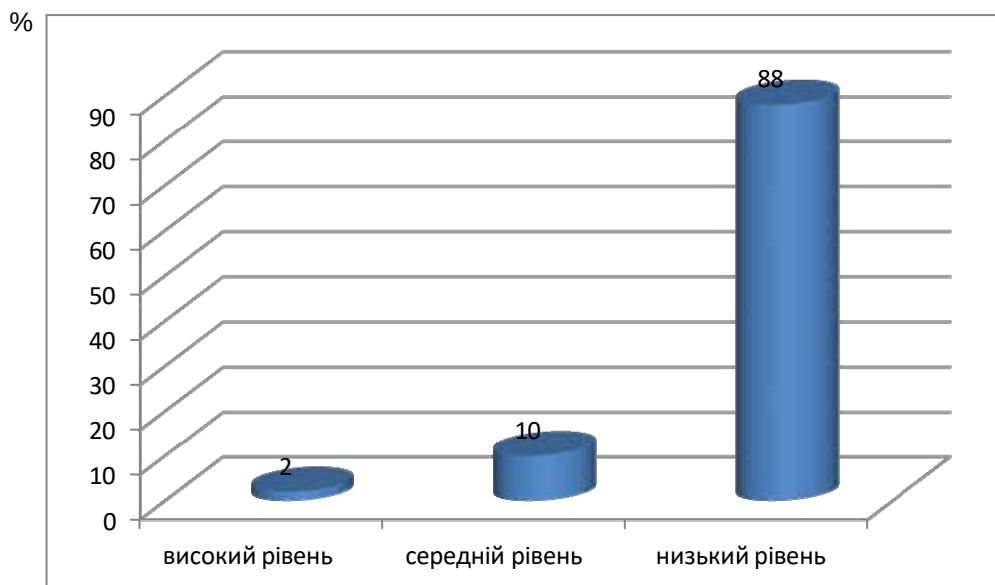


Рис. 1. Гістограма процентного розподілу респондентів за рівнями ігрової адикції

дження: «Я витрачаю більше часу на комп'ютерні/мобільні ігри, ніж планував»; «Мені важко контролювати власний час, проведений за комп'ютерними/мобільними іграми»; «Комп'ютерні/мобільні ігри ускладнюють виконання мною власних обов'язків і зобов'язань»; «Комп'ютерні/мобільні ігри впливають на мої стосунки з оточенням». 2% респондентів було віднесено до групи з високим рівнем адикції.

Також було проведено аналіз гендерного розподілу респондентів за рівнями адикції. Аналіз гендерного розподілу респондентів за групами адикції (рис. 2) засвідчив, що кількість респондентів чоловічої статі переважає у групах із середнім (24%) і високим (7%) рівнями ігрової адикції.

Це свідчить про те, що для чоловіків більш характерною є ігрова залежність. Цей факт підтверджується дослідженнями, які відзначали перевагу представленості геймерів із тривалим стажем у чоловічій частині молодіжного сегмента аудиторії комп'ютерних ігор. Практично відсутні новачки, які грають менше одного року або менше трьох років.

За критерієм ϕ^* значущості відмінностей між чоловіками і жінками не виявлено ($\phi^* - 1,415$). Дослідження компанії "Newzoo" відображають загальносвітову тенденцію фемінізації аудиторії комп'ютерних ігор, що дещо відрізняється від отриманих результатів даного опитування – респонденти-жінки набагато рідше відзначали в себе наявність адикції від комп'ютерних ігор [6]. Це свідчить

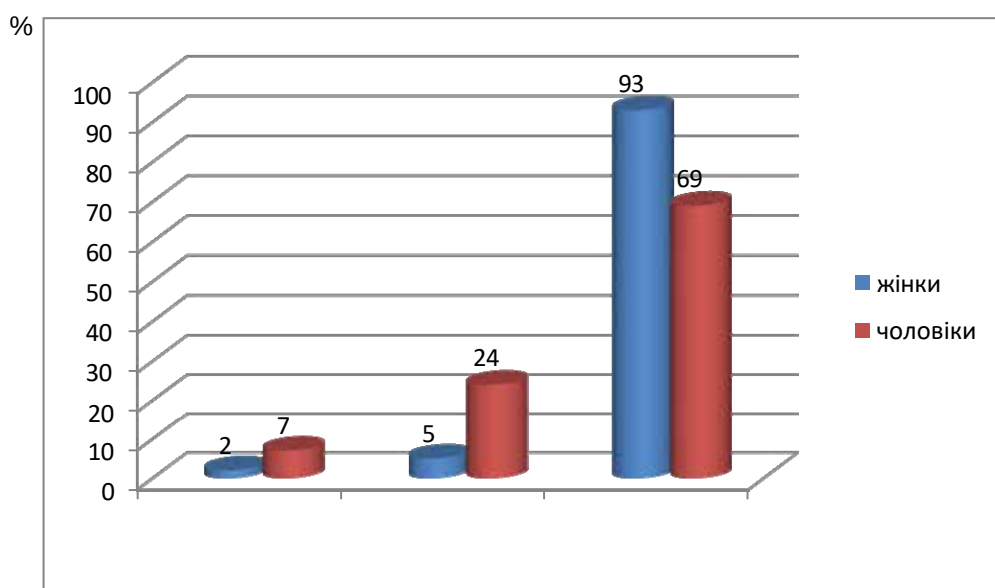


Рис. 2. Гістограма процентного розподілу респондентів за рівнями ігрової адикції з урахуванням гендеру

про те, що жінки мають більш різноманітні дозвілелі практики (не лише геймінг), ніж чоловіки.

Наступний етап дослідження передбачав вивчення особливостей особистісних характеристик (агресивність, депресивність) у респондентів із різними рівнями ігрової адикції.

Аналіз результатів опитування дозволив розділити всіх респондентів за трьома рівнями агресивності. До групи з низьким рівнем агресивності ввійшли респонденти, які набрали 2 і менше балів. Респонденти цієї групи схильні до більш спокійної і неворожої поведінки в різних ситуаціях. Респонденти, що ввійшли до групи із середнім рівнем агресивності, які набрали 3 бали, демонструють помірний прояв агресивної поведінки в деяких ситуаціях. Респонденти, що ввійшли до групи з високим рівнем агресивності й набрали 4–5 балів, виявляють окремі риси, пов'язані з інтенсивним рівнем агресивної поведінки. Студенти з високим рівнем агресивності, які грають у комп'ютерні ігри, можуть проявляти агресивну поведінку не лише у віртуальному світі, але й у реальному житті, особливо в ситуаціях підвищеної напруги або конфлікту.

На рис. 3 представлено процентний розподіл респондентів за рівнем ігрової агресивності.

Більшість студентів (56%) було віднесено до групи з низьким рівнем агресивності. До цієї групи потрапили студенти, які заперечили твердження «Я схильний до прояву агресії під час комп'ютерної/мобільної гри», та негативно відповіли на питання «Чи впливає агресивна поведінка в комп'ютерних/мобільних іграх на вашу поведінку в реальному житті?» 18% респондентів було віднесено до групи з високим рівнем агресивності.

Аналіз гендерного розподілу респондентів за групами агресивності (рис. 4) засвідчив, що чоловіча вибірка більше представлена у групах із

середнім (44%) і високим (29%) рівнями агресивності.

Зокрема, високий відсоток чоловіків у групах із середнім і високим рівнями агресивності може вказувати на можливий вплив комп'ютерних ігор на прояв агресивної поведінки в чоловіків у реальному житті. За критерієм ϕ^* значущість відмінностей між чоловіками і жінками існує – ϕ^* ($p < 0,05 = 2,006$).

Аналіз розподілу респондентів із різним рівнем агресивності у трьох групах залежної поведінки показав такі результати (рис. 5).

Зокрема, високий відсоток чоловіків у групах із середнім і високим рівнями агресивності може вказувати на можливий вплив комп'ютерних ігор на прояв агресивної поведінки в чоловіків у реальному житті. За критерієм ϕ^* значущість відмінностей між чоловіками і жінками існує – ϕ^* ($p < 0,05 = 2,006$).

Аналіз розподілу респондентів із різним рівнем агресивності у трьох групах залежної поведінки показав такі результати (рис. 5).

Гістограма демонструє, що для людей із низьким рівнем адикції характерна відсутність високої агресивності (0%), що кардинально відрізняє їх від вибірки респондентів із високим рівнем адикції (60%). За критерієм ϕ^* значущість відмінностей між високим рівнем агресії та високим рівнем адикції існує – ϕ -критерій* ($p < 0,01 = 2,624$). Цей факт підтверджує припущення про те, що існують кореляційні зв'язки між рівнем комп'ютерної адикції, що призводить до негативних наслідків, і непрямою агресією, фізичною агресією, підозрілістю. Отже, представлені дані підтверджують гіпотезу про зв'язок між комп'ютерною ігровою залежністю та агресивністю, вказує на більш виражену агресивність серед людей із високим рівнем адикції від ігор.

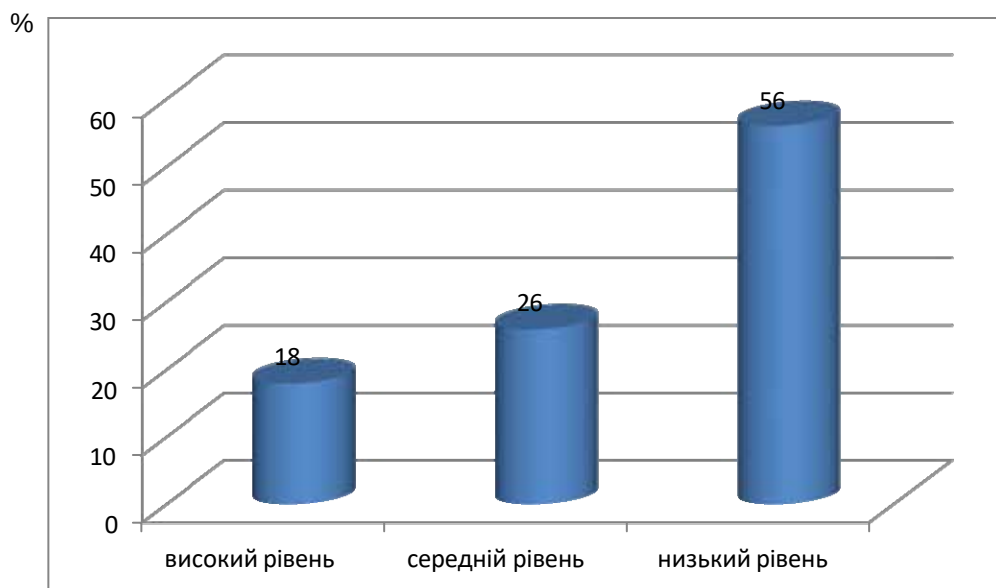


Рис. 3. Гістограма процентного розподілу всіх респондентів вибірки за рівнями агресивності

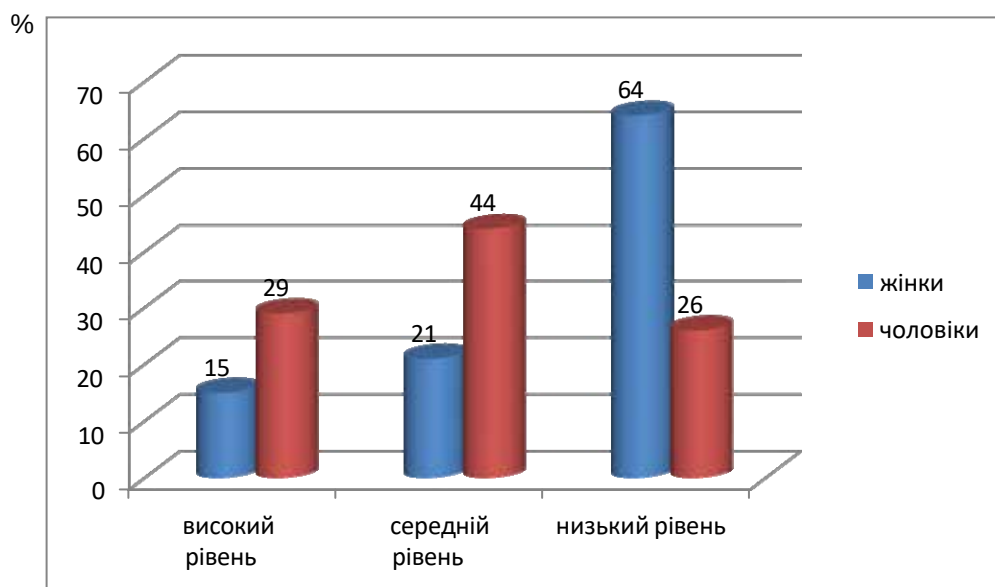


Рис. 4. Гістограма процентного розподілу респондентів за рівнями агресивності з урахуванням гендеру

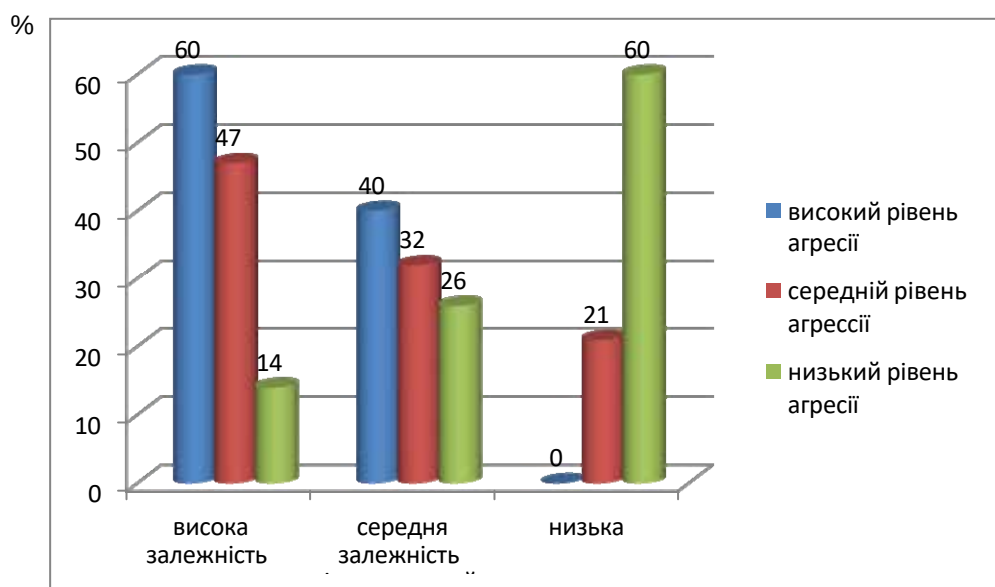


Рис. 5. Гістограма процентного розподілу респондентів за рівнями адикції з урахуванням рівня агресії

На наступному етапі дослідження фокус було спрямовано на вивчення взаємозв'язку між комп'ютерною ігровою залежністю та рівнем депресивності в респондентів. На рис. 6 представлено розподіл респондентів за групами з низьким, середнім і високим рівнями депресивності.

Більшість студентів (80%) було віднесено до групи з низьким рівнем депресивності. Група респондентів із низьким рівнем депресивності, оціненим на рівні 3–4 бали, являє собою підгрупу з більш сприятливим емоційним станом. До цієї групи потрапили студенти, які заперечили такі твердження: «Після тривалих комп'ютерних/мобіль-

них ігрових сесій я відчуваю себе пригніченим»; «Комп'ютерні/мобільні ігри можуть погіршувати мій настрій»; «Я помічаю, що після комп'ютерної/мобільної гри в мене бувають періоди смутку».

Розглянемо характеристики, які можуть бути характерними для цієї групи: мають більш стійку емоційну стабільність, що може позначатися на їхньому загальному емоційному благополуччі, позитивне сприйняття життя, здатність до соціальної активності. 1% респондентів було віднесено до групи з високим рівнем депресивності. Аналіз гендерного розподілу респондентів за групами депресивності подано на рис. 7.

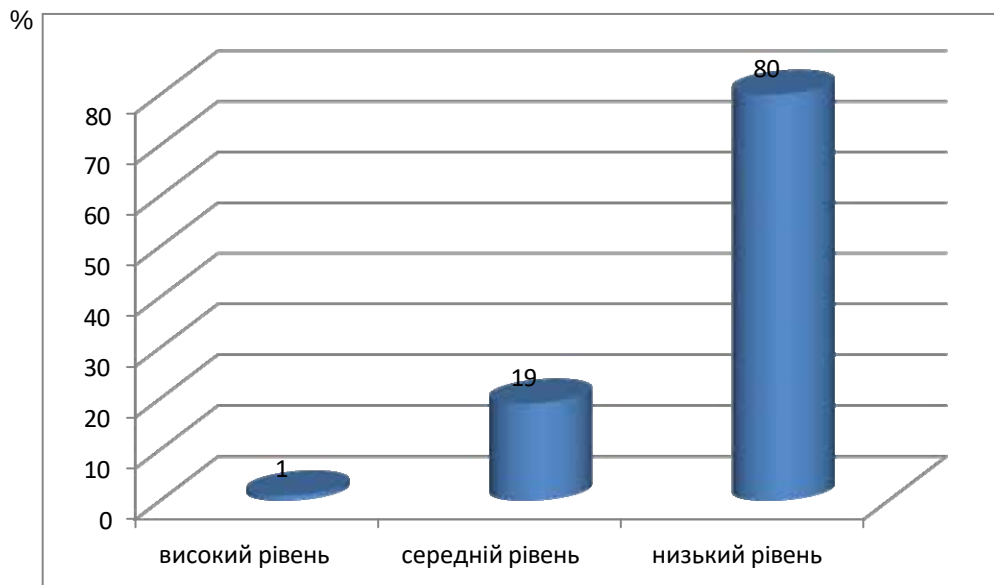


Рис. 6. Гістограма процентного розподілу всіх респондентів вибірки за рівнями депресивності

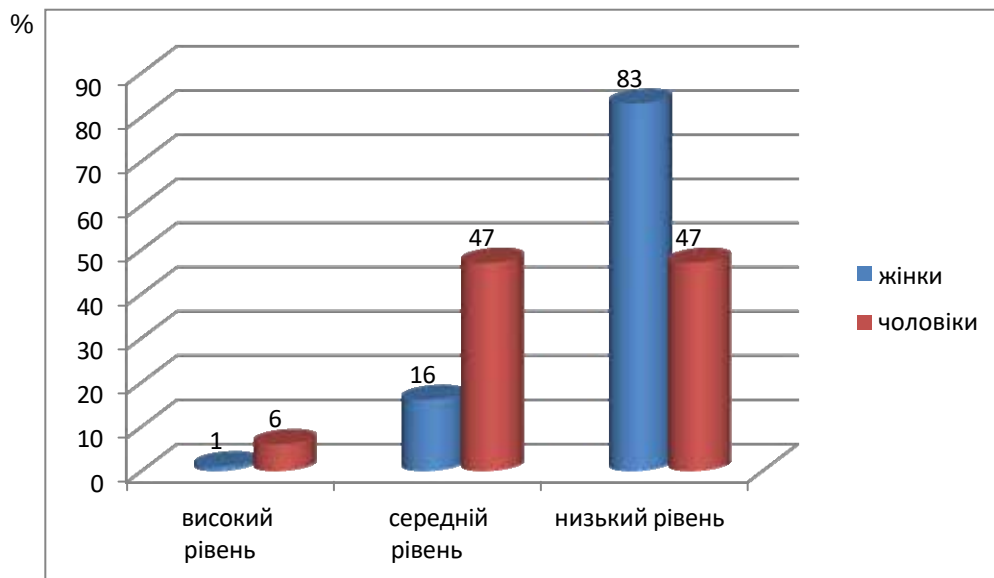


Рис. 7. Гістограма процентного розподілу респондентів за рівнями депресивності з урахуванням гендеру

Аналіз показав, що чоловіча вибірка більше представлена у групах із середнім (47%) і високим (6%) рівнями депресивності.

Такий розподіл чоловіків і жінок є досить цікавим, оскільки основний масив наукових досліджень у галузі депресії свідчить про те, що депресивний стан є більш характерним для жіночої популяції.

Також є дані про те, що чоловіки рідше звертаються по допомогу, їхні депресивні розлади характеризуються вираженістю ауто- і гетероагресивної поведінки, імпульсивністю і схильністю до вживання психоактивних речовин.

Аналіз рис. 8 показує, що для респондентів із високим рівнем адикції найбільш характерним є високий рівень депресивності. За критерієм χ^2

значущості відмінності між респондентами з високими рівнями депресивності й адикції і низькими рівнями депресивності й адикції є достатньо істотними – χ^2 -критерій* ($p < 0,01 = 5,15$).

Респонденти з високим рівнем адикції можуть використовувати комп'ютерні ігри як засіб саморегуляції і компенсації, для подолання стресу або негативних емоцій. Однак це може стати круговою проблемою, оскільки ігри можуть у кінцевому підсумку поглиблювати депресивні симптоми. І 85% респондентів із низьким рівнем депресивності потрапили до групи з низькою залежністю від комп'ютерних ігор.

Висновки. Визначено масштаби проблеми ігрової адикції серед студентів, включаючи виявлення частоти та тривалості ігрової активності,

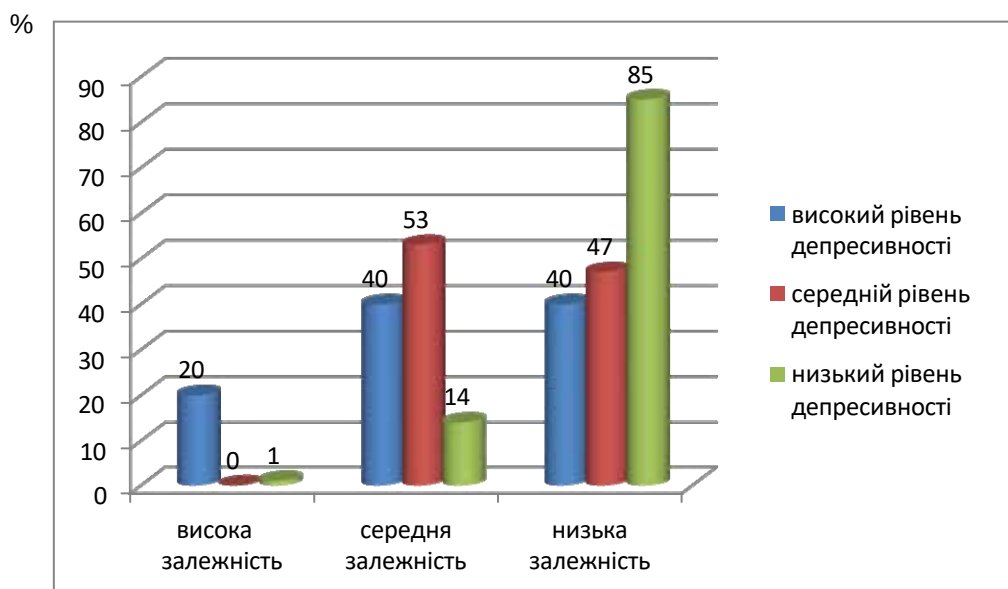


Рис. 8. Гістограма процентного розподілу респондентів за рівнями адикції з урахуванням рівня депресивності

а також прояв агресивності та стану пригніченості за наявності ігрової адикції. Наведено свідчення зв'язку між комп'ютерною ігровою залежністю і агресивністю, вказано на більш виражену агресивність серед людей із високим рівнем адикції від ігор. За результатами дослідження вдалося виявити особистісні й емоційні особливості студентів, що виявляються в більш високому рівні тривожності й агресивності, більш низьких значеннях щодо психоемоційного стану, більш виражених за емоційним забарвленням типів особистісних акцентуацій, ніж у студентів, які не мають ігрової комп'ютерної адикції. Результати дослідження вказують на потенційні негативні впливи ігрової комп'ютерної адикції на особистісні й емоційні характеристики студентів. Виявлено психологічні чинники, які можуть сприяти формуванню адикції від комп'ютерних ігор – індивідуально-особистісні чинники та чинники соціального оточення. Отримані результати дають можливість стверджувати, що чоловіча вибірка є більш схильною до ігрової адикції, а пов'язані з нею прояви агресивності можуть переходити й у реальне життя.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders. Fifth Edition. Text Revision. DSM-5-TR™. URL: <https://www.mredscircleoftrust.com/storage/app/media/DSM%205%20TR.pdf>

2. Diagnostic Contribution of the DSM-5 Criteria for Internet Gaming Disorder / T. Luo et al. *Front Psychiatry*. 2022. Vol. 12. DOI: 10.3389/fpsy.2021.777397

3. Kaur Dr., Kumar S., Baruah S. Effect of excessive online gaming on the aggression, depression, and suicidal ideation of senior secondary school students of assam. *International Journal of Early Childhood Special Education*. 2023. № 13 (02). DOI: 10.48047/INT-JECSE/V13I2.211257

4. Palanichamy T., Kumar Sh. M., Sahu M. Influence of Esports on stress: A systematic review. *Industrial Psychiatry Journal*. 2020. № 29 (2). P. 191–199. DOI: 10.4103/ipj.ipj_195_20

5. Pathological video game symptoms from adolescence to emerging adulthood: A 6-year longitudinal study of trajectories, predictors, and outcomes / S.M. Coyne et al. *Developmental Psychology*. 2020. № 56 (7). P. 1385–1396. DOI: 10.1037/dev0000939

6. Women Account for 46% of All Game Enthusiasts: Watching Game Video Content and Esports Has Changed How Women and Men Alike Engage with Games. *Newzoo*. URL: <https://newzoo.com/resources/blog/women-account-for-46-of-all-game-enthusiasts-watching-game-video-content-and-esports-has-changed-how-women-and-men-alike-engage-with-games>

Стаття надійшла в редакцію: 13.09.2025

Стаття прийнята: 24.09.2025

Опубліковано: 17.11.2025