

## КОМПЬЮТЕРНЫЕ ИГРЫ – ПОЧЕМУ МЫ В НИХ ИГРАЕМ?

В. В. ИВАНОВ<sup>1</sup>, И. В. СТЕПАНОВ<sup>2</sup>, Я. В. АЛЕКСАКИНА<sup>3</sup>

<sup>1</sup> ivanov.vv@ugatu.su, <sup>2</sup> ivan-stepanov-2013@list.ru, <sup>3</sup> kirkhland@mail.ru

ФГБОУ ВО «Уфимский государственный авиационный технический университет» (УГАТУ)

**Аннотация.** В статье представлены причины, почему мы играем в компьютерные игры. Кроме того, приведены аргументы за и против компьютерных игр. В заключении приводятся выводы по проделанной работе.

**Ключевые слова:** компьютерные игры; психология; кибербуллинг; киберспорт.

### ВВЕДЕНИЕ

С самого детства мы во что-то играем. В более раннем возрасте нас с помощью игр знакомят с окружающим миром, дают понять, кто мы такие, что нужно делать и как себя вести. Если раньше дети проводили время на улице, в компании друг друга, резвились в догонялках, прятках, казаках-разбойниках, то теперь на их смену пришли новые развлечения: смартфоны, игровые консоли и компьютеры. И если с детьми все понятно, это их нужда, то почему этим же занимаются, казалось бы, взрослые люди? Цель данной работы – рассмотреть причины, почему взрослые люди играют в компьютерные игры.

### РАЗБОР ПРИЧИН

Несомненно, одной из причин может стать банальное нежелание взрослеть. Люди хотят оставаться детьми хотя бы в такой безобидной сфере, на них давит ответственность и проблемы взрослой жизни, от которых они хотят на время абстрагироваться, занять голову другими, более «приземленными проблемами». Сюда же можно отнести и тех, кого не устраивает своя настоящая жизнь, тогда они сбегают в этот цветной и яркий мир 2D. И здесь действительно есть, где разгуляться: и серия игр Sims, являющаяся симулятором жизни, где можно запросто выбрать себе желаемую внешность, дом, работу, да даже семью и продолжительность жизни; и различные фермы, как Stardew Valley, где можно спокойно заниматься огородом и садом и беспокоиться лишь о низком урожае; и красочные фэнтезийные миры, как The Elder Scrolls, Assassin's Creed, где можно стать волшебником, воином, ассасином и так далее, где ты можешь вершить судьбу выдуманного мира; и игры со множественным выбором, как, например, Detroit: Become Human, где ты исполняешь роль не только наблюдателя, но и сам выбираешь, по какому пути пойдет повествование, и ведь приятно осознавать, что то, что ты в итоге получил, является итогом твоих принятых решений.

Кто-то вспоминает былое, просматривая фильмы, прогуливаясь по давно исхоженным тропинкам, пролистывая фотоальбомы, а кто-то – с помощью компьютера. Поэтому еще одним аргументом может быть ностальгия, человеку хочется заново пережить все те моменты, которые он запомнил в детстве, и если в его ранние годы он играл в, например, Heroes of Might & Magic, то рано или поздно он захочет снова в нее поиграть, чтобы вспомнить свои ощущения.

Другие в играх снимают стресс, который в нашей жизни постоянно нас преследует: проблемы на работе, учебе, в личной жизни, в материальном плане. Наша психика устроена так, что при большом количестве стресса мозг перестает искать решение, а занимается лишь бес-

конечным циклическим прокручиванием этих самых проблем. И защитным механизмом может послужить банальное отвлечение от этого негативного фона - все может подождать, пока перед нами на мониторе разворачиваются эпические кат-сцены и события. Само собой, проблем это никак не решает, поэтому злоупотреблять играми в этом случае не стоит, слишком много примеров в повседневной жизни, когда человек только жалуется, но исправлять ничего не желает, просиживая драгоценное время, которое могло бы здорово помочь, за компьютером.

Помимо этого, если игра не требует больших затрат внимания и концентрации, она может помочь расслабиться и освободить голову от лишних мыслей. Ты устал и просто хочешь отдохнуть, получить эстетическое удовольствие или искусственно вызванную порцию эндорфинов за выполненное задание? Тебе на помощь могут прийти сотни игр: тут тебе и *Behind The Frame*, где ты должен спокойно проходить несложный квест, оформленный в спокойных и медитативных тонах; и игры из категории «три в ряд», как *Сокровища Монтесумы*, где все, что от тебя требуется, это выполнение элементарной задачи, по завершении которой ты несомненно получишь удовлетворение. Кроме того, подобное времяпрепровождение может помочь переосмыслить какой-то момент из жизни, в результате чего может прийти простое решение какого-либо вопроса, до которого раньше ты не мог додуматься.

Игры здорово помогают держать мозг в тонусе, заставляют его обучаться. Не зря ведь в детстве информацию преподносят в игровой форме? Здесь действует тот же принцип. Тебе дают кучу новой информации, в которой ты должен разобраться, должен привыкнуть к механике игры, узнать, как она работает и как можно выполнить задачу лучше и быстрее, если это какой-нибудь квест; развивает внимание, если это категория «поиска предметов»; заставляет реагировать на изменения быстрее, развивает даже моторику, если взять, к примеру, *osu!*, где десятки мерцающих кнопок, на которые ты должен успеть нажать в нужной последовательности и верным способом; обостряет все чувства организма, если это экшен или шутер вроде *Counter Strike* или *Overwatch*, ведь нужно слушать противника, стараться заметить любой движущийся пиксель, стараться предугадать действия врага, несомненно это развивает навыки стратегии. Как заметили Д. Бавелье и Ш. Грин в своей статье «Когнитивные науки. Польза для мозга от видеоигр», «чем лучше играет человек, тем скорее он обрабатывает информацию в быстром потоке событий. Для психологов скорость переработки информации – ключевой показатель эффективности когнитивной деятельности мозга, и экшн-игры – по-видимому, превосходное средство, чтобы увеличить индивидуальную скорость реакции. При появлении движущегося объекта игрок должен определить, друг это или враг, выбрать, какое оружие использовать, куда целиться и когда стрелять, и все это надо успеть примерно за секунду. Повышение эффективности управления вниманием влияет на многие аспекты обработки информации в мозге. Нет сомнений, что мозг извлекает больше зрительной, слуховой и другой информации о выполняемом задании и исключает из рассмотрения источники отвлечения или «шума». На рис. 1. показан метод оценки увеличения реакции контрольных групп, а на рис. 2 показаны тесты, которым подвергались контрольные группы.



Рис. 1. Метод оценки контрольных групп

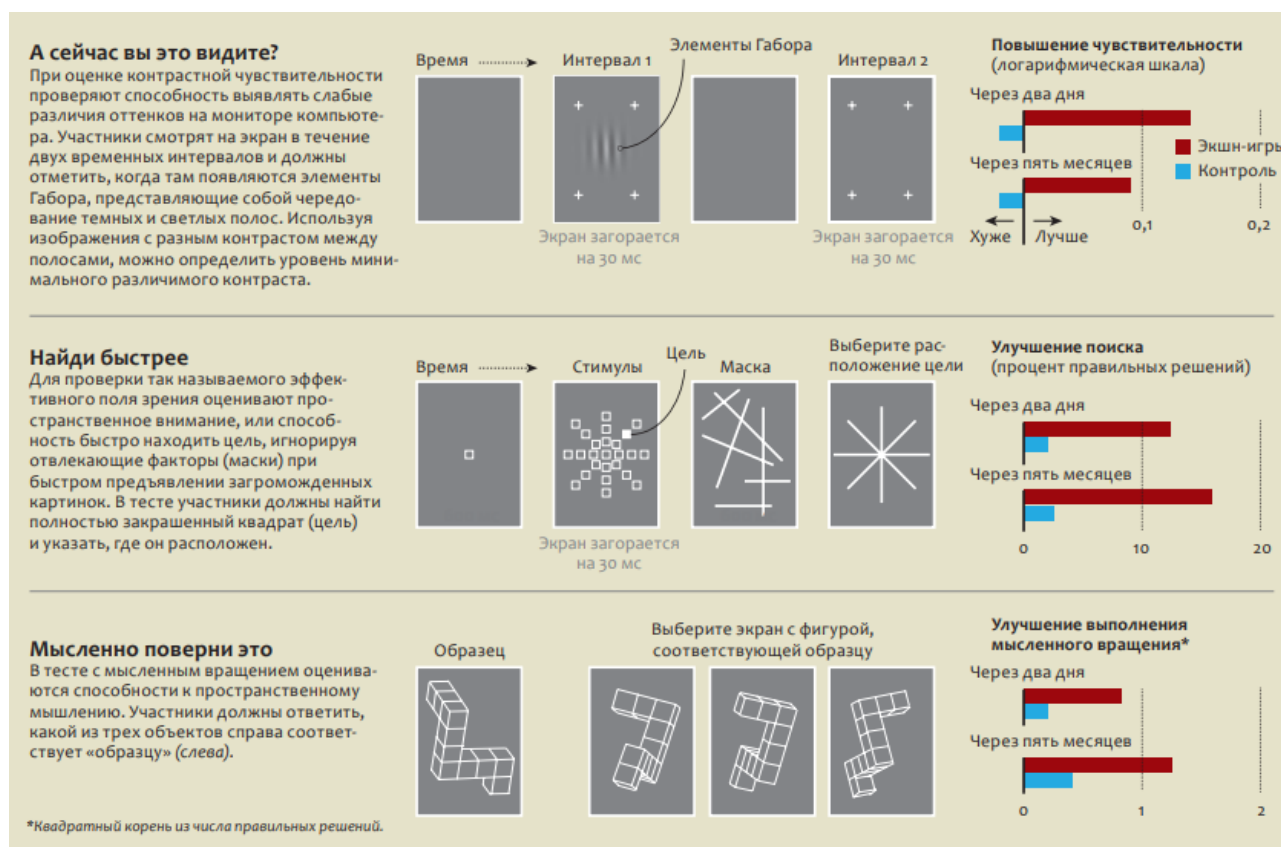


Рис. 2. Тесты контрольных групп [2]

Способность лучше контролировать внимание помогает приспосабливаться к новым ситуациям и средствам, в целом ускоряя обучение.

Компьютерные онлайн игры могут заменять живое общение. В каких-то случаях это идет на пользу – новые знакомства, общение с разными людьми из любого уголка земного шара, а также простое времяпрепровождение с друзьями, совместное приключение, и неважно, как далеко вы друг от друга находитесь. Но у этой монеты есть и обратная сторона: хорошо, когда

игры помогают общаться, но плохо, когда они полностью его заменяют, из-за чего страдают социальные навыки, а значит, и поведение человека в целом, он становится неспособен к личному разговору, его реакции могут быть не такими, как ожидалось, поскольку в виртуальном мире все могут только прочитать текст, который ты написал, или же услышать твой голос, из чего нельзя сделать точный вывод, что именно человек в данный момент хочет сказать на самом деле [3].

Игры могут помогать справиться с негативными эмоциями, будь это злость или грусть, всегда можно подобрать что-то, что выведет эти эмоции наружу, но направит их в безопасное русло. Общеизвестно, что накопление эмоций ни к чему хорошему не приведет, и что рано или поздно человек сорвется. Поэтому, чтобы этого не произошло, вполне можно занять себя какой-нибудь безобидной игрушкой, которая возьмет весь удар на себя и поможет нашей психике прийти в равновесие и переработать эмоцию так, чтобы она не оставила после себя следа, как бы «загасит» ее.

Однако, помимо положительного эффекта, игра может вызвать ровно противоположный: при поражении или даже кибербуллинге в игре человек может начать злиться, испытывать стресс и впадать в уныние. Этому могут быть подвергнуты как подростки, которые воспринимают свой уровень в игре почти равнозначно социальному статусу, так и взрослые люди, для которых жестокость в игре стала самоцелью.

Также нельзя отрицать, что в последнее время набирает популярность киберспорт [4]. Распространены турниры, за занятие мест в которых выдаются материальные вознаграждения, даются очки для продвижения в высшую лигу, в которой даже если ты ничего не займешь, но сыщешь популярность. Да и материальные призы порой бывают весьма существенными, если рассмотреть, к примеру, The International, в котором из года в год призовой фонд все растет. Бонусом, в этом году, в The International 20, первое место заняла российская команда Team Spirit, и это может повлечь за собой прирост пользователей в игру. То же самое можно наблюдать и в других дисциплинах.

Наконец, в настоящее время компьютерные игры стали модой. Социальные сети пестрят рекламой Genshin Impact и прочих игр, поданной в такой форме, что хочется хотя бы взглянуть на игру. Стриминговые сервисы все больший упор делают на играх, и человек, поначалу не являющийся геймером, может проявить желание присоединиться. Нельзя отрицать и влияние косплея на данную сферу: люди, занимающиеся изображением персонажей, могут начать играть, чтобы лучше изучить детали костюма или даже характера героя. Кроме того, для привлечения новой аудитории игровые компании могут создавать сериалы по своей вселенной, как, например, нашумевший «Аркейн» по игре League of Legends от Riot. Эта схема может работать и наоборот: по сериалу могут выпустить игру, чтобы люди, поигравшие в нее, заинтересовались и пришли посмотреть на основной продукт.

### ЗАКЛЮЧЕНИЕ

«Сегодня игры – все чаще компьютерные <...> Яркость, краски, музыка, сюжеты, персонажи, невообразимый спектр возможностей – даже реальная жизнь, по сравнению с виртуальным миром, кажется серой, унылой и пресной... Это невероятное и всепоглощающее ощущение всевластия – ребенок становится богом своего мира, своей компьютерной вселенной. У него там безграничная власть, он руководит абсолютно всеми процессами.» [5, с. 54].

«Поколение Y – это переходное поколение, ценности жизни которого начали формироваться еще в доцифровую эпоху, на основе традиционных и классических форм социализации. Они хорошо помнят жизнь до и после интернета и четко разделяют ее на офлайн и онлайн. Детство Игреков прошло в мире «цифрового предчувствия» – они с пеленок наблюдали развитие и совершенствование компьютерной техники. Они первыми вышли во всемирную паутину в юном возрасте, да так и остались там – смотрят фильмы, обзоры и ролики; слушают музыку и подкасты» [6, с. 210]. И, конечно же, игры, которые несмотря на все свои плюсы,

могут стать зависимостью. Поэтому нужно следить за тем, сколько времени им уделяется, какие именно реакции они вызывают, не откладывается ли реальная жизнь на потом? Не сказывается ли долгое проведение за устройством на здоровье, не садится ли зрение, не начинает ли болеть спина? Все должно быть в меру, и игры – не исключение.

#### СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Д. Бавелье, Ш. Грин Когнитивные науки. Польза для мозга от видеоигр // В мире науки – 2016 – №8-9 – с. 78-82.
2. Стикс Г. Турборазгон мозга // ВМН, № 12, 2012
3. Brain Plasticity through the Life Span: Learning to Learn and Action Video Games. Daphne Bavelier et al. in Annual Review of Neuroscience, Vol. 35, pages 391–416; July 2012
4. Video Game Training Enhances Cognitive Control in Older Adults. J.A. Anguera et al. in Nature, Vol. 501, pages 97–101; September 5, 2013.
5. Иванова А.Д. Центениалы в современном цифровом мире: психолого-педагогические особенности развития // Информационные технологии обеспечения комплексной безопасности в цифровом обществе. - Матер. Всеросс. молод. научн.-практ. конф. с межд. уч. (7-8 июня 2018 г.). – Уфа: Изд-во БГУ. - 2018. - с. 53-58.
6. Иванова А.Д., Муругова О.В. Психология цифрового мира: общество потребления информации // Козволюция техники и общества в контексте цифровой эпохи : сб. мат. межд. научной конф., 17-18 декабря 2020 г. – М.: Издательский дом МЭИ, 2020. – с. 209-211.

#### ОБ АВТОРАХ

**ИВАНОВ Владислав Викторович**, аспирант 2-го курса. каф. ТС.

**СТЕПАНОВ Иван Васильевич**, аспирант 2-го курса. каф. ТС

**АЛЕКСАКИНА Яна Витальевна**, студент 5-го курса. каф. ТС.

#### METADATA

**Title:** Computer games – why do we play it?

**Authors:** V. V. Ivanov <sup>1</sup>, I. V. Stepanov <sup>2</sup>, Ya. V. Aleksakina <sup>3</sup>

**Affiliation:** Ufa State Aviation Technical University (UGATU), Russia.

**Email:** <sup>1</sup> ivanov.vv@ugatu.su, <sup>2</sup> ivan-stepanov-2013@list.ru, <sup>3</sup> kirkhland@mail.ru

**Language:** Russian.

**Source:** Molodezhnyj Vestnik UGATU (scientific journal of Ufa State Aviation Technical University), no. 1 (26), pp. 115-119, 2022. ISSN 2225-9309 (Print).

**Abstract.** The article presents the reasons why we play computer games. In addition, arguments for and against computer games are given. Conclusions are given on the work done.

**Key words:** computer games; psychology; cyberbullying; cybersport.

**About authors:**

**IVANOV, Vladislav Viktorovich**, Post-Graduate Student 2 year, Ufa State Aviation Technical University.

**STEPANOV, Ivan Vasilevich**, Post-Graduate Student 2 year, Ufa State Aviation Technical University.

**ALEKSAKINA, Yana Vitalevna**, Student 5 year, Ufa State Aviation Technical University.