

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ, МОЛОДІ ТА СПОРТУ
УКРАЇНИ
НАЦІОНАЛЬНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
імені М. П. ДРАГОМАНОВА
ІНСТИТУТ СОЦІОЛОГІЇ, ПСИХОЛОГІЇ ТА СОЦІАЛЬНИХ
КОМУНІКАЦІЙ**

МОТРУК ТЕТЯНА ОЛЕКСАНДРІВНА

УДК 371.015.3:159.922.8(043.3)

**ОСОБЛИВОСТІ ПРОЯВУ ЕМОЦІЙНИХ СТАНІВ
ІГРОЗАЛЕЖНИХ ЮНАКІВ ТА ЇХ КОРЕКЦІЯ**

**дисертація на здобуття наукового ступеня
кандидата психологічних наук
із спеціальності 19.00.07 - педагогічна та вікова психологія**

Науковий керівник:

ПОВ'ЯКЕЛЬ НАДІЯ ІВАНІВНА

**доктор психологічних наук,
професор**

КИЇВ -2013

ЗМІСТ

ВСТУП	3
РОЗДІЛ 1.....	10
ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ВИВЧЕННЯ ПРОБЛЕМИ ЕМОЦІЙНИХ СТАНІВ ІГРОЗАЛЕЖНИХ ЮНАКІВ ТА ШЛЯХІВ ЇХ ПСИХОКОРЕКЦІЇ.....	10
1.1. Ігрозалежність: концепції та наукові підходи	10
1.2. Проблеми дезадаптації юнаків та їх схильність до ігрової залежності	25
1.3. Емоційні стани та особливості їх прояву в ігрозалежних.....	38
1.4. Психологічний аналіз специфіки психокорекційної допомоги ігрозалежним	56
Висновки до першого розділу	63
РОЗДІЛ 2.....	67
ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ЕМОЦІЙНИХ СТАНІВ ІГРОЗАЛЕЖНИХ ЮНАКІВ	67
2.1. Методичні підходи до вивчення емоційних станів ігрозалежних юнаків	67
2.2. Психологічні особливості емоційних станів ігрозалежних юнаків.....	89
2.3. Застосування репертуарних решіток в процесі дослідження ігрозалежності юнаків.....	115
Висновки до другого розділу.....	131
РОЗДІЛ 3	134
ЗАСОБИ ПСИХОЛОГІЧНОЇ КОРЕКЦІЇ ЕМОЦІЙНИХ СТАНІВ ІГРОЗАЛЕЖНИХ ЮНАКІВ	134
3.1. Програма розвивально-психокорекційного експерименту	134
3.2. Організаційні та змістовні аспекти психокорекції емоційних станів ігрозалежних юнаків.....	144
3.3. Аналіз результатів психологічної корекції емоційних станів ігрозалежних юнаків	156
3.4. Психолого-педагогічні рекомендації з упередження ігрозалежності	175
Висновки до третього розділу	183
ВИСНОВКИ	186
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	189
ДОДАТКИ	214

ВСТУП

Актуальність теми. Соціально-економічні перетворення, що відбуваються в сучасному суспільстві, посилюють вимоги до людини як професійного, так й особистісного характеру, у зв'язку з чим виникають високі навантаження на емоційну сферу, що впливає на зміни функціональних можливостей індивіда, виникнення у нього стійких дистресових станів. Тому вміння розуміти, розпізнавати та контролювати емоційні стани стає важливою потребою, особливо в період формування загальної емоційної спрямованості особистості. Саме в юнацькому віці ці завдання стають найбільш усвідомленими і своєчасними. Але досить часто як перед фахівцями, що безпосередньо взаємодіють з указаною віковою групою, так і самими юнаками постають не тільки завдання розвитку, але й завдання переробки і виправлення окремих сформованих якостей особистості чи видів поведінки.

Проблема дослідження і корекції емоційних станів підлітків та юнацтва завжди перебувала в полі зору багатьох науковців (І. Ф. Аршава, Л. І. Божович, Л. С. Виготський, В. К. Вілюнас, Б. І. Додонов, К. Ізард, Є. П. Ільїн, І. С. Кон, С. Б. Кузікова, О. Г. Лідерс, Н. Ю. Максимова, К. Л. Мілютіна, Н. І. Пов'якель, О. П. Саннікова, Д. І. Фельдштейн, О. Я. Чебикін та ін.), оскільки навички з управління власними емоційними станами є важливою складовою адаптації до непростих умов сьогодення.

Динамічність життя сучасної молоді, наявність емоційної напруги, фізичних і психічних навантажень зумовлюють пошук адекватних способів відпочинку та відновлення. Одним із видів психологічного розвантаження є гра. Серед великої кількості існуючих ігор люди, особливо це стосується юнаків, обирають такі, що відповідають їх сприйняттю себе як дорослої людини, та є доступними, соціально привабливими, часто не вимагають особливих умінь і навичок, на перший погляд, потребують мінімальних капіталовкладень. Зону ризику становлять комп'ютерні та азартні ігри.

Осіб, що мають психологічну залежність, яка проявляється у нав'язливому захопленні комп'ютерними або азартними іграми, називають ігрозалежними. Тема ігрозалежності перебуває в полі зору як вітчизняних, так і зарубіжних фахівців (І. П. Анохіна, Ю. Л. Арзуманов, М. Д. Башкуєва, Т. Ю. Больбот, Р. Браун, Н. В. Дмитрієва, А. Ю. Єгоров, Б. Д. Карвасарський, Ц. П. Короленко, А. В. Котляров, Г. Кристал, В. Д. Менделевич, Х. Мілкман, Д. С. Ошевський, М. Н. Потенза, В. В. Скобелін, Н. В. Шемчук, Л. Н. Юр'єва та ін.).

Аналіз літератури з проблеми ігрозалежності дозволяє констатувати, що виникнення і формування адиктивних процесів узагалі та ігрозалежності зокрема завжди відбувається на емоційному рівні. На це вказували у своїх працях Н. В. Дмитрієва, Б. Д. Карвасарський, Ц. П. Короленко, А. В. Котляров, Г. Кристал, В. Д. Менделевич, К. В. Сельченко, Г. В. Старшенбаум. На їх думку, невміння управляти своїм психоемоційним тонусом становить психофізіологічну сутність адиктивної поведінки. Тому питання, пов'язані з психокорекцією емоційних станів ігрозалежних, є досить актуальними. До групи ризику потрапляють люди з низькими адаптаційними можливостями, нестійкі перед різноманітними стресорами. Це проявляється в постійному незадоволенні собою, життям, оточенням. Під загрозою опиняються діти, підлітки, люди з мінімальною кількістю соціальних навичок. В юності закріплюється ієрархія власних цінностей, яка зумовлює важливість зосередити увагу на роботі з профілактики та корекції проявів ігрозалежності, пригальмувати формування в юнаків патологічних форм залежної поведінки.

Корекція залежної поведінки, особливо в її крайніх патологічних проявах, є об'єктом уваги наркологів, психіатрів, психотерапевтів, психологів. Фахівці, що працюють з різними видами адиктивної поведінки, наголошують на переважному значенні саме психологічної складової в корекційній роботі (А. М. Вієвський, Р. Р. Гаріфулін, А. Ю. Єгоров, Н. Зорін, І. П. Лисенко, Н. Ю. Максимова, В. Д. Менделевич, Г. В. Старшенбаум, Д. В. Четверіков та ін.). Водночас прояви емоційних станів в ігрозалежних юнацького

віку та специфіка психокорекційної допомоги не була предметом психологічного дослідження.

Таким чином, соціальна і психологічна значущість визначеної проблеми, а також недостатнє її вивчення у психології зумовили вибір теми дисертаційного дослідження «Особливості прояву емоційних станів ігрозалежних юнаків та їх корекція».

Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами.

Дисертаційне дослідження входить до плану науково-дослідних робіт кафедри практичної психології та психотерапії Інституту соціології, психології та соціальних комунікацій Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Тема дисертації затверджена Вченою радою Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова (протокол № 2 від 30 жовтня 2008 року) та узгоджена Радою з координації наукових досліджень у галузі педагогіки та психології НАПН України (протокол № 9 від 25 листопад 2008 року).

Мета дослідження – теоретично обґрунтувати й експериментально дослідити особливості прояву та психокорекції емоційних станів ігрозалежних юнаків.

Обрана мета зумовила такі **завдання** дослідження:

1. Здійснити теоретичний аналіз психологічного змісту поняття «ігрозалежність», визначити фактори ризику у формуванні ігрозалежності юнаків, розкрити особливості емоційних станів та їх прояв в ігрозалежних, проаналізувати специфіку психокорекційної допомоги ігрозалежним юнакам.

2. Підібрати й адаптувати методи психодіагностики ігрозалежності у юнаків та визначити критерії, показники і рівні прояву емоційних станів ігрозалежних юнаків.

3. Здійснити аналіз психологічних особливостей емоційних станів ігрозалежних юнаків.

4. Обґрунтувати, розробити та експериментально перевірити ефективність програми психокорекції емоційних станів ігрозалежних юнаків

та розробити засоби профілактики проявів ігрозалежної особистості в юнацькому віці.

В основу дослідження покладено **припущення** про те, що негативні емоційні стани є чинником формування ігрової залежності в юнаків. Усвідомлення власних емоційних станів, уміння регулювати та контролювати їх сприятиме активізації відповідального ставлення до себе, зниженню проявів ігрозалежної поведінки.

Об'єкт дослідження – емоційні стани ігрозалежних юнаків.

Предмет дослідження – особливості прояву та психокорекції емоційних станів ігрозалежних юнаків.

Методи дослідження. Для досягнення мети, вирішення визначених завдань і перевірки висунутого припущення були застосовані *теоретичні* методи: теоретичний аналіз проблеми, узагальнення наукової літератури з проблематики дослідження, систематизація наукових літературних джерел, порівняння та узагальнення даних; *емпіричні* методи: анкетування, тестування, у тому числі опитувальники і спостереження, індивідуальні та групові бесіди; констатувальний та формувальний експерименти.

Для розв'язання поставлених завдань і перевірки висунутого припущення застосовувався комплекс психодіагностичних методик. Для діагностики поширення в межах вікової категорії юнацтва ігрової та комп'ютерної залежностей ми використовували опитувальник «Анти-гемблінг» та опитувальник «Визначення залежності від комп'ютерних ігор», метод репертуарних решіток Дж. Келлі; вивчення психічних станів ігрозалежних юнаків – «Діагностика оперативної оцінки самопочуття, активності і настрою» (адаптована методика «САН»), методика «Когнітивна самооцінка базальних емоцій» Т. Дембо, методика «Шкала диференціальних емоцій», методика «Діагностика суб'єктивного відчуття самотності» Д. Рассела та М. Фергюсона, методика «Самооцінка тривожності» Ч. Спілбергера; вивчення особистості ігрозалежних юнаків – методика «Діагностика показників і форм агресії» А. Басса та А. Дарки, «Діагностика

схильності до адиктивної поведінки» А. Н. Орла, методика «Незакінчені речення» Сакса та Леві.

Одержані експериментальні результати опрацьовувалися відповідно до вимог *статистичного аналізу* з якісною інтерпретацією і змістовним узагальненням. У роботі використовувалися методи комп'ютерної обробки експериментальних результатів (програма SPSS Statistics 17.0), а саме одновибірковий критерій Колмогорова – Смірнова, групові статистики, ранжування, Т-критерій рівності середніх Стьюдента, критерій рівності дисперсій Лівіня, кореляція Пірсона, а також комп'ютерної програми Microsoft Office Excel (2007) та методи якісної інтерпретації результатів дослідження.

Наукова новизна і теоретичне значення одержаних результатів полягають у тому, що:

– *вперше* проведено системне теоретико-експериментальне вивчення ігрозалежної поведінки юнаків, визначено фактори ризику у процесі формування ігрозалежності юнаків (криза ідентичності та авторитетів, втеча від реальності у світ ілюзій, невміння або небажання батьків прийняти автономію своїх дітей та ін.), розкрито особливості емоційних станів та їх прояв в ігрозалежних (емоційні стани виступають як системоутворюючий фактор та пов'язують когнітивні, поведінкові і соціальні прояви особистості), проаналізовано специфіку психокорекційної допомоги ігрозалежним юнакам, теоретично і методично обґрунтовано психологічну модель корекції та профілактики ігрозалежності юнаків, розроблено та впроваджено програму психокорекції емоційних станів ігрозалежних юнаків (КЕСІ), підготовлено та апробовано комплекс методів дослідження ігрозалежної поведінки юнаків;

– *розширено* уявлення про психологічні особливості ігрозалежних; *уточнено та доповнено* специфіку психопрофілактики ігрозалежної поведінки в юнацькому віці;

– *набуло подальшого розвитку* знання про специфіку формування ігрозалежної поведінки, роль емоційних станів у формуванні та корекції

ігрозалежної поведінки.

Практичне значення одержаних результатів полягає в тому, що структурований й апробований у дисертаційному дослідженні комплекс психодіагностичних методик та авторська програма психокорекції емоційних станів ігрозалежних юнаків можуть застосовуватися психологами-практиками, шкільними психологами у психокорекційній і профілактичній роботі зі старшокласниками та студентами. Експериментально підтверджено діагностичну доцільність використання репертуарних решіток Дж. Келлі як з метою виявлення проблеми ігрової залежності у групі, так і для індивідуальної роботи з респондентом.

Апробація і впровадження результатів дисертації. Основні теоретичні положення і висновки дисертаційного дослідження доповідалися, обговорювалися й отримали схвалення на Міжнародній науково-практичній конференції «Трансформація особистості в умовах соціально-політичних та економічних змін» (Чернівці, 2007); Міжнародній науково-практичній конференції «Освітні інновації: філософія, психологія, педагогіка» (Суми, 2009); Другій міжнародній науково-практичній конференції «Методологія та технологія практичної психології в системі вищої освіти» (Київ, 2009); X Міжнародній науковій психологічній конференції «Психологічні проблеми творчості» (Київ, 2010); Міжвузівській науково-практичній конференції «Психолого-педагогічні проблеми в освітньому процесі» (Харків, 2011); Міжнародній науково-практичній конференції «Психологічне здоров'я і благополуччя нації: проблеми, реалії та перспективи» (Донецьк, 2011); Третій міжнародній науково-практичній конференції «Методологія та технологія практичної психології в системі вищої освіти» (Київ, 2012); засіданнях кафедри практичної психології та психотерапії і кафедри соціальної психології та психотерапії НПУ імені М. П. Драгоманова; результати дослідження викладено на звітних наукових конференціях викладачів та аспірантів НПУ імені М. П. Драгоманова (Київ, 2008, 2009, 2010, 2011, 2012).

Результати дисертації *впроваджено* у навчально-виховний процес СумДПУ імені А. С. Макаренка в курсах «Психотерапія», «Соціальна психологія», «Психокорекція», «Життєві кризи особистості» (довідка № 604 від 20.04.2012 р.); навчально-виховний процес СумДУ у процесі викладання спецкурсів «Соціальна психологія», «Психологія розвитку» та «Психологія здоров'я» (довідка № 54.19/15-16/2096 від 19.04.2012 р.); тренінгово-консультативну роботу Українського північно-східного інституту прикладної та клінічної медицини (м. Суми) (довідка № 1904-1 від 19.04.2012 р.); роботу соціально-психологічної служби Державної пенітенціарної служби України в Сумській області (довідка № 5/1311 від 23.04.2012 р.).

Публікації. Зміст та результати теоретичного й експериментального дослідження відображено в 18 публікаціях автора: 7 одноосібних статей – у наукових фахових виданнях України, 8 статей – у збірниках матеріалів науково-практичних конференцій, 2 статті – у колективній монографії, 1 – методичний посібник.

Структура дисертації зумовлена логікою дослідження і складається зі вступу, трьох розділів, висновків до розділів, висновків, списку використаної літератури (254 найменування, з яких 30 – іноземною мовою), додатків на 19 сторінках. Основний зміст дисертації викладено на 185 сторінках комп'ютерного набору. Робота містить 15 таблиць, 14 рисунків на 8 сторінках. Загальний обсяг дисертації – 234 сторінки.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ВИВЧЕННЯ ПРОБЛЕМИ ЕМОЦІЙНИХ СТАНІВ ІГРОЗАЛЕЖНИХ ЮНАКІВ ТА ШЛЯХІВ ЇХ ПСИХОКОРЕКЦІЇ

1.1. Ігрозалежність: концепції та наукові підходи

Розуміння важливості досліджувань ігрозалежності, як одного з видів адиктивної поведінки та пошук адекватних психокорекційних підходів у вирішенні даної проблеми можна спостерігати серед науковців та фахівців самих різних наукових напрямків.

Ігрозалежність є видом адиктивної поведінки. Адиктивна поведінка (від англ. addiction – згубна, порочна схильність) – одна з форм девіантної, поведінки, яка виражається в прагненні до відходу від реальності за рахунок зміни свого психічного стану [177]. Поняття «девіантна поведінка» включає систему вчинків або окремі вчинки, що суперечать прийнятим у суспільстві нормам і виявляються у вигляді незбалансованості психічних процесів, неадаптивності, порушенні процесу самоактуалізації або у вигляді ухилення від морального і естетичного контролю над власною поведінкою [111].

На сьогоднішній день під «ігрозалежністю» розуміють такі види адикцій як геймінг – форма психологічної залежності, що проявляється в нав'язливому захопленні відеоіграми та комп'ютерними іграми [31; 41], та як гемблінг – порушення особистості та поведінки, що виражається в азартній грі на гроші [169]. Тобто, поширеним стало згадування ігрозалежної поведінки як терміну, в якому одночасно йдеться про ігрову та комп'ютерну залежності. В нашій роботі саме в такому контексті розглядається тема ігрозалежності.

Існує достатньо великий перелік залежних форм поведінки, які визначають як психологічні залежності. Розробка проблеми ігрозалежності зокрема, та адиктивної поведінки, в цілому, є результатом міждисциплінарного

пошуку. Ігрову залежність розглядають як поліетіологічний розлад, який виникає внаслідок складної взаємодії психологічних, поведінкових, когнітивних і біологічних факторів.

У науковій літературі з проблеми дослідження знаходимо підтвердження єдності патогенетичних механізмів ігрової залежності та залежності від психоактивних речовин (І. П. Анохіна, Ю. Л. Арзуманов, Е. А. Волкова, А. Ю. Єгоров, Д. С. Ошевський, В. В. Скобелін, Н. В. Шемчук). Дослідження сучасних учених свідчать про те, що ігрозалежність відноситься до нехімічних (поведінкових) форм адикції (І. П. Анохіна, Ю. Л. Арзуманов, М. Д. Башкуєва, Р. Браун, А. Ю. Єгоров, Х. Мілкман, Д. С. Ошевський, М. Н. Потенза, В. В. Скобелін, Н. В. Шемчук та ін.). У цих випадках об'єктом залежності є не психоактивна речовина як при хімічних залежностях (алкоголізмі, наркоманії), а поведінковий патерн. Продовжує вивчатися клініко-динамічна картина ігрозалежності, синдром патологічного потягу до азартних ігор, йде пошук лікарських засобів, які сприяють редукції психопатологічної симптоматики в даній категорії пацієнтів.

Важливим моментом при дослідженні особливостей ігрозалежності є розуміння дослідником ступеню включеності в гру. Традиційно існують декілька підходів до класифікації азартних гравців. В своїй роботі з метою розв'язання завдань нашої подальшої дослідницької роботи, ми користувались класифікацією, яку запропонував Е. Джефнер [56]. Рівень вираженості проблеми ігрозалежності він відстежує через поведінкові, когнітивно-рефлексивні та соціальні прояви цього явища. Автор виділяє чотири типи азартних гравців.

Перший тип – випадкові гравці (епізодичні). Більшість гравців – випадкові гравці, вони перебувають у всіх соціальних взаєминах суспільства. Азартна гра для них – усього лише одна з багатьох форм розваги, в якій вони беруть участь. Для них гра не головна сторона життя, не основна діяльність. Вони рідко думають про азартну гру. Ознак ігрової залежності не мають.

Другий тип – постійні гравці (люди, з більше глибоким зануренням в азартну гру). Frequent Gamblers (also called «heavy» or «serious» gambling).

Азартна гра для них – важлива частина життя. Якщо вони не мають можливості продовжувати гру, то це викликає негативні переживання. Не дивлячись на частоту й інтенсивність азартної гри, в них немає втрати контролю над частотою або тривалістю азартної гри. Ознак ігрової залежності не мають. Деякими авторами цей тип виділяється як проміжний між випадковими та проблемними гравцями. Гемблінг підвищеного ризику.

Третій тип – проблемні гравці (група ризику). У результаті азартної гри можна виявити хоча б один негативний наслідок для самої людини, для його життя й для його стосунків. Мають звичку грати на гроші, призначені для іншого. Азартна гра відсуває на задній план амбіції й довгострокові цілі. Часто програші й втрати можуть викликати негативні почуття, що проявляється в нестійкості настрою або в бажанні відігратися. Мають ознаки психологічної ігрової залежності (умовно – перша стадія лудоманії).

Четвертий тип – патологічні гравці (ті, що страждають на лудоманію, адикти ігрової залежності, компульсивні гравці, а також називані нав'язливими гравцями). Це – єдиний «тип» гравця, залежність якого Американська Психіатрична Асоціація розцінила як психічний розлад.

Патологічний гравець бачить у проблемі її рішення. Але, дуже рідко хтось із них визнає, що він є нав'язливим або патологічним гравцем. Саме про представників 4 типу йдеться в МКБ та DSM.

Деякі автори виділяють ще один тип гравців – професійні гемблери. Це люди, чия ігрова активність є плановою та систематичною. Азартна гра – основне джерело їх доходів. Деякі професійні гравці і мають *схильність* до патологічного гемблінгу й згодом можуть перейти в категорію проблемних і патологічних гравців [62; 201].

Після офіційного закриття в травні 2009 року залів ігрових автоматів, майже на тих самих місцях утворились так звані інтерактивні клуби, де процвітають комп'ютерні варіанти ігрового репертуару казино (інтернет – казино – сайт або програма, що дають можливість грати в азартні ігри через інтернет). Але улюблений світ комп'ютерних ігор підлітків та юнацтва – це

ігри, побудовані за іншим принципом. Вони являють собою окрему велику групу ігор, яка вже стала частиною культури людства, як з позиції залучених у індустрію грошей, з можливостей масштабного впливу на свідомість, так і з точки зору творчості. Всі комп'ютерні ігри можна умовно розділити на рольові та нерольові. На думку І. Бурлакова, який є фахівцем у дослідженні феноменів впливу комп'ютерних ігор на особистість, це розділення має дуже велике значення, оскільки природа і механізм утворення психологічної залежності від рольових комп'ютерних ігор мають істотні відмінності від механізмів утворення залежності від нерольових комп'ютерних ігор [31].

Рольові ігри є частиною пізнавальної діяльності людини. Всі діти грають в ігри, свідомо приймаючи на себе роль дорослих, задовольняючи несвідому потребу в пізнанні навколишнього світу. З віком рольові ігри заміщуються інтелектуальними й гравець дуже рідко має можливість прийняти на себе роль іншої людини, хоча підсвідома потреба в цьому зберігається. Потреба в пізнанні світу виступає як видозмінений дослідницький інстинкт, успадкований людьми від тварин, тому рольова гра стає ефективним способом пізнавальної діяльності. У процесі рольової гри задовольняється неусвідомлювана пізнавальна потреба, внаслідок чого людина отримує задоволення [10; 31; 62].

Рольові комп'ютерні ігри – це ігри, в яких гравець бере на себе роль комп'ютерного персонажа, тобто сама гра зобов'язує прийняти роль конкретного або уявного комп'ютерного героя. Важливо розрізнити розуміння рольової комп'ютерної гри в жанровій класифікації комп'ютерних ігор (RPG – Role Playing Game) і розуміння цього класу ігор у необхідному нам психологічному сенсі. Виділення рольових комп'ютерних ігор зі всього різноманіття ігор робиться тому, що тільки при грі в рольові комп'ютерні ігри ми можемо спостерігати процес «входження» людини в гру, процес інтеграції людини з комп'ютером, а в клінічних випадках – процес втрати індивідуальності й ототожнення себе з комп'ютерним персонажем. Рольові комп'ютерні ігри породжують якісно новий рівень психологічної залежності

від комп'ютера, ніж нерольові комп'ютерні ігри або будь-які види неігрової комп'ютерної діяльності.

Механізми формування ігрової комп'ютерної залежності засновані на частково неусвідомлюваних прагненнях, потребах, що полягають у відході від реальності та прийнятті ролі. Ці механізми працюють незалежно від свідомості людини й характеру мотивації ігрової діяльності, включаючись відразу після знайомства людини з рольовими комп'ютерними іграми й початку більш-менш регулярної гри в них. Тобто незалежно від того, чим керується людина й що нею рухає, коли вона тільки починає грати в комп'ютерні ігри, включаються механізми формування залежності. Надалі та потреба, на якій базується провідний механізм формування залежності, займає першорядне значення в мотивації ігрової діяльності.

Розповсюдженим механізмом формування ігрової залежності є «відхід від реальності». Основою цього механізму є потреба людини у «відстороненні» від повсякденних турбот і проблем, своєрідна трансформація потреби в збереженні енергії. Термін «відхід від реальності», а не «відхід від соціуму» вжито не випадково. Річ у тім, що на увазі мається не просто середовище, суспільство, соціум, а об'єктивна реальність у цілому. Піти від соціуму можна за допомогою найрізноманітніших способів, включаючи нерольові комп'ютерні ігри. Однак піти від реальності можна тільки «поринувши» в іншу реальність – віртуальну. Психологічні аспекти механізму засновані на природному прагненні людини позбутися різного роду проблем і неприємностей, пов'язаних з повсякденним життям.

В основі такого механізму формування ігрової залежності, як «прийняття ролі», лежить потреба в грі, котра властива будь-якій людині. Чинником є також прагнення до прийняття ролі комп'ютерного персонажа, що дозволяє людині задовольняти потреби, які людина через різноманітні причини не може задовольнити в реальному житті.

Механізми – «відхід від реальності» й «прийняття ролі» – завжди працюють одночасно, але один з них може перевершувати інший за силою

впливу на формування залежності. При розгляді формування психологічної залежності від комп'ютерних ігор слід враховувати її специфіку – різке зменшення розміру залежності після проходження «максимуму», у зв'язку з чим ігрову комп'ютерну залежність не можна в повній мірі порівнювати з іншими формами залежностей [31]. Але, чим більше людина грає, тим більше вона починає відчувати контраст между «Я – реальним» та «Я – віртуальним», що ще більше зтягує людину в комп'ютерну гру та відстороняє її від реального життя. Гра перетворюється в засіб компенсації життєвих проблем, стає єдиним відомим та доступним місцем, де можна позбавитись від самотності, тривоги, нудьги, відчутти радість, пережити стан емоційного комфорту. І тоді особистість починає реалізовуватися не в реальному, а в ігровому світі.

Однозначної відповіді на питання, чому для одних людей азартні та комп'ютерні ігри є тільки розвагою, а в інших виникає патологічна пристрасть, не існує. На сьогоднішній день розробка проблеми ігрозалежності, зокрема, та адиктивної поведінки, в цілому, є наслідком міждисциплінарного пошуку. Так, А. Блазінські виділяє п'ять теоретичних моделей [228], в рамках яких сьогодні розглядаються ігрова та комп'ютерна залежність: спадково-біологічна, поведінкова, когнітивна, психодинамічна, соціальна. На його думку, кожна з існуючих моделей, має переконливі аргументи щодо свого існування, але не є універсальною стосовно всіх ігрозалежних. Головною гіпотезою, що лежить в основі кожної моделі, є те, що аналіз результатів роботи в одній групі, може бути використаним для всіх патологічних гравців. Автор наголошує на тому, що є сенс ставитись до ігрозалежних як до різномірної групи не лише за ступенем занурення в гру, а й за багатфакторністю причин [228].

Ми вважаємо, що всі концепції, наукові підходи та погляди на психологію адиктивної поведінки, в цілому, та, ігрозалежності, зокрема, можуть бути розглянуті в рамках двох парадигм: соціально-психологічної та біомедичної (рис. 1.1).

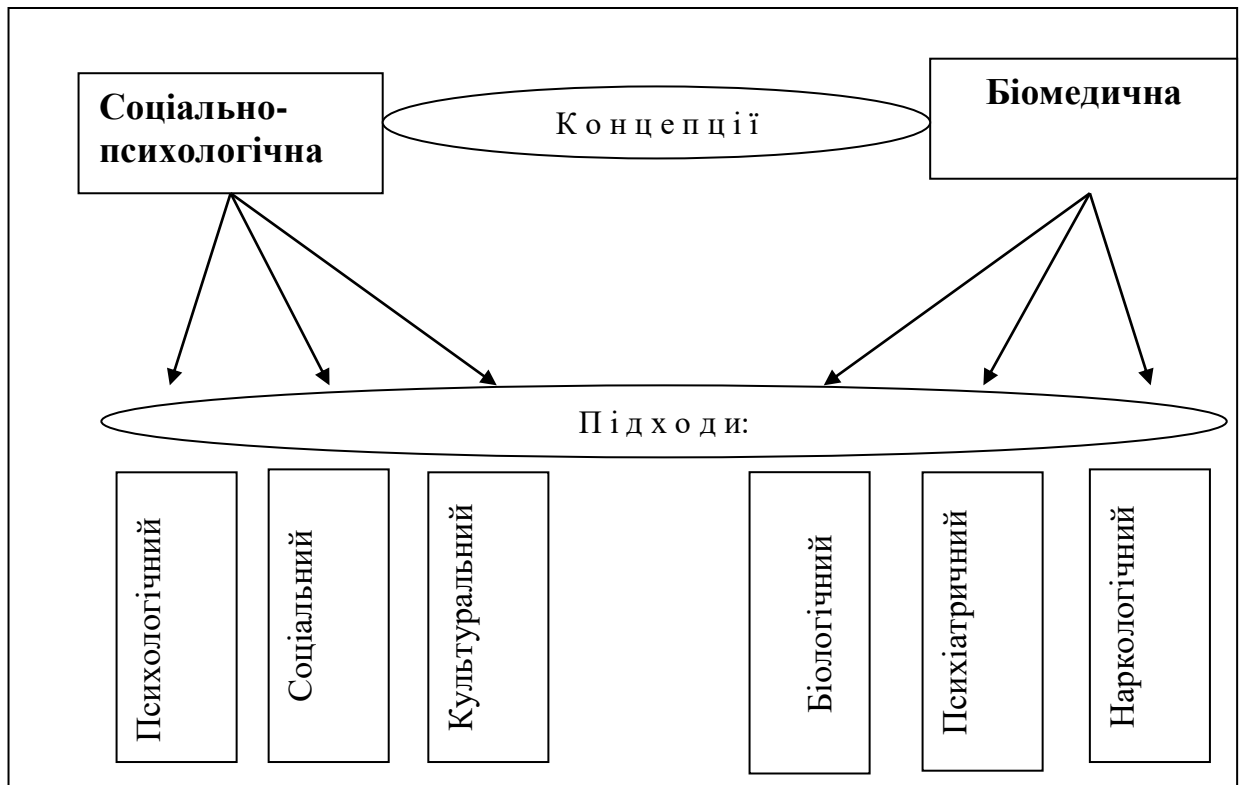


Рис. 1.1. Формування наукових поглядів на психологію адиктивної поведінки.

Потрібно враховувати, що запропоноване нами розмежування підходів при аналізі адиктивної поведінки є досить умовним, особливо в межах однієї концепції, так як спостерігається взаємообумовленість та взаємопроникнення питань (теорій), що розглядаються.

У межах запропонованої схеми в *біологічному підході* до ігрозалежності, предметом дослідження є анатомія та фізіологія головного мозку, генетично обумовлені особливості, біохімічні системи формування залежностей [193; 229; 230; 231]. Такий підхід є основою для психофармакологічних пошуків у цьому напрямку. Біологічна складова може бути цікавою для виділення груп ризику і при наявній коморбідності (сочетаності) гемблінгу з іншими психічними захворюваннями.

Оскільки предметом дослідження *наркологічного підходу* є, переважно, загальні та специфічні закономірності розвитку хімічних адикцій (наркоманії, алкоголізму, токсикоманії), наркологічний підхід не буде окремо описуватись в нашій роботі. Але особливий інтерес для нас представляють

наукові розробки фахівців щодо терапії та реабілітації, які включають не тільки медичну складову, а й психологічну, соціально-культурну і трансперсональну [2; 29; 49; 94; 101; 196].

Предметом дослідження *психіатричного підходу* є клініка, динаміка, класифікація, діагностика та лікування психічних порушень; особливості психофармакологічних ефектів лікарських засобів. В межах психіатричного підходу ми маємо досить чіткі критерії діагностики патологічної схильності до азартних ігор. В літературі, присвяченій цій проблемі, не припиняються суперечки – віднести ігроманію в групу пагубних пристрастей (залежностей) чи в групу порушень контролю над імпульсами [2].

І тим не менш, у МКБ-10 «Патологічна схильність до азартних ігор» F63.0 віднесена до рубрики F6 «Розлади особистості й поведінки в дорослих», підрубриці F63 «Розладу звичок і потягів» [110].

Так як психіатрія розглядає, переважно, ігрову залежність з позиції вже існуючої хвороби, саме патологічні гравці, які за наданою вище класифікацією належать 4 типу гравців (компульсивні гравці, а також називані нав'язливими гравцями), безперечно, мають потребу в консультації психіатра. Але перенесення медичної моделі на різні прояви залежної поведінки викликає певну критику в науковців. П. Дж. Тоєлло, Р. Т. Геукс, Д. В. Четверіков вважають, що прийняття тільки цієї моделі має наслідки, які знижують можливості як профілактики, так і корекції адиктивної поведінки. Людина може визначити свій стан як хворобу та предмет медичного втручання, тоді як у лікаря може бути протилежна точка зору і навпаки. Впевненість про наявність хвороби в оточуючих далеко не завжди говорить про подібну інтроспекцію в адиктивної особистості, що прирікає на провал любі спроби корекції [196; 252].

У межах *культурального підходу* предметом уваги стають людські пристрасті в здобутках літератури, живопису, та історична ретроспектива цієї проблеми. Саме в цей період адиктивні прояви в більшості описувались не в

психологічних чи медичних джерелах, а в літературних творах як людські пороки, що вступають в протиріччя з соціальними та етичними нормами

Соціальний підхід до проблеми адиктивної поведінки передбачає, насамперед, бачення соціальних механізмів утворення ігрозалежності, розуміння соціальних наслідків адиктивних розладів; соціальної ролі; соціального статусу людини; розглядає ефективність програм соціальної допомоги.

Особистість існує в безлічі соціальних зв'язків, що є для неї дуже важливими. Л. М. Шипіцина розглядає соціальні передумови виникнення адиктивної поведінки в залежності від рівня суспільства, в якому вони з'являються. Вона виділяє такі групи факторів: *макросоціальні* фактори – умови, які характеризують стан суспільства в цілому, протікають на рівні держави та світової спільноти; *мікросоціальні* фактори – умови, що характеризують найближче оточення підлітка та юнака (родина, освітні заклади, соціальне оточення) [202]. На думку ряду авторів [144; 87; 219], фактори, які належать до макросоціального рівня, є вирішальними, так як зміни на індивідуально-психологічному рівні часто пов'язані з катаклізмами в рамках суспільства. Найбільш значущими, на думку дослідників, серед макросоціальної групи факторів ризику є: відсутність ціннісних орієнтирів в сучасному суспільстві; погіршення соціально-економічної ситуації в країні; доступність об'єктів залежності; ціннісний плюралізм; ступінь відповідальності [219, с. 24].

Г. Кохен із співавторами об'єднали причини виникнення адиктивної поведінки в три групи: теорія проблемної поведінки, теорія стадій, теорія групи однолітків [212, с. 28].

Розвиток ігрозалежності йде дуже схожим шляхом. На думку Ф. Г. Щеглова, новачка легше втягнути в гру, коли та буде протікати за мінімальними ставками. При такому підході складається враження, що людина нічого не втрачає та нічим не ризикує. Мінімальні ставки втягують в азартні ігри найбільш вразливі верстви населення. Люди грають не на надлишки, яких не мають, а на останнє. Такі гравці в короткий термін стають

асоціальними елементами й починають заважати жити не тільки собі й своїм рідним, а й оточуючим людям [207, с. 64]. Може спостерігається заміна видів залежностей, але соціальні і духовні наслідки азартної гри та зловживання психоактивними речовинами є абсолютно ідентичними.

У великому дослідженні причин адиктивної поведінки, яке проводилось у Вашингтоні, ідентифіковано близько 70 соціально-психологічних факторів цього явища [196]. Основними серед них є: низька успішність в навчанні; виключення зі школи або звільнення; схильність до правопорушень та антисоціальної поведінки; рання статева самоідентифікація; рання сексуальна активність; орієнтація на групу однолітків; толерантне ставлення до адикцій в родині; порушення психічного розвитку; анорексія та булімія; бідність та непостійні доходи; недостатні зв'язки між сусідами; неправильні типи виховання; дефіцит емоційного ставлення до дітей; недостатній контроль за поведінкою дітей; неблагополучні сімейні обставини; неповна родина; психологічна втягнутість в поп-культуру.

Р. Гупта, Л. Діксон, Дж. Деревенські виділили, також, захисні фактори, які є бар'єром для появи та розвитку адикцій [232]. Це високий інтелект, гарна школа, дружна родина, зацікавлені дорослі, гарні стосунки із сусідами, наявність моделі звичайної поведінки, високий контроль девіантної поведінки, цінність досягнень, цінність здоров'я, інтолерантність до девіацій, релігійність, регулярне відвідування школи й клубів по інтересах.

Цікавою, на нашу думку, є робота Д. Крамера та Д. Олстед [87], в якій вони розглядають подібність виникнення соціальних залежностей, авторитаризму та психологічних адикцій.

Вочевидь, головним інтегруючим напрямком дослідження адиктивної поведінки особистості є *психологічний напрямок*. На пріоритеті психологічного, особистісного в роботі з адиктивними особистостями, на перенесенні уваги з методів біологічної терапії на методи психологічної корекції та реабілітації, як наголошує І. П. Лисенко [101]. Це, своєю чергою, робить важливим визначення психологічного «діагнозу», створення загальної

концепції та психокорекційної моделі виходу зі стану залежності. Д. В. Четверіков, роблячи наголос на тому, що саме поведінка людини, що є предметом дослідження психології, підсумовує психіатричні, наркологічні та біологічні феномени та визначає адиктивну поведінку як соціальну функцію, так і креативну діяльність [196].

У сучасній психології практично в усіх теоретичних напрямках можна знайти прийнятні пояснення виникнення та формування адикцій. Зупинимось на деяких з них.

З погляду *психоанализу* залежна поведінка вважається патологічною, так як вона віддзеркалює відхилення, що розвивається. В рамках психоанализу ця позиція превалює над іншими. Ранні психоаналітичні інтерпретації були пов'язані з акцентуванням на інстинктивних причинах, тих що надають задоволення. В сучасному психоаналізі залежність розглядається як функція захисних механізмів.

У сучасному психоаналізі ігromанію прийнято розглядати як патологічну захисну конфігурацію, де сама гра використовується не стільки для реалізації витіснених лібідінозних або агресивних імпульсів а, як психологічний захист від внутрішніх конфліктів пограничного, а іноді й психотичного рівня. Цей захист має характер відреагування певної необхідної для підтримки психічного балансу неусвідомленої фантазії садо-мазохістичного характеру. Цей підхід якраз і дозволяє пояснити найбільш істотні характеристики ігрової залежності, а саме: компульсивність, відхід від реальності, тенденцію до саморуйнування [183].

3. Фройд вважав, що фундаментальна задача у світі бажань полягає в зв'язуванні потенційно травмуючого об'єкта стимуляції і лежить «по той бік принципу задоволення» [189, с. 191]. Тобто, невміння вирішити ранні задачі, призводить до поведінки, яка повторюється. Подібні розлади в DSM-IV віднесені до розладів контролю над імпульсами.

А. Фройд, і Е. Еріксон розглядають розвиток як процес поступової соціалізації дитини, розставляючи при цьому різні акценти: А. Фройд – на

переході від чільного принципу задоволення до принципу реальності й формуванні суперего, Е. Еріксон – на інтериоризації соціально схвалюваних якостей за допомогою спілкування зі значущими іншими [213]. На думку А. Адлера, в кожній людині є базове почуття неповноцінності, яке може бути переборене за допомогою розвитку почуття спільності. Якщо останнє розвинене недостатньо, то це сприяє формуванню адиктивної поведінки. Залежність розглядається як перекручена приватна адаптаційна система людини [3, с. 81]. Дж. Боулбі та Г. Крістал вважають залежність захистом від травмуючих епізодів дитинства [27, с. 105]. Е. Берн оцінює адиктивну поведінку як варіант Гри (Алкоголік), у яку людина може грати все життя, що є іншою стороною емоційної залежності від матері [15]. О. Феніхель у роботі «Психоаналітична теорія неврозів» розглядає пристрасть до азартних ігор як зміщений вираз конфлікту інфантильної сексуальності, що викликана страхом втрати необхідних гарантій від тривоги та почуття провини [183].

Віддаючи належне психоаналітичному баченню механізмів виникнення ігрової залежності, вважаємо доцільним звернути увагу на біхевіористичні та когнітивні моделі формування адиктивних розладів.

Б. Скінер, розглядаючи феномен патологічної схильності до азартних ігор у *рамках поведінкової моделі*, вважав, що в її основі лежать взаємодії індивідуума й середовища – адиктивні патерни поведінки [249]. Формування ігрової залежності може відбуватися за схемами класичного або оперантного обумовлення. Виграші, представлені різними змінними, продукують стан хвилювання, що описується як еквівалент стану, викликаного хімічними препаратами. Повторні з'єднання класично обумовлюють активацію стимула, пов'язану з гемблінг-середовищем. Ігрові стимули виявляють спонукання грати, а потім з'являється стійкий патерн гемблінгу. Хвилювання може виникати в передчутті гри, протягом гри або у відповідь на пред'явлення гемблінг-ситуацій або гемблінг-стимулів. Цей процес обумовлення може бути використаний для пояснення гемблінгу як адикції, створеної впливом позитивного і негативного обумовлення, толерантності. Первинні і повторні

виграші створюють ірраціональні переконання, що азартна гра – ефективне джерело доходу. Ці схеми формують ілюзії контролю, помилкові перцепції, марновірне мислення і неправильне розуміння ймовірності.

На думку В. А. Солдаткіна, існує дві основні форми виникнення залежної поведінки – оперантне наuczіння і реактивний імпрінтінг (реакція фіксації). Часом зустрічається їх поєднання. Оперантне наuczіння відбувається поступово за типом повторних підкріплень, «заучування», розвитку. Патогенна ситуація впливає через систему слабких, але регулярних, постійних або частих впливів за типом кіндлінга: поступово формується зміна функціонального стану (збудження) окремих зон мозку внаслідок підпорогової стимуляції. Так виникає і розвивається велика частина випадків патологічного гемблінгу, втечі у віртуальну реальність і деяких інших. Реактивний імпрінтінг викликається раптовим надмірним по інтенсивності стресових впливом. Він виникає гостро у вигляді реакції фіксації незвичайного переживання, що підкріплюється інтенсивною психоемоційною реакцією. Особливо легко це відбувається в індивідів з високим ступенем схильності і зі слабким типом нервової системи [172].

Гроші є значущим мотиваційним фактором, що спонукає до азартних ігор, але вони не можуть бути вирішальним підсилюючим чинником, оскільки азартні гравці частіше програють, ніж виграють. О. Ю. Єгоров вважає, оскільки основними мотивами для початку гри є не зовнішні (гроші), а внутрішні, то під час гри учасники отримують можливість відійти від щоденної рутини, пережити збудження, відчуття азарту, поліпшити настрій, забути біль самотності [61].

У зв'язку з швидким та інтенсивним підкріпленням найбільший адиктивний потенціал мають ігрові автомати. Ці ігри викликають найбільш швидкий розвиток залежності. Вважається, що гравці ігрових автоматів можуть досягати «стадії відчаю» ігрової залежності за 3- 4 роки [207].

Незважаючи на те що патологічний гемблінг має деякі генетичні основи й порушення системи «підкріплення» (умовних рефлексів), факти

говорять про те, що, подібно іншим пагубним пристрастям, гемблінг являє собою «навчений» розлад. Головне в гемблінгу сам досвід гри. Він включає, зокрема, механізми періодичного позитивного підкріплення у вигляді виграшу. Оскільки навчання є нейрологічним процесом, то кожного разу освоєння нових навичок відбувається за рахунок задіяння різних нейрональних шляхів. Майбутні успіхи в розумінні причин патологічного гемблінгу будуть пов'язані з поняттям масштабів змін мозкової активності під впливом досвіду гри.

Дж. Табер виявив високу кореляцію між патологічним гемблінгом та посттравматичним и стресовими розладами. Він розглядає утворення ігрової залежності як одну із форм «завченої безпорадності», що сформувалась в відповідь на стресову ситуацію та призводить до негативного афекту як до загальної життєвої реакції. Миттєве задоволення за допомогою гемблінга ніби пропонує «тимчасовий перепочинок у жадібному пошуку самоствердження» [250].

Когнітивна теорія зв'язує патологічну гру з когнітивними помилками, ірраціональними переконаннями й так званою «ілюзією контролю». Типовими є когнітивні помилки гравців, що приводить у своїй роботі М. Д. Грифітц. Серед них такі, як персоніфікація ігрового автомата («ігровий автомат схожий на мене») або типове пояснення програшу («я програв, тому, що я був неуважним») [234]. «Ілюзія контролю», описана Р. Ладоуцером та М. Майренд припускає, що гравець вірить у контроль за випадковими подіями, у різні способи ритуальної поведінки, наприклад, швидкості натискання на кнопки ігрового автомата [238].

Підкріплювальні властивості азартної гри та ірраціональні когнітивні схеми об'єднуються, підсилюючи патерн гемблінгу. Коли азартні гравці програють, вони намагаються відшкодувати втрати подальшої грою, яка завершується накопиченням боргів. Незважаючи на те, що дійсність підтверджує, що гемблінг веде їх до фінансових проблем, вони ірраціонально вірять, що азартна гра вирішить їхні проблеми. Вищезгадані процеси властиві усім гравцям, зазначає М. Грифітц [234].

На присутність у мисленнєвій діяльності ігрозалежних ідеаторних розладів, що містять в собі так звані «когнітивні помилки» вказує Є. М. Дінов. Ігрозалежні розглядають їх як аргументи на користь необхідності, доцільності, виправданості процесу гри [56].

Екзистенціально-гуманістичний підхід розглядає особистість і її поведінку в аспекті сутнісних характеристик людини. У розумінні В. Франкла специфічні людські характеристики – це насамперед духовність, свобода і відповідальність [187]. Духовне буття людини передбачає осмислене існування у формі вільного самовизначення в світі цінностей (з урахуванням об'єктивних обставин його життя), за що вона несе відповідальність перед своєю совістю і Богом. Проблеми поведінки так чи інакше пов'язані з дефіцитом розглянутих якостей, тобто з проявами бездуховності. Згідно з поглядами В. Франкла, адиктивна поведінка виникає тому, що люди придушують свою духовність, ухиляються від відповідальності за пошук сенсу. Надати допомогу людині з адиктивною поведінкою, значить допомогти йому усвідомити своє духовне Я і прийняти відповідальність за свою долю, з подальшим відкриттям їм сенсу власного існування.

З екзистенціальною психологією тісно межують гуманістичні теорії, наприклад, клієнтцентрована психологія (психотерапія) К. Роджерса. Ключове місце в даній системі займають поняття самості і самоактуалізації. Самість або Я-концепція – це сукупність уявлень людини про себе, які є результатом досвіду і безупинно змінюються протягом життя. Самоактуалізація – прагнення особистості до росту і розвитку у відповідності з самого початку закладеними в неї потенційними можливостями. Тенденція до самоактуалізації яскраво виявляється в людини і є ознакою особистісного благополуччя. Особистість, що самоактуалізується, має ряд специфічних характеристик: відкритість новому досвіду, віру в свій організм, внутрішній локус контролю (самостійність, незалежність, відповідальність), прагнення існувати в процесі (зростання та розвитку). Нормальна особистість є відносно близькою до ідеалу самоактуалізуючоїся особистості [152].

Екзистенціально-гуманістична психологія робить акцент на вищих проявах людської особистості, таких, як її духовне буття і самоактуалізація. Духовне буття передбачає вихід за межі своєї особистості. Воно пов'язане з самовизначенням в людські цінності, з визнанням важливості своєї індивідуальності і самореалізацією. Воно проявляється у вищих почуттях, таких, як: свобода і відповідальність, борг, співчуття, повага, інтерес, любов, надія, радість творчості. У девіантної особистості ми спостерігаємо зовсім іншу картину. Тому адиктивна поведінка, безумовно, може розглядати як наслідок екзистенціальних проблем особистості і порушень її духовного розвитку.

Отже, аналіз наукової літератури з даного питання дозволяє стверджувати, що проблема ігрової залежності є наслідком міждисциплінарного пошуку. Ігрозалежність ми розглядаємо як термін, в якому одночасно йдеться про ігрову та комп'ютерну залежності. У визначенні ігрозалежності увага надається поведінковим, когнітивно-рефлексивним та соціальним характеристикам ігрозалежних осіб; однією з найбільш поширених класифікацій азартних гравців є класифікація Е. Джефнера, який виділяє за цими характеристиками випадкових, постійних, проблемних та патологічних гравців. Головним інтегруючим напрямком дослідження адиктивної поведінки особистості, є *психологічний напрямок*, в рамках якого існують психодинамічний, поведінково-когнітивний та екзистенціально-гуманістичний підходи з характерними для психологічної школи трактуваннями причин ігрозалежності.

1.2. Проблеми дезадаптації юнаків та їх схильність до ігрової залежності

Юність це певний період дозрівання й розвитку людини, що лежить між дитинством і дорослістю. Він має ряд специфічних особливостей. Саме цей віковий період стає визначальним при формуванні різних адикцій, в тому числі й ігрової залежності. Це обумовлено певними фізіологічними, особистісними та соціальними змінами, що відбуваються в цей час. В

психології існують різні погляди на юнацький вік, природу кризи та закономірності розвитку. Період онтогенезу, який ми розглядаємо, у вітчизняних та зарубіжних дослідженнях фігурує під такими назвами: пізній підлітковий, перехідний, пубертатний, юнацький – ранній та пізній. Його описували в руслі самих різноманітних підходів до психології людини зокрема: Ш. Бюлер, А. Гезелл, Е. Еріксон, Е. Кречмер, К. Левін, Ж. Піаже, Ф. Райс, З. Фройд, А. Фройд, С. Холл, Е. Шпрангер; серед вітчизняних вчених маємо роботи Л. М. Балабанової, Л. І. Божович, Л. С. Виготського, Л. В. Долинської, Д. Б. Ельконіна, І. С. Кона, Г.С. Костюка, І. С. Малкіної-Пих, О. В. Скрипченко та ін. Це знайшло відображення не тільки в розходженнях щодо назви періоду, неоднозначності його хронологічних меж, але і в тому, що акценти в дослідженнях були зроблені на різні сторони розвитку, в залежності від системи поглядів, що й призвело до різноманітності змістовних уявлень про юнацтво. В нашій роботі, цей віковий період ми визначаємо, посилаючись на вікову періодизацію, прийняту Міжнародним симпозіумом з проблеми вікової періодизації в 1965 році в Москві. За цією періодизацією юнацький вік для юнаків (чоловіків) становить 17-21, а для дівчат, відповідно, 16-20 років [108].

Цей вік характеризується значимістю та різнобічністю перетворювань, що відбуваються, відображається на всьому подальшому житті людини. Всі лінії розвитку об'єднуються в даному віковому періоді. Його основним завданням є формування в юнака уяви про себе самого – формування ідентичності, основи подальшого успішного розвитку та самореалізації. У юнацькому віці відбувається формування загальної емоційної спрямованості особистості, тобто, закріплення власної ієрархії цінностей тих чи інших переживань. Таким чином, стає очевидною небезпека адиктивних спроб в підлітковому віці та юнацтві. Вихід вбачається в розумінні того, що в самому віковому періоді, в його внутрішньому змісті є ресурси утримання юнаків від здійснення адиктивних спроб (або хоча б від їх продовження). Інакше кажучи, оскільки залежності може опиратись свобода в її конструктивному

значенні (з внутрішніх позицій), наше завдання полягає у виділенні в змісті юнацького віку того, що має сприяти, чи навпаки, руйнувати цю свободу.

Розглянемо докладніше новоутворення й поведінкові реакції, властиві для цього вікового періоду.

Л. С. Виготський розглядав проблеми ранньої юності в рамках культурно-історичної теорії. Проблема інтересів, на думку Л.С. Виготського, є ключем для розуміння цього вікового періоду. Необхідно досліджувати «ті основні моменти спрямованості, своєрідна конфігурація яких визначає на кожному щаблі структуру, всередині якої знаходять своє місце і своє значення всі механізми поведінки» [48, с. 7], де «цілісні динамічні структури спрямованості наших реакцій і маємо ... називати інтересами» [там же, с. 13].

Такий підхід дозволив виділити чотири групи інтересів, який він назвав основними домінантами:

- егоцентрична домінанта (інтерес підлітка до власної особистості);
- домінанта далечини (установка підлітка на більші масштаби, які для нього більш суб'єктивно прийнятні, ніж поточні, сьогоденні);
- домінанта зусилля (тяга до опору, подолання, вольових напруг, які іноді виявляються в упертості, хуліганстві, боротьбі проти виховного авторитету, протесті й інших негативних проявах);
- домінанта романтизму (прагнення до невідомого, ризикованого, до пригод, героїзму).

Л. С. Виготський відзначав два новоутворення цього віку: розвиток рефлексії й на її основі самосвідомості. Він першим вказав на виникнення самосвідомості як центрального новоутворення підліткового періоду [48]. Л. С. Виготський одним з перших звернув увагу на роботу з ресурсами особистості та значущість комплексного підходу до людини: «корекційна педагогіка та клінічна психологія мають справу не з окремим дефектом (стражданням), а з цілісною системою психіки, особистості і діяльності пацієнта. Тільки спираючись на цю цілісність, ми можемо ефективно проводити реабілітацію пацієнта. Потрібно звертати увагу не на те чого в нього не має, а на

те, що в нього є, і від чого ми можемо відштовхуватись, щоб відновити порушені функції» [48, с. 3].

Д. Б. Ельконін визначає, що Л. С. Виготський вживає «поняття перехідний вік» та «підлітковий вік» як синоніми. За періодизацією Д. Б. Ельконіна, після стабільного підліткового віку настає вікова криза. Це – критичний перехід від підліткового до юнацького віку, а потім криза 17-ти років – перехід до дорослості. В цей час відбувається перехід від інтимно-особистісного спілкування до учбово-професійної діяльності [201]. У психологічній періодизації Д. Б. Ельконіна акцент робиться на зміни провідного типу діяльності, яким у юнацькому віці стає учбово-професійна діяльність.

Л. І. Божович характеризує старший шкільний вік відповідно до розвитку мотиваційної сфери: юнацтво вона пов'язує з «визначенням свого місця в житті й внутрішньої позиції, формуванням світогляду, моральної свідомості й самосвідомостю» [21, с. 413]. Розвиток самосвідомості, як і будь-якого складного психічного новоутворення, проходить ряд замінюючих одна одну стадій. Із цього погляду, ранній юнацький вік можна охарактеризувати як початок формування нового рівня самосвідомості, як період розвитку й поглиблення інтегративних якостей особистості. На цьому етапі розвитку стає особливо важливим самопізнання – пошук безпосередньо пережитої відповіді на питання «хто я?», дослідження підлітком або юнаком самого себе, свого внутрішнього світу, одним з основних механізмів якого є особистісна рефлексія. Вона, на відміну від логічної рефлексії, спрямованої на рішення завдань, є діяльністю особистісного самопізнання, як особливий дослідницький акт, підчас якого людина не просто вивчає свій внутрішній світ, але при цьому ще пізнає себе як дослідника. Феноменом особистісної рефлексії є рефлексивні очікування. Вони розуміються як бачення людиною того, що про неї думають люди, які становлять коло її спілкування.

Глибина й інтенсивність юнацької рефлексії залежать від багатьох факторів: соціальних (соціальне походження й середовище, рівень утворення), індивідуально-типологічних (виразність інтроверсії –

екстраверсії) і біографічних (умови сімейного виховання, відносини з однолітками), співвідношення яких ще недостатньо вивчено [80; 91; 197].

Американський психолог Е. Еріксон вводить категорію «ідентичність». Центральним завданням періоду дорослішання є пошук особистісної ідентичності – «почуття самототожності, власної істинності, повноцінності, причетності світу й іншим людям» [213, с. 186]. Згідно Е. Еріксону, кожна людина переживає кілька критичних фаз ідентичності. До найважливіших конфліктів цього віку належать такі:

- дифузія ідентичності (сплутаність ідентичності): короткочасна або тривала нездатність «Я» сформулювати ідентичність;
- дифузія часу: порушення почуття часу; може виникати відчуття найжорстокішого цейтноту, або людина відчуває себе одночасно молодим і старим; нерідко з дифузією пов'язані страх або бажання смерті;
- застій у роботі: порушення природної працездатності, яке в більшості випадків супроводжує дифузію ідентичності;
- негативна ідентичність проявляється насамперед у запереченні всіх властивостей і ролей, які, в нормі, сприяють формуванню ідентичності (сімейні ролі й звички, професійні, статево-рольові стереотипи й т. ін.). Часто справа доходить до яскраво вираженого презирства до всіх цінностей [150, с. 122-123].

Е. Еріксон описує основну небезпеку цього віку « що може виражатися в надмірно пролонгованих мораторіях, або в повторюваних імпульсивних спробах закінчити мораторій раптовим вибором, або іноді також у серйозній регресивній патології» [213, с. 259]. Такі молоді люди не можуть виробити свої цінності, мету та ідеали; зіштовхуючись із проблемами розвитку, вони не в змозі завершити психосоціальне самовизначення. Вони уникають адекватних і характерних для їхнього віку вимог і повертаються на більш ранній щабель розвитку, який, певною мірою виправдовує їх поведінку. Девіантність і формування ідентичності «в незвичайних особистостях часто зв'язуються з невротичними й психотичними розладами або принаймні із

пролонгованим мораторієм відносної ізоляції, в яких відбуваються всі відчуження юності» [213, с. 262].

У випадку неуспішного рішення завдань самовизначення можливе формування неадекватної ідентичності, розвиток якої може піти в таких напрямках:

- відхід від психологічної інтимності, уникання близьких стосунків;
- нездатність будувати життєві плани, страх дорослішання й змін;
- не вміння мобілізувати свої внутрішні ресурси й зосередитися на головній діяльності;
- відмова від самовизначення або вибір негативних зразків для наслідування [85, с. 91].

Е. Еріксон відзначає, що для ранньої юності характерним є захоплення різними видами гри: людина «цілковито захоплена грою», яка потрібна їй для «підготовки до оволодіння інструментами та знаряддями, символами та поняттями його культури... Вік гри заповідає всім життєвим цілям та прагненням людини якість грандіозної ілюзії» [213, с. 246]. Підлітки легше, порівняно з дорослими, втягуються в азартні ігри, і в них частіше виникають пов'язані з цим проблеми. Було з'ясовано, що показники розповсюдженості проблемної та патологічної схильності до азартних ігор серед юнацтва перевищують такі серед дорослих. Випадки участі в азартних іграх в таких групах часто співпадають із зловживанням алкоголем та іншими психоактивними речовинами [62; 69]. Е. Еріксон прояви адиктивної поведінки в юнацтва пояснює тим, що «молодь постійно знаходиться в пошуку істини завжди та в усьому... Ці пошуки легко зрозуміти невірною, і часто вони лише примарно відчуються самим індивідом, тоді як юність, завжди готова осягти як розмаїтість у принципі, так і принцип у розмаїтості, повинна часто випробовувати крайнощі, перш ніж прийняти зважене рішення. Ці крайнощі, особливо під час ідеологічного сум'яття й широко розповсюдженої маргінальності (нерозвинутості) ідентичності, можуть

містити в собі не тільки заколотні, але також девіантні, делінквентні й саморуйнівні тенденції» [213, с. 247].

Джерелом проблем, що виникають в юності, Карл Густав Юнг вважає потреби життя, «які грубо кладуть край мріям дитинства». Якщо індивідуум досить добре підготовлений, то перехід до професії чи до кар'єри може пройти гладко, але, якщо він піддається ілюзіям, що розходяться з реальністю, тоді напевно виникнуть проблеми. «Всі ми вступаємо в життя, відштовхуючись від певних припущень, які іноді виявляються помилковими, тобто не відповідають умовам, у яких опиняється людина» [215]. Цю думку сьогодні підтверджують представники груп «Анонімних гравців». Вони визнають, що певний час не бажали дорослішати і перекладали з себе відповідальність. Це прагнення уникнути відповідальності в результаті ставало нав'язливою ідеєю. Втеча від реальності у світ фантазій, у світ гри, говорить про особистісну незрілість патологічних гравців [62, с. 89].

У той же час, пише К. Юнг, причиною можуть бути внутрішні емоційні труднощі: «вони можуть існувати навіть у тому випадку, коли в зовнішньому світі справи йдуть успішно. Дуже часто причиною є порушення психічної рівноваги, викликане статевим інстинктом; рівною мірою часто причиною стає почуття неповноцінності, що виникає через нестерпну чутливість» [215].

За концепцією Ж. Піаже, в пізньому підлітковому віці здійснюється «остання фундаментальна децентрація – дитина звільняється від конкретної прихильності до об'єктів, які потрапили в поле сприйняття, і починає розглядати світ з погляду того, як його можна змінити». В цей же час формується індивідуальний стиль мисленнєвої діяльності, відбувається розвиток теоретичного мислення, філософської рефлексії, спостерігаємо потребу в абстрагуванні, широких узагальненнях. Згідно Ж. Піаже, в цьому віці остаточно формується особистість, будується програма життя. Звідси – своєрідний егоцентризм юнацького мислення: асимілюючи оточуючий світ в свої універсальні теорії, юнак, за словами Ж. Піаже, поводить себе таким чином, ніби весь світ має підкорятись системам, а не система дійсності [131].

Розглядаючи психологічні аспекти дорослішання, німецький психіатр Х. Ремшмидт надає значимість таким аспектам, як потреба в розумінні та прийнятті власної особистості значущими людьми [150, с. 7]. Має значення також «пристосування до свого тіла і його змін, когнітивний і особистісний розвиток, статеве дозрівання й специфічні для кожної статі проблеми, а також відділення від родини» [150, с. 93]. Актуальним стає порівняння себе з однолітками. У цьому випадку, широка мінливість процесів росту й погане уявлення про ці процеси в сполученні із хворобливою увагою до уявлень про норму можуть стати причиною зниження самооцінки й почуття власної значимості. Важлива риса, що формується змолоду – здатність до інтроспекції – самостереження.

Кризи періоду дорослішання – явище розповсюджене, але їх часто недооцінюють або навпаки вважають дуже небезпечними. Кризи можуть стати причиною різних форм адиктивної поведінки, і особистісних порушень. Важливо вчасно виявити кризу й правильно її кваліфікувати. «Ці кризи можуть ускладнитись виникненням екстремальних ситуацій, якщо переживання й дії підлітка приводять до перекручування відносин з дійсністю або роблять його небезпечним для себе самого або для навколишніх» [150, с. 290]. Як синонім терміну «криза дорослішання» Х. Ремшмидт пропонує поняття «варіанти нормальних переживань і форм поведінки в період дорослішання».

В юнацькому віці в рамках становлення нового рівня самосвідомості відбувається формування Я-концепції. Установка щодо власної особистості, проходить важливу фазу розвитку в період дорослішання. У рамках юнацьких криз часто стає помітним дисонансом між реальною й ідеальною Я-концепціями. «Я-концепція розвивається під впливом первинного досвіду соціалізації в родині. З віком великого значення набувають позасімейні фактори... Несприятлива Я-концепція (слабка віра в себе, страх отримати відмову, низька самооцінка), приводить надалі до порушень поведінки» [150, с. 124-125].

Х. Ремшмидт розкриває ще один важливий для періоду дорослішання аспект – роль родини [150, с. 135-147]. Не зважаючи на зменшення впливу родини в період дорослішання вона залишається важливою референтною групою. Хоча процес відриву від родини – обов'язкова умова досягнення самостійності, відокремлення від батьків, у більшості випадків тимчасове й неповне, що припиняється після досягнення молодими людьми незалежності» [150, с. 136-137].

На думку Е. Еріксона, юність «часто відкидає батьків і авторитети й хоче принизити їх, як логічно непослідовних» [213, с. 261]. Здійснюються спроби відокремитись від батьків, насамперед від материнського впливу. У ранньому віці для дитини немає нічого більш природного, ніж залежність [30; 43; 76]. Дитина дуже прив'язана до батьків, особливо до матері. Її прив'язаність – єдина форма прояву любові, на яку вона здатна. Ця незріла та нестабільна форма любові та залежності є головною її складовою. В процесі дорослішання ступінь залежності слабшає. Дитина має ставати все менш і менш прив'язаною до батьків. Якщо стосунки з батьками розвивались гармонійно, то почуття підлітка втрачають риси, притаманні ранньому дитинству. Юнаки піднімаються на вищій ступінь автономії і набувають здатність піклуватися про батьків. Адекватний вклад батьків у цей процес полягає в поступовому відході від ірраціонального, обмежуючого ставлення до юнацтва. Вони мають перестати бути власниками своєї дитини, дуже схвильованими, занадто опікуючими, засліпленими та потураючими. Але простота цієї схеми лише зовнішня. Стосунки батьків та дітей протікають не тільки в зоні свідомого, де обидві сторони раціональні та бажають один одному добра, але і в площині несвідомого. Залежність, в цьому випадку, є ефективним компромісом. Батьки задовольняють свою нестримну потребу в контролі за життям юнака, а діти – потребу вирватись з під цього контролю через самі різні форми девіантної поведінки. При цьому останні переживають свою значущість та всемогутність. Така поведінка є проявом несвідомого «мама може мною пишатись». Під дією азартних ігор, наркотиків, алкоголю

юнак сприймає себе як «суперлюдину», залишаючись в той же час інфантильним немовлям [92].

Подібна схема може спостерігатись у випадках гіперопіки батьками своїх дітей. У випадку недостатнього піклування ми можемо фіксувати відсутність батьківських переживань, але ще сильнішим, при цьому, є бажання юнаків звернути на себе увагу та затвердитись у ілюзорному самосприйнятті.

І. С. Кон приходиться до переконання про важливе місце самоповаги при формуванні залежних форм поведінки. Потреба в самоповазі є особливо сильною, але, оскільки вона не задовольняється соціально прийнятними засобами, то юнаки звертаються до девіантних способів поведінки. І. Кон визначає, що «почуття приниження, своєї невідповідності пропонованим вимогам ставить перед вибором або на користь вимог і продовження болісних переживань самоприниження, або на користь підвищення самоповаги в поведінці, спрямованій проти цих вимог. Вибирається, як правило, друге. Тому бажання відповідати очікуванням колективу, суспільства зменшується, а прагнення ухилитися від них, навпаки, зростає» [80, с. 253].

За певних умов мета підвищити самоповагу, досягається. Алкоголік, наприклад, у стані сп'яніння не усвідомлює своєї ущербності й може навіть пишатися собою. «Коли я виграю пристойну суму грошей і потім напиваюсь, я здаюсь собі суперлюдиною», – зізнається клієнт психоаналітика [92, с. 49]. За інфантильною постійною впевненістю людини у виграші ховаються інфантильні очікування всемогутності. Це дозволяє соціально збитковому індивідові отримати нові критерії й способи самоствердження. Він бачить себе в сприятливому світлі «не за рахунок соціально позитивних, у яких він виявився банкрутом, а за рахунок соціально негативних рис і дій. Нова, негативна соціальна ідентичність припускає й нові критерії самооцінок, найчастіше прямо протилежні колишнім, так, що колишній мінус стає плюсом» [80, с. 253].

Як фактор ризику у розвитку ігрової залежності юнака виступає наявність у родині батьків з різними формами залежної поведінки, в тому числі і патологічних гравців та неадекватне ставлення до грошей в сім'ї (від фетишизації грошей до відсутності планування бюджету) [62, с. 96].

Як соціально-психологічне явище розглядав юність та процеси що відбуваються в цей період, Курт Левін. Соціальне оточення даного віку – однолітки, родина. К. Левін пов'язував розвиток особистості з розвитком її соціального статусу. Єдність і взаємодію всіх особистісних і середовищних компонентів він називає життєвим або психологічним простором [95].

Коли юнак не може відповідати вимогам суспільства за певних причин (конституціональні фактори, соціальні умови, невміння правильно визначити свої соціальні ідентичності й ролі, суперечливі очікування значимих людей, недолік матеріальних ресурсів, погане оволодіння нормальними способами соціальної адаптації або подолання труднощів), то це штовхає його на пошук у інших напрямках, а саме до пошуку девіантної групи. Найважливіший фактор такого розвитку – девіантні однолітки. Наявність девіантної групи: а) полегшує здійснення девіантних дій, якщо особистість до них внутрішньо готова; б) забезпечує психологічну підтримку й заохочення за участь у таких діях; в) зменшує ефективність соціальних контрольних механізмів, які могли б загальмувати прояв девіантних схильностей [80, с. 254]. Для такої ситуації характерне формування зворотної залежності між стосунками юнаків в родині й ступенем включеності їх у девіантні групи.

Особливої важливості набувають в даному періоді питання пов'язані з саморегуляцією поведінки зростаючої особистості (Л. І. Божович, О. Л. Берак М. Й. Боришевський, І. В. Дубровіна, Н. І. Пов'якель та ін.). Саме українські вчені поповнили розуміння природи саморегуляції поведінки особистості, а саме активність людини як суб'єкта власної поведінки та діяльності висвітлена в працях Г. С. Костюка [84], С. Д. Максименка [105], М. Й. Боришевського [25], В. О. Моляко [114], І. Д. Беха [16], М. В. Савчина [154], О. Я. Чебикіна [195] та ін..

Важливе місце в сфері соціальних стосунків грає дружба й любов, тобто встановлення контакту з іншими людьми на особистісному, інтимному рівні. Це стає можливим за рахунок особливостей розвитку емоційної сфери юнацтва.

І. С. Кон намагається розібратись з феноменом юнацької підвищеної емоційності. Говорячи про перехідний період, він вказує, що «емоції, як і розумові процеси, не можна зрозуміти, не враховуючи самосвідомість особистості» [80, с. 84]. Однак емоційні реакції й поведінка підлітків, не говорячи вже про юнаків, не можуть бути пояснені лише зрушеннями гормонального порядку. Вони залежать також від соціальних факторів і умов виховання, причому індивідуально-типологічні розходження суцільно й поруч превалюють над віковими. І. Кон зазначає, що невирішені проблеми попередніх етапів, даються взнаки на наступних етапах розвитку: «психологічні труднощі дорослішання, суперечливість рівня домагань і образа «Я» нерідко призводять до того, що емоційна напруженість, типова для підлітка, захоплює й роки юності» [80, с. 79].

За цілим рядом психологічних тестів юнацькі норми психічного здоров'я суттєво відрізняються від норм дорослих. Як пише І.Кон, це значить, що емоційні реакції, які в дорослого були б симптомом хвороби, для юнаків є статистичною нормою [80, с. 79]. Він спростовує думку про юність як «невротичний» період розвитку. У більшості людей перехід з підліткового віку в юнацький супроводжується «поліпшенням комунікативності й загального емоційного самопочуття... юнаки в порівнянні з підлітками, виявляють більшу екстравертованість, меншу імпульсивність і емоційну збудливість і більшу емоційну стабільність. Ці дані цікаві також тим, що в підлітковому й молодшому юнацькому віці виявляються однакові з дорослими симптомокомплекси» [80, с. 81].

Юнацький вік у порівнянні з підлітковим характеризується більшою диференційованістю емоційних реакцій і способів вираження емоційних станів, а також підвищенням самоконтролю. Як загальні особливості цього

віку відзначаються мінливістю настрою з переходами від нестримних веселощів до зневіри й сполучення ряду полярних якостей, що виступають поперемінно.

Таким чином, узагальнення даних теоретичного аналізу свідчить про те, що серед особливостей юнацького віку існують як фактори ризику у формуванні ігрової залежності, так і ресурси утримання юнаків від здійснення адиктивних спроб, що відображено в таблиці 1.2. Серед них визначальними є формування самосвідомості, світоглядних переконань, визначення власної ролі в соціальних стосунках.

Таблиця 1.2

Особливості юнацького віку, які впливають на формування ігрозалежності

Фактори ризику у формуванні ігрової залежності	Сильні сторони та ресурси утримання юнаків від здійснення адиктивних спроб
Підвищений егоцентризм	Становлення стійкої самосвідомості і формування Я-концепції
Негативна або несформована Я-Концепція	Формування світогляду, моральної свідомості та самосвідомості
Прагнення до опору, упертості, протесту, боротьби проти виховних авторитетів; прагнення невідомого, ризику	Самовизначення, або психосоціальна ідентичність, почуття самототожності, власної істинності, повноцінності, причетності світу й іншим людям
Криза ідентичності та авторитетів	Формування активної життєвої позиції, переконань та цінностей
Втеча від реальності у світ ілюзій	Порівняна (з підлітками) стабільність емоційної сфери
Нездатність будувати життєві плани, страх дорослішання й змін	Визначення свого місця в учбово – професійній діяльності

<i>Продовж. табл. 1.2</i>	
Прагнення до незалежності й відри-ву від родини; невміння або небажан-ня батьків прийняти автономію своїх дітей, що призводить до конфліктів	Зростання кола особистісно-значущих соціальних стосунків, а також зростання потреби в інтимному спілкуванні
Невирішені проблеми попередніх етапів розвитку	Усвідомлювання себе часткою соціальної спільноти (групи, нації і т. ін.)
Незрілість моральних переконань, суперечливість рівня домагань	Формування індивідуального стилю мисленнєвої діяльності, відбувається розвиток теоретичного мислення, філософська рефлексія, потреба в абстрагуванні, широких узагальненнях, формування творчого мислення

Отже, маємо зазначити, що юнацький вік є одним із кризових етапів у житті людини. Це вік кардинальних перетворювань в сфері свідомості, діяльності та системи взаємостосунків, в зв'язку з чим виникає загроза вибору адиктивної лінії поведінки. Але саме цей етап розвитку має свої сильні сторони та переваги для утримання юнаків від здійснення адиктивних спроб.

1.3. Емоційні стани та особливості їх прояву в ігрозалежних

Важливість вивчення саме емоційних станів при ігровій залежності ґрунтується на думці, що початок формування адиктивного процесу завжди відбувається на емоційному рівні [62; 8; 81]. Феномен спраги гострих відчуттів, який має своїм наслідком високий ступінь ризику, гру «на грані фолу», коли за секунду можна або втратити все, або придбати «увесь світ»

В. Д. Менделевич вважає основою ігрозалежності [111]. Аналіз психічних станів ігрозалежних, в першу чергу, ставить перед собою завдання розібратись з бажанням азартних гравців знов і знов повертатись до цих станів, не зважаючи на переконання та доводи розуму. Психокорекційна робота з ігрозалежними потребує чіткого розуміння, чому і які саме емоційні стани виникають у людини під час розвитку залежної поведінки та як усвідомлює і проживає ці стани гравець.

Емоційні стани представляють собою цілий клас явищ, який охоплює як примітивні потяги, так і складні форми емоційного життя. Сама «психологія станів» та психологія емоційних станів залишається на сьогоднішній день недостатньо висвітленою як у спеціальній науковій, так і в навчальній літературі. Переважно дослідження вітчизняних, а також зарубіжних вчених-психологів присвячені проблемам окремих емоційних станів, психічних станів та емоціям (Л. Берковіц, В. М. Бехтерев, В. К. Вілюнас, Б. І. Додонов, В. В. Занюк, О. І. Захаров, К. Ізард, Є. П. Ільїн, Н. В. Карпенко, Є. В. Лісіна, О. М. Леонтєв, Н. Ю. Максимова, К. Л. Мілютіна, М. В. Осоріна, К. К. Платонов, О. М. Прихожан, С. Л. Рубінштейн, Т. Х. Шінгаров, П. М. Якобсон та ін.). Проблема дослідження та корекції емоційних станів підлітків та юнацтва перебувала в полі зору таких науковців як Л. І. Божович, Л. С. Виготський, Т. В. Зайчикова, І. С. Кон, С. Б. Кузікова, О. Г. Лідерс, Н. Ю. Максимова, К. Л. Мілютіна, Н. І. Пов'якель, Г. Є. Улунова, Д. І. Фельдштейн, О. Я. Чебикін, та ін.

Основна складність щодо розуміння поняття феномену емоційних станів пов'язана з кількома причинами. По-перше, визначення емоційних станів ускладнюється тим, що вони щільно інтегруються з іншими властивостями, процесами і станами (О. В. Запорожець, Б. І. Додонов, Я. Рейковський та ін.). Така особливість пояснюється тим, що для самих різних станів емоційні характеристики мають велике значення і завжди доцільно включати їх в опис. По-друге, через те, що ряд авторів по-різному

виглядають поняття «емоційні стани» та «емоції». Так, одні з них (Б. Г. Ананьєв, В. Вундт, Б. І. Додонов, Ж. Піаже, С. Л. Рубінштейн та ін.) емоції ототожнюють з почуттями й переживаннями, а інші чітко диференціюють їх (П. К. Анохін, В. К. Вілюнас, К. Ізард, О. М. Леонтєв, П. В. Сімонов та ін.).

Розглянемо питання про співвідношення таких понять як психічні стани, емоційні стани та емоції. Психічні стани як динамічна характеристика особистості знаходяться в середині ряду розповсюдженого поділу психічних явищ на процеси, стани та властивості особистості. Визначаючи стани як психічне явище, К. К. Платонов відзначав, що вони займають проміжне положення між психічними процесами й властивостями особистості, він підкреслював: «Психічні стани досить тривалі (можуть тривати місяцями), хоча при зміні умов або внаслідок адаптації можуть і швидко змінюватися» [133, с. 109]. Їх можна розглядати на рівні психіки та окремих її сфер. Психічні стани виступають як форма саморегуляції психіки та як важливий механізм інтеграції людини як цілісності – єдність духовної, психічної та тілесної організації. Вони багатовимірні та виступають і як система організації психічних процесів, і як суб'єктивне ставлення до відображеного явища, і як механізм оцінки відображеної дійсності. Зміна психічного стану безпосередньо в процесі діяльності виступає у вигляді зміни суб'єктивного ставлення до ситуації або зміни мотивів стосовно розв'язуваного завдання [133, с. 12].

Л. В. Куліков вважає психічні стани багатомірним явищем, при цьому будь-який стан може бути описано широким спектром параметрів. Аналіз різних описів показує, що окремі характеристики станів використовуються особливо часто. Це емоційні, активаційні, тонічні, тензійні, тимчасові характеристики та полярність станів. Вони взаємозалежні і, в більшості випадків, змінюються узгоджено [145].

На думку С. Л. Рубінштейна емоційні стани «виражають стан суб'єкта та його ставлення до об'єкта». Він розглядає такі поняття як емоції, почуття, емоційний стан як взаємозамінні та майже тотожні [149, с. 153]. К. Е. Ізард

також використовує як синоніми в одному абзаці терміни «емоції» та «мотиваційний стан», щодо опису такого поняття як інтерес [72, с. 122]. Про радість, задоволення, сум, тривогу и страх, насолоду він також пише або як про емоції, або в контексті, як про емоційні, психічні стани чи стани свідомості.

Одним з перших емоційні явища як психологічний феномен розглядав У. Джемс. Він виділяв дві групи феноменів: групу фізіологічних феноменів і групу феноменів психологічних, які він називав станами [55]. Про те, що емоції варто розглядати як стани, зазначав Н. Д. Левітов: «Ні в якій сфері психічної діяльності так не застосуємо термін «стан», як у емоційному житті, тому що в емоціях, або почуттях, дуже яскраво проявляється тенденція специфічно розфарбовувати переживання й діяльність людини, даючи їм тимчасову спрямованість і створюючи те, що, образно висловлюючись, можна назвати тембром або якісною своєрідністю психічного життя. Навіть ті автори, – продовжує він, – які не вважають потрібним виділяти психічні стани в якості особливої психологічної категорії, все-таки користуються цим поняттям, коли мова йде про емоції або почуття» [96, с. 103]. Емоції, як писав Н. Д. Левітов, «насамперед є психічними станами» [там же]. На його думку, емоції й стани нерозривно пов'язані. Вони мають інтегративні функції й забезпечують реагування людини як цілості (у її духовній, психічній і тілесній єдності) на поточну ситуацію, на всі впливи, спрямовані на неї. Будь-який стан містить у собі певні емоції як невід'ємну складову.

Л. В. Куліков пропонує підійти до питань, пов'язаних з характеристикою емоційних станів, як до тих станів, у яких емоційні характеристики виходять на передній план. Належність до цієї групи передбачає, що індивід, перебуваючи в одному з емоційних станів, переживає інтенсивні емоції [145]. Група емоційних станів відрізняється значним перетинанням з іншими класифікаційними групами. Така особливість пояснюється тим, що для самих різних станів емоційні характеристики мають велике значення і завжди доцільно включати їх в

опис. Посилаючись на В. Н. Мясичева, Л. В. Куліков розглядає емоційні стани як окрему групу емоційних явищ: «...область почуттів (емоцій) охоплює три різні групи явищ – емоційні реакції, емоційні стани й емоційні відносини» [145].

Як відповідь на питання про співвідношення між психічними й емоційними станами, Є. П. Ільїн розглядає наступні варіанти, що існують на сьогоднішній день в психологічній літературі:

- 1) вони незалежні один від одного, тобто це різні стани;
- 2) психічні й емоційні стани – це одне й те ж саме;
- 3) емоційні стани є частиною (компонентом) психічних станів. [73, с. 29-30].

Більшість станів «помічаються» знаком і модальністю емоційних переживань. Це служить ще одним доказом нерозривності емоцій і станів. Є. П. Ільїн не ототожнює емоційні й психічні стани, так як, на його думку, існують психічні стани, які не ускладнені емоційними переживаннями: пильної настороженості («оперативний спокій» по А. А. Ухтомському), рішучості в безпечній ситуації [73, с. 53].

Отже, емоційна сторона станів знаходить висвітлення у вигляді емоційних переживань (втоми, апатії, нудьги, відрази до діяльності, страху, радості досягнення успіху й т.д.), а фізіологічна сторона – у зміні ряду функцій, в першу чергу – вегетативних і рухових. І переживання, і фізіологічні зміни невіддільні одна від іншої. У цій єдності психічних і фізіологічних ознак станів причинним фактором може служити кожний з них. Наприклад, при розвитку стану монотонії причиною посилення парасимпатичних впливів може бути почуття апатії й нудьги, а при розвитку стану стомлення причиною появи почуття втоми – фізіологічні зміни, які виникають в рухових нервових центрах або м'язах і пов'язані із цим відчуття.

Розуміння емоційного реагування як стану, має принципове значення. На думку Є. П. Ільїна, воно дає можливість «точніше зрозуміти суть емоції, її функціональне значення для організму» [73, с. 52]. Роль емоційного компоненту в управлінні поведінкою людини є дуже важливою. Майже всі

дослідники емоційної сфери відмічають їх мотивуючу роль, пов'язують емоції з задоволенням (В. К. Вілюнас, Б. Додонов, К. Е. Ізард, О. М. Леонт'єв, З. Фройд та ін.). Деякі автори навіть віддають емоційним станам пріоритет в житті людини. Так, А. М. Еткінд пише: «...в буденному житті людина не стільки розмірковує, скільки відчуває, і не стільки пояснює, скільки оцінює. Фактично, когнітивні процеси, вільні від емоційних компонентів, займають в буденному житті скромне місце... «Холодні» спроби пояснення і розуміння мають меншу значимість, ніж «гарячі» аспекти оцінок та переживань. Коли ж процеси когнітивного аналізу і мають місце, то знаходяться під сильним і безперервним впливом емоційних факторів, які вносять свій внесок у їх перебіг та результат» [214, с. 107]. Саме тому, пояснювання та моралізаторство стосовно будь-яких адиктивних проявів частіше за все не усвідомлюється.

Зв'язок між емоційними станами поведінкою та діяльністю людини обговорювалась з давніх давен. Так, Аристотель та Р. Декарт виділяють такі емоційні стани як здивування та інтерес як причини, що спонукають до пізнання. Голландський філософ Б. Спіноза в середині XVII століття вважав головною спонукальною силою поведінки афекти, до яких він відносив в першу чергу потягу, пов'язані як з тілом, так і з душею. Ч. Дарвін вказував на емоції як на засіб, завдяки якому живі істоти установлюють значущість тих чи інших умов для задоволення своїх потреб.

У XX сторіччі науковий пошук зв'язку між емоційними станами та діяльністю людини набув нових сил. Він пов'язаний з такими прізвищами видатних науковців як П. К. Анохін, М. Арнольд, В. К. Вілюнас, Л. С. Виготський, Б. І. Додонов, О. М. Леонт'єв, Г. Мюнстерберг, О. Кернберг, Р. Лазарус, Г. Ловальд, Д. Раппорт, С. Л. Рубінштейн, П. В. Симонов, З. Фройд, К. Г. Юнг т ін. Їх увагу привертала безпосередньо роль емоцій в управлінні поведінкою та діяльністю, оціночна роль емоцій, зв'язок емоцій з мотивами, як складовою діяльності, мотиваційна роль

емоцій, спонукальна роль емоцій. Тривали наукові суперечки, що до того, чи вважати емоції самостійною цінністю.

Ряд дослідників – П. К. Анохін, В. К. Вілюнас, С. Л. Рубінштейн, О. М. Леонт'єв, Д. Раппорт, П. В. Симонов – переконані в тому, що люди постійно знаходяться під впливом тієї чи іншої емоції, що поведінка та афект є нерозривними. Виникнення емоційних станів, на думку П. К. Анохіна, безпосередньо пов'язане з внутрішніми процесами, які лежать в основі формування емоцій. Ситуаційні події можуть впливати на емоції, тільки будучи сприйнятими, і зміст пам'яті або інші структури особистості тоді мають вплив, коли вони активовані. Біологічна теорія емоцій П. К. Анохіна побудована на основі подання про цілісність фізіологічної архітектури будь-якого пристосувального акту, яким є емоційні реакції. Основною ознакою позитивного емоційного стану є його закріплююча дія, яка санкціонує корисний адаптаційний ефект. Тобто, відповідно до даної теорії, всім життєвим потребам, включаючи й інтелектуальну діяльність, відповідає належний емоційний тонус, завдяки якому організм залишається в руслі оптимальної адаптації [7]. О. М. Леонт'єв вважає, що емоції виступають як внутрішня мова, як система сигналів, завдяки якій суб'єкт дізнається про значущість того, що відбувається [98]. Особливість емоцій, продовжує О. М. Леонт'єв, у тому, що вони безпосередньо відображають стосунки між мотивами та реальною дійсністю, яка відповідає мотивам діяльності.

Роботи З. Фрейда заклали фундамент для вивчення взаємозв'язку між емоціями, мотивацією та поведінкою. Значний інтерес викликає фрейдівська концепція афекту в контексті його теорії мотивації. Мотиваційну природу емоцій розглядав також Р. Ліпер. На його думку, «у вищих тварин, у тому числі і в людини, найбільш важливими мотивами є мотиви емоційні... Емоційні процеси у своїй основі і істотних рисах є перцептивними процесами, подібно до того як перцептивним процесом здається рух» [100, с. 145]. І так як емоції «викликають той же фундаментальний вплив, що і мотиви фізіологічного походження, ми

можемо їх назвати мотивами» [там же]. В свою чергу, О. М. Леонт'єв вказує, що емоції виконують роль внутрішніх сигналів. Вони безпосередньо відображають відносини між мотивами і відповідністю реакції цим мотивам діяльності. Образно кажучи, емоції слідує за актуалізацією мотиву і до раціональної оцінки адекватності діяльності суб'єкта. Таким чином, у найзагальнішому вигляді функція емоційних станів може бути охарактеризована «як індикація санкціонування здійсненої, тієї, що здійснюється або майбутньої діяльності» [98, с. 164], і ця думка О. М. Леонт'єва співзвучна з дослідженнями П. К. Анохіна. Мотивація може супроводжуватися надією досягти певної мети і побоюванням не домогтися бажаного. Тому конфлікт між різними мотиваційними тенденціями часто пов'язаний з емоційними конфліктами (конфліктами між побоюваннями і надією). П. В. Симонов зазначає, що емоційні стани залежать не тільки від розміру потреби, але й імовірності її задоволення; це «надзвичайно ускладнює конкуренцію співіснуючих мотивів, в результаті чого поведінка нерідко виявляється переорієнтованою на менш важливу, але легко досягну мету: «синиця в руках» перемагає «журавля в небі» [166, с. 182]. Тобто, можна стверджувати про наявність зв'язків між мотивацією, ставленням до майбутнього та емоційними станами. Поведінка може безпосередньо викликати емоції, які пов'язані з відповідною діяльністю (так, наприклад, фізична діяльність може викликати як відразу, так і задоволення). Більше того, поведінка і її наслідки можуть потягти за собою емоції, якщо вони оцінюються суб'єктивно. При цьому дисфункціональна мотивація (наприклад, недостача мотивації) і дисфункціональна поведінка можуть викликати негативні поведінкові наслідки (наприклад, невдалий результат справи) або відсутність позитивних наслідків (наприклад, дефіцит соціального визнання). У першому випадку виникають негативні емоції, у другому – відсутність емоцій позитивних.

Зв'язки між станами та когнітивними процесами (сприйняттям, уявою, пам'яттю, мисленням) можна характеризувати як динамічні і взаємні, тобто емоційні стани можуть як активувати когнітивний процес і впливати на його перебіг, так і когнітивні процеси впливають та обумовлюють емоційні стани [93]. Але емоційні стани можуть існувати у свідомості незалежно від когнітивних процесів, часто людина може знаходитись у тому чи іншому стані, не усвідомлюючи його. К. Е. Ізард наголошує, що «переживання гніву і усвідомлення гніву – це два різних процеси, але вони можуть впливати один на одного, вступаючи в емоційно-когнітивні інтеракції. Так, «переживання гніву викликає в людини відповідні («гнівні») думки і дії, а саморефлексія, усвідомлення людиною свого емоційного стану, як правило, трансформує і переживання, і саму емоцію» [72, с. 88]. Таким чином, усвідомлення емоційного стану допомагає встановити ту чи іншу ступінь контролю над поведінкою. Р. Пекрун вважає, що «попередній настрій виконує моделюючу функцію при виникненні актуальних емоцій» [130, с. 837]. Звертає на себе увагу той факт, що позитивні емоційні стани, з одного боку, і негативні, з іншого, в нормі не здатні «уживатися» одне з одним. З цього випливає, що якщо людина знаходиться в позитивному емоційному стані і розслаблена, то це перешкоджає виникненню тривоги або гніву.

Психічний стан являє собою складну єдність протилежних переживань. Емоційні характеристики психічних станів тісно пов'язані з таким параметром, як полярність (знак). У багатьох випадках неважко віднести емоційні стани до «приємних» або «неприємних». У подібних за об'єктивними параметрами стресових ситуаціях у людей можуть виникати якісно різні емоції. Виявлення ведучої домінантної емоції дозволяє віднести ці стани до групи позитивних або негативних [73; 83; 119; 121].

Патологічні гравці піддаються азартній грі, перебуваючи як у негативних, так і в позитивних станах, що було відзначено в дослідженні Д. Ходгінза й Н. Ель-Губалі. Вони вивчали фактори, що викликають рецидиви в патологічних гравців [236]. Були виявлені наступні психічні та

емоційні стани, що передували рецидиву: у 70 % переважали думки про фінанси, 53 % учасників охарактеризували свій стан як розстроєний, 45 % – як щасливий, відчували нудьгу – 44%, сум – 37%, спокій – 37%; розслаблення – 35%, самотність – 34%; роздратування – 32%. Результати дослідження показують, що в жінок однією з основних причин рецидивів (18%) був поганий настрій, а чоловіки найчастіше називали нудьгу, неструктурований (неорганізований, нічим не заповнений) час і нестаток грошей. Негативні емоції жінок-гравців включали гнів, фрустрацію, тривогу, самотність, провину; негативні ситуації – ігнорування проблем, пов'язаних з дітьми, труднощів на роботі й т.ін. Є свідчення про те, що жінки – патологічні гемблери, частіше страждають розладами настрою, ніж чоловіки [236].

С. Ретел зі співавторами розглядають гармонічну й обсесивну (нав'язливу) пристрасть до азартних ігор [248]. Результати їх дослідження показали, що нав'язлива пристрасть пов'язана із проблемним гемблінгом, з його негативними наслідками (тривога й почуття провини, низький рівень концентрації та позитивних емоцій). Імовірно, проблемним і патологічним гемблерам властива низька толерантність до нудьги, прагнення до сильних емоцій, які їм дозволяє пережити гра. В азартній грі виникають повторювані цикли психічних станів, таких як стан «напруги» (у процесі очікування результатів гри) та «розрядки» (при отриманні результатів гри) [62]. Зробимо припущення, що азартних гравців приваблює не лише пошук позитивних, приємних емоцій, найважливішим для них є інтенсивність емоцій – їх сила, яскравість.

Психічний стан гравця під час виграшу є дуже специфічним. В момент виграшу виникає гіпоманіакальний емоційний стан, як від дози стимулюючого наркотику. Гравець знаходиться в стані ейфорії [62; 171; 207]. *Ейфорія* – емоційний стан, що супроводжується піднесеним настроєм, радістю, яка перетворюється в крайньому своєму виявленні в екстаз. З одного боку, в стані ейфорії в людини виникає ентузіазм. Вона відчуває себе ніби окриленою, готовою до здійснення великих справ, до одержання нескінченного задоволення від різного роду

діяльності. З іншого боку, в неї з'являються безтурботність, благодущність, несерйозне ставлення до серйозних проблем і явищ життя. Хоча ейфорія віднесена В. А. Ганзіним до групи позитивних емоційних станів [73, с. 43], але вона не є станом дійсного підвищення працездатності і не свідчить про реальне зростання енергії. У цьому стані людина не готова до ефективної й плідної роботи. Цим ейфорія відрізняється від стану наснаги, що виникає при досягненні людиною бажаної, але важкої мети [73, с. 147]. Ейфоричний стан має наркотичні властивості – він активізує психіку й до нього людина зникає. Тому, щоб викликати його, людина прибігає до вживання алкоголю, наркотиків, азартних ігор та інших засобів.

Ф. Г. Щеглов визначає специфічні стійкі негативні емоційні комплекси (НЕК), які властиві азартним гравцям: вони «отруюють їх душевний стан та провокують продовження азартної гри» [207, с. 367]. Це інтерес і страх як складові азарту; провина і страх викриття як складові провини; образа, як агресія, спрямована на себе, що також містить елемент страху, складається із симбіозу двох почуттів – злості та суму. Страх є однією із складових НЕК жалості до себе.

Азарт, який приводить гравців до ігорних залів, та почуття ейфорії, що виникає під час виграшу – це найсильніші переживання, до яких прагне гравець. Прагнення до сильних переживань біологічно обумовлене природою людини. Для того, щоб вижити, первісна людина мала полювати, сидіти в засідках, вичікуючи свою здобич. Саме переживання страху допомогло їй не бути винищеною. *Стан страху* має дуже сильну емоційну складову і активно впливає на перцептивно-когнітивні процеси й поведінку індивіда. Коли людина відчуває страх, увага різко звужується, загострюючись на об'єкті або ситуації, що сигналізує нам про небезпеку. Інтенсивний страх створює ефект «тунельного сприйняття», тобто істотно обмежує сприйняття, мислення й волю вибору індивіда. Якщо страх обґрунтований і людина в змозі сконцентрувати всю свою енергію й швидко усунути загрозу, то можна з повним правом заявити, що звуження сприйняття й обмеження волі

поведінки не тільки виправдані, але й необхідні. Важливо розрізняти переживання страху та тривоги. Г. Крістал, аналізуючи порушення емоціонального розвитку при адиктивній поведінці, наголошує на важливості розуміння принципової різниці між страхом та тривогою, хоча обидва почуття повідомляють нам про те, що має відбутись щось погане. Він пише, що страх сигналізує нам про загрозу зовнішню, актуальну, якій за певних обставин, можна запобігти. Тривога відображає загрозу, що переживається як та, що йде «зсередини», і, в переважній більшості випадків, не усвідомлюється [88, с. 85].

Ф. Г. Щеглов, посилаючись на К'єркегора, описує конфлікт, що характеризує *тривогу*, як результат взаємодії емоції інтересу з емоцією страху. Інтерес спрямовує уперед, штовхає до дослідження. Балансування між інтересом і страхом – як у думках, так і в поведінці – трапляється, вочевидь, набагато частіше, ніж ми усвідомлюємо. Щоб жити й розвиватися, людина повинна мати певну толерантність до страху.

Дж. Макдугал називає тривогу «матір'ю спектаклю в нашому психічному театрі» [104, с. 35]. Тривога, названа в побуті хвилюванням, острахом, виникає в людини перед усякою відповідальною діяльністю, як результат активності уяви, фантазії майбутнього. Поняття «тривога» було введено в психологію З. Фройдом і в цей час багатьма вченими розглядалося як різновид страху. Так, З. Фройд поряд з конкретним страхом (*Furcht*) виділяв невизначений, несвідомий страх (*Angst*) [189, с. 115].

П. В. Сімонов розглядає тривогу як «низьку ймовірність втечі від небажаного впливу» [164, с. 180]. Вона з'являється в людини внаслідок наявності незакінчених ситуацій, заблокованої активності, що не дає можливості розрядити порушення. У зв'язку із цим тривога розуміється як емоційний стан гострого болісного беззмістовного занепокоєння, що зв'язується в свідомості індивіда із прогнозуванням невдачі, небезпеки або ж очікування чого-небудь важливого, значного для людини в умовах невизначеності.

Дж. Макдугал зазначає що, коли сигнали тривоги не усвідомлюються людьми, як сигнали, які повідомляють про небезпеку (репрезентації, що завдають болю, відкидаються, чи розряджаються через дію), то такі пацієнти нічого не роблять для розв'язання проблем, котрі перед ними постають. Вони лише усвідомлюють все зростаючу потребу в ліках, їжі, наркотиках, алкоголі, поведінкових патернах, сексуальних подвигах [104, с. 123].

Джерелом тривоги, що формується, може стати будь-яке порушення збалансованості системи «людина-середовище», для якого властиві недостатність психічних і фізичних ресурсів індивідууму, а також побоювання, пов'язані з ймовірною нездатністю реалізувати значимі прагнення [210; 38; 50; 179].

Другим компонентом, який входить до негативного емоційного комплексу «Азарт», разом зі станом страху, є *інтерес* або *цікавість*. Є. П. Ільїн розглядає інтерес як стан і називає його реакцією зацікавленості. Зацікавитися – значить відчутти (усвідомити) інтерес до кого – або чого-небудь. Він вважає, що в інтересі як стані міститься інтелектуальний компонент – бажання знати, вольовий компонент – концентрація уваги на тому, що пізнається, та емоційний компонент – задоволення потреби в знанні. На рівні переживання стан інтересу проявляється почуттям захопленості, зачарованості, цікавості. При інтенсивному інтересі людина відчуває наснагу [73, с. 198-200].

Б. І. Додонов називає інтерес почуттям, що виникає в процесі виконання людиною цікавої діяльності (процесуальні інтереси). На його думку, це почуття успішно задоволеної потреби в бажаних переживаннях. При цьому, залежно від конкретного характеру діяльності інтерес буде виражатися через різні емоції, мати різну емоційну структуру. У той же час він вважає, що для того, щоб зрозуміти природу людських інтересів, їхню сутність треба шукати не в специфіці «почуттів інтересу», а в чомусь зовсім іншому. Це може бути й потреба в новизні, і привабливість невідомого, загадкового, і бажання відчутти задоволення від зробленого [58, с. 158].

Значне місце відводить інтересу К. Ізард. Він припускає наявність якоїсь внутрішньої емоції інтересу, що забезпечує селективну мотивацію процесів уваги й сприйняття. Інтерес розглядається К. Е. Ізардом як позитивна емоція, що людина переживає частіше всіх інших емоцій. На його думку, інтерес, як і подив, має вроджену природу. Однак К. Е. Ізард не ототожнює його із орієнтовним рефлексом та мимовільною увагою, хоча й указує, що остання може запускати емоцію інтересу й сприяти їй [72, с. 76].

Страх та інтерес водночас переживає гравець, коли очікує на результат гри. Ці емоційні стани здатні підсилювати один одного. Підсилення страху інстинктивно збільшує інтерес. Саме з цієї причини азартні гравці завжди роблять значущі ставки, для того, щоб виник страх втрати. Це рефлекторно підсилює інтерес та увагу до гри. На маленькі ставки грати нестрашно, тому і нецікаво.

Інтерес до процесу гри змушує зосереджуватися на вузькому об'єкті, що викликає цікавість. Страх та інтерес діють під час ризикованої ситуації, що штучно створюється в азартній грі, однаково, в одному руслі, приковує увагу людини. При цьому увага звужується на грі, через що азартні гравці здобувають патологічну «здатність» повністю відключатися під час гри від всіх проблем, втрачають почуття часу [207, с. 369].

Впродовж еволюції в людини сформувалось ставлення до об'єктів загрози як до чогось більш значущого, ніж до об'єктів задоволення. Від цього залежало виживання індивіда. Так проявляє себе інстинкт самозбереження. Тому те, що викликає страх, вимагає серйозного відношення. Азартна гра в цьому контексті сприймається патологічним гравцем як щось важливіше, ніж гра просто заради інтелектуального задоволення. І, щоб зробити процес ще більш драматичним та вагомим, він мимоволі підвищує ставки, збільшуючи ризик від можливих негативних наслідків [207, с. 369]. При цьому страх перед програшем має не менше значення, ніж бажання виграшу. Вони є ланками однієї ланцюгової реакції. Ф. Г. Щеглов робить припущення, що страх перед програшем надає азартній грі куди більше інтересу й значущості, ніж можливий виграш.

Програш переноситься гравцями дуже важко. Після великих програшів гравець відчуває провину і може переживати стан фрустрації.

Провина – емоційний стан, у якому знаходиться людина, яка порушила моральні або правові норми, що регулюють поведінку людей у суспільстві [73]. Гравці повідомляють, що відчувають сильне почуття провини після програшу, а після виграшу відчувають себе всесильними, всемогутніми.

Аналізуючи роботи психологів, Є. П. Ільїн підсумовує бачення ними стану провини:

1. Провина – це та напруга, що виникає в психіці людини при конфлікті між Понад-Я і Я; джерело переживання провини – страх перед авторитетом і страх перед Понад-Я (вимогами совісті).

2. Провина – моральний різновид тривоги, «тривога совісті».

3. Провина – це тривога щодо реального або уявного промаху. Переживання даного різновиду тривоги запускає особливий захисний механізм, за допомогою якого людина намагається заглидити або нейтралізувати збиток, нанесений його помилковими діями.

4. Провина – двукомпонентна емоція. Перший компонент – вербально-оціночна реакція людини («Я не повинен був робити цього!»), або каяття. У її основі лежить негативне ставлення до себе, самозвинувачення, пов'язане з усвідомленням або скоєної провини, або порушення власних моральних принципів. Визнання своєї провини («неправильного» вчинку), неправоти або зрадництва відносно власних переконань породжує другий компонент – вегетативно-вісцеральну реакцію із цілою гамою болісних і досить стійких переживань, що переслідують людину: каяття совісті, жаль про зроблене, незручність (сором) перед тим, кого скривдив, страх втратити дорогу людину чисто формальне, зовнішнє, нещире, що ввійшло у звичку або як розумовий висновок. Так, діти часто каються, але не виправляються.

5. З позиції теорії наuczіння, провина ототожнюється зі страхом перед покаранням.

6. Провина – самостійний феномен, що допомагає знижувати напругу та запобігати виникненню серйозних психічних порушень.

7. Переживання провини викликається самоосудом, супроводжується каяттям і зниженням самооцінки.

8. Передумови розвитку провини: прийняття загальних моральних цінностей; їх інтерналізація; здатність до самокритики, розвинена настільки, щоб сприймати протиріччя між інтерналізованими цінностями й реальною поведінкою.

9. Найпростіший спосіб позбутися почуття провини – прийняти його і дати йому поступово згаснути (цит. за [73]).

Ф. Г. Щеглов вважає, що для полегшення почуття провини азартні гравці фантазують на тему «матеріальної компенсації» завданого збитку в разі виграшу, займаються самовиправданням, перекладанням відповідальності на інших. Можна спостерігати самоізоляцію та контробвинувачення [207]. Систематично використовуючи контробвинувачення, гравець знаходиться в стані постійної безпідставної, але від цього не менш важкої образи.

Образа як емоційна реакція на несправедливе ставлення з боку когось з'являється, коли йдеться про почуття власної гідності людини, коли вона усвідомлює, що її незаслужено принижують. Образа як реакція на неуспіх легко виникає у дітей із завищеними самооцінкою й рівнем домагань. Вона може залишатися затаєною й або поступово проходить, або приводить до розробки плану помсти кривдникові. Нерідко образа переживається гостро, у вигляді гніву й веде до агресивних дій [73, с. 153]. Ф. Г. Щеглов про образу в азартних гравців говорить наступне: вона складається з двох частин – злості (агресії) та суму. В реальності азартного гравця ніхто не ображає, окрім нього самого. Спроби пред'явити можливі претензії казино чи своїм близьким ведуть лише до непорозуміння. Виникає відчуття душевного болю, суму. Така образа провокує гравця на помсту. На мові азартних гравців, помститися, значить, відігратися. Помста затягується на довгі роки [207, с. 373-374].

Поняття «*фрустрація*» походить від лат. *frustratio* – розлад (планів), катастрофа (здумів, надій), та використовується у двох значеннях: 1) акт блокування або переривання поведінки, спрямованої на досягнення значущої мети (тобто фрустраційна ситуація); 2) емоційний стан людини, що виникає після невдачі, незадоволення якої-небудь сильної потреби, докорів з боку. Останнє супроводжується виникненням сильних емоцій: ворожості, гніву, провини, досади, тривоги [73, с. 149].

Прояв фрустрованості в тій або іншій формі залежить від особистісних особливостей людини. Відіграє роль і рівень вихованості людини. Фрустраційні емоційні стани проявляються в формі образи, розчарування, досади, гніву, зневіри, суму й ін.

Особливе місце в розвитку ігрової залежності, на наш погляд, займає НЕК жалості до себе. У сучасному тлумачному словнику української мови жалість розглядається як співчутливе ставлення до чужого горя, переживання, інколи – як почуття скорботи, печалі, туги, смутку [177, с. 249]. У вільній енциклопедії (Вікіпедії) жалість до себе визначається як егоцентрично-астенічна реакція на стрес, що формується як модель поведінки з дитячого віку [65]. Жалість поєднує злість на агресора, що робить об'єкт жалюгідним та беззахисним, та страх перед тим же агресором: цей страх пригнічує злість та не дає їй виходу. Злість виступає як складова жалості, що трансформувалась в презирство до жертви, тобто, до самого себе. Азартний гравець, якому жаль самого себе, виступає одночасно як жертва, агресор та спостерігач. Механізм жалості є заученим з раннього дитинства. Його використовують для маніпуляцій іншими людьми та власною свідомістю. Суб'єктивна цінність полягає в отриманні «втішних призивів». В дитинстві це увага та подарунки батьків, а для азартного гравця – це сподівання на виграш [207, с. 376 – 378].

Тривога, страх, провини, агресія, образа, жалість до себе, накопичуючись, можуть сприяти виникненню субдепресивних станів та депресій [62, с. 18]. Зв'язок між депресіями і адикціями розглядає

Е. Соломон. Він зазначає, що залежністю керує безпомічна потреба повторювати щось руйнівне, а не фізіологічна реакція на повторювані дії. Але навіть фізична пристрасть до гри «пов'язана з активацією провідникових шляхів мозку, відповідальних за звикання, і багато з них викликають фізичні зміни, які в свою чергу ведуть до депресії» [173, с. 299]. Автор розглядає п'ять можливих варіантів взаєностосунків між залежністю та депресією, а саме: депресія може бути причиною зловживань; депресія може бути наслідком зловживань; депресія може модифікувати або посилювати зловживання; депресія може співіснувати із зловживаннями; депресія та залежність можуть бути причиною однієї й тієї ж хвороби. Аналізуючи погляди на проблему адикцій, Е. Соломон апелює до статистичних даних, головним висновком яких є те, що «близько третини всіх страждаючих на залежність мають той чи інший вид депресивного порушення ... зловживання починаються в ранньому підлітковому віці, коли в схильних до депресії сама хвороба ще не могла розвинути. Вони могли початись як спроба захисту від депресивної спрямованості, що розвивається» [173, с. 299].

Однією з характеристик емоційних станів належить ступінь усвідомленості суб'єктом того чи іншого стану. Центральне місце в цьому питанні займає ставлення людини до себе [145, с. 30]. Але ми зустрічаємось із певними перешкодами, які виникають у ігрозалежних при спробах описати та відстежити свій емоційний стан. Деякі автори говорять про труднощі в ідентифікації й описі гемблерами власних почуттів; про труднощі в розрізненні почуттів і тілесних відчуттів, зниження здатності до символізації, про що свідчить бідність фантазій й інших проявів уяви: фокусування більшою мірою на зовнішніх подіях, ніж на внутрішніх переживаннях, ознаки алекситимії [62; 88]. Особливо це стосується осіб з низьким рівнем інтелектуального розвитку. Наявність високого інтелекту може виступати як захисний фактор та основа для пошуку ресурсів подолання залежності.

Напрацьований спосіб зміни негативних емоційних станів через азартну гру, спроби стабілізувати або покращити свій емоційний стан у

комп'ютерних баталіях часто для ігрозалежних юнаків є єдиним відомим їм прийомом отримання задоволення. До цього додається ще невміння спілкуватись з однолітками та страх перед можливістю безпосередніх контактів.

Отже, теоретичний аналіз літератури на зазначену тему, дозволяє зробити наступні висновки:

У науковій літературі існують як тенденції взаємопідміни таких понять як емоції та емоційні стани, так і виділення цих понять як окремих одиниць. Емоційні стани доцільно розглядати як вид психічних станів, у яких емоційні характеристики виходять на передній план. Виникнення емоційних станів пов'язане з внутрішніми процесами, які лежать в основі формування емоцій. На початку гри можуть спостерігатися як позитивні, так і негативні емоційні стани, серед яких ейфорія, тривога, інтерес, провина, самотність, роздратування, цікавість, страх, агресія, образа, жалість до себе.

1.4. Психологічний аналіз специфіки психокорекційної допомоги ігрозалежним

У межах великої кількості психологічних напрімів існує своє бачення причин ігрової залежності. Відповідно можуть розглядатися і мішені для психокорекційного втручання. Кожна концепція описує значущий, важливий компонент розвитку порушення, що говорить про неоднозначність та багатогранність цього питання, а також вказує на актуальну потребу в комплексному підході до психокорекції ігрозалежності.

Д. В. Четвериков розглядає існування загальномедичної та психіатричної моделі проблеми залежностей. Психокорекційну роботу він пропонує розглядати в рамках ресоціалізуючого підходу, який включає таке базове поняття як «якість життя» [196].

Г. В. Старшенбаум, звертаючись до досвіду американських та європейських спеціалістів, що працюють над проблемами ігрової залежності,

говорить про необхідність ізоляції гравця від звичного оточення, використання фармакотерапії, психодинамічної терапії та імажинативної (від лат. *imago* – образ) терапії, коли людина уявляє себе здатною утриматись від гри в різних провокуючих ситуаціях. Автор також вказує на ефективність групової терапії, спрямованої на роботу з образами та емоціями, а також із проблемами спілкування, так як адикти відчують значні труднощі в цих сферах [175, с. 206].

У лікуванні ігрозалежності в США найбільш популярним є участь в групах взаємодопомоги «Анонімних гравців» (*Gamblers Anonymous*), яка працює за принципом «Анонімних алкоголіків». Використовуються публічні визнання, груповий тиск, приклад клієнтів, які кинули гру [231; 252].

В. В. Зайцев та В. І. Євдокимов, А. Ф. Шайдуліна в рамках проблемно-орієнтованої психотерапії розробили поетапний підхід до роботи з клієнтами, які мають ігрозалежність, а саме: діагностичний етап; етап формування психотерапевтичного контакту; використання когнітивно-поведінкової терапії [129].

Р. Р. Гаріфулін пропонує підійти до розгляду проблеми залежностей з позиції запропонованого ним пограничного аналізу, метою якого є «формування привабливих життєвих цінностей, які є більш значущими, аніж адиктивні цінності» [49, с. 236].

Оригінальну методику в роботі з ігрозалежністю пропонує О. О. Бухановський. Це індивідуалізована патогенетично орієнтована терапія залежності, яка передбачає «методику похорону смерті» [26].

У роботі з ігровою залежністю А. Щербаков та співавтори пропонують використання психодраматичного підходу [71].

І. П. Лисенко в роботі з залежностями розробила програму інтенсивної психологічної корекції розладів особистості, визначення патопсихологічних симптомомокомплексів, що виникли як наслідок зловживання алкоголем та наркотиками. Ця програма дозволяє значно покращити психічний стан хворого, сприяє тривалій ремісії та припиненню зловживання. Також

І. П. Лисенко звертає увагу на проблему співзалежності і пропонує програму психологічної корекції розладів, які виникають у співзалежних членів родини хворого [101].

Т. В. Агібалова, О. Ж. Бузик, Є. Н. Дінов розробили лікувально-реабілітаційну програму, яка включає три складові: медикаментозну, психотерапевтичну і соціальну. Вони вказують, що при плануванні і складанні лікувально-реабілітаційних програм для хворих, що страждають залежністю від азартних ігор, необхідно враховувати показники оцінки якості життя [2; 29; 56].

Високу ефективність показало застосування емоціонально-естетичної стресової психотерапії Г. І. Григор'єва. Досягнення ефективності лікувального впливу забезпечується зміною формули навіювання та використанням церковного досвіду боротьби з залежностями [4; 171].

Таким чином, методики, спрямовані на подолання адиктивної поведінки в цілому, та ігрозалежності, зокрема, обов'язково містять техніки, прямо чи опосередковано спрямовані на психокорекцію емоційних станів ігрозалежних.

Посилаючись на дослідників та практиків у роботі з ігрозалежністю, можна стверджувати, що подолання даної складної проблеми може відбутись лише у випадку комплексного підходу до її вирішення, коли до уваги береться як найбільше факторів, що складають причину виникнення ігрозалежності. Ми поділяємо думку науковців, що займались даною проблемою, в тому, що одним з визначальних чинників виникнення ігрозалежності є емоційна складова [61; 81; 111]. Оскільки саме емоційні стани супроводжують будь-яку діяльність особистості та є невід'ємною складовою протікання психічних процесів [7; 74; 98; 145], так як саме в юнацькому віці відбувається остаточне становлення та формування емоційної сфери особистості [80;108;120], засвідчуємо, що саме емоційні стани мають бути мішенню психокорекційного втручання в роботі з ігрозалежністю в юнацькому віці.

Зазначимо, що безпосередній вплив на емоційні стани є досить складним завданням, але на них можна впливати через попередні умови. Визначення попередніх умов формування емоційних станів дозволить визначити можливі та доступні мішені втручання з метою психокорекції емоційних станів ігрозалежних юнаків.

Цікавим, в даному контексті, є підхід Р. Пекруна, який вважає попередніми умовами виникнення тих чи інших емоційних станів вихідні властивості організму (когнітивні, перцептивні, рефлексивні), з одного боку, та поточні процеси, що викликають емоції, з іншого [130]. Поточні процеси, що викликають емоції, можуть впливати на організм ззовні (зовнішні стимули) або генеруватися самотійно. Це можуть бути уявлення та спогади про реальні або можливі події, оцінки, атрибуції та інше.

Підтвердження значущості когнітивної складової знаходимо в теорії когнітивного дисонансу Л. Фестінгера. Він вважає, що негативні емоції виникають як результат розбіжності бажаного та дійсного результатів. Для того, щоб позбавитись від дискомфорту, який супроводжує цей дисонанс, людина або прагне змінити власні очікування, так, щоб вони відповідали реальності, або отримати нові відомості, що будуть співпадати з попередніми намірами. З цієї позиції емоційні стани розглядаються як основна причина відповідних дій та вчинків [191]. На визначальному значенні когніцій наполягав автор двухфакторної теорії емоцій С. Шехтер. Він акцентував увагу на поєднанні двох компонентів – фізіологічного збудження і когнітивної інтерпретації цього збудження [72]. В цих теоріях ми знаходимо пояснення виникнення в ігрозалежних описаних вище когнітивних помилок, ірраціональних переконань та «ілюзії контролю».

Перцептивні та рефлексивні властивості організму як попередні умови виникнення емоційних станів знаходять своє підтвердження в теоріях Джеймса–Ланге та Кенона–Барда, які пов'язували нервово-м'язову реакцію організму на відповідні стимули та виникнення суб'єктивного емоційного переживання. В ігрозалежних юнаків спостерігаємо специфічні реакції, які

пов'язані з об'єктом потенціальної насолоди та задоволення, а саме: збудження, нетерпіння, бажання отримати у власний безпосередній доступ ігровий автомат або комп'ютерну гру. Дуже часто саме такий спосіб зняття внутрішньої напруги або позбавлення від нудьги є чи не єдиним відомим способом у ігрозалежних.

Інформаційна теорія емоцій П. В. Симонова розвиває ідею П. К. Анохіна про те, що якість емоції необхідно розглядати з позицій ефективності поведінки. Все сенсорне різноманіття емоцій зводиться до вміння швидко оцінити можливість чи неможливість активно діяти, тобто побічно прив'язується до активуючої системи мозку. Емоція представляється як сила, що управляє відповідною програмою дій і в якій зафіксовано якість цієї програми. З точки зору даної теорії, передбачається, що «... емоція є відображенням мозком людини і тварин актуальних потреб (їх якості й розміру) і вірогідності (можливості) їх задоволення, яку мозок оцінює на основі генетичного і раніше набутого індивідуального досвіду» [7].

Ю. Й. Олександров з точки зору системної психофізіології розглядає емоції як феномен сенсорної сфери, еквівалент свідомості та пояснює взаємини поведінки й емоцій. Він вважає, що емоції та свідомість регулюють поведінку на різних етапах онтогенезу [5].

Особливо актуальними стає вплив емоцій та свідомості саме у юнацькому віці, коли відбувається формування загальної емоційної спрямованості особистості, закладаються основи емоційного життя людини, відбувається вибір загального стилю життя та корекція ціннісних орієнтацій [108]. Баланс їх впливу сприяє розвитку самосвідомості, вибору системи цінностей, мети і сенсу, формуванню свободи відповідальності, усвідомленню та прийняттю себе і своєї системи саморегуляції в структурі особистості юнаків.

Посилаючись на роботи таких видатних науковців як П. К. Анохін, О. М. Леонтьєв, С. Л. Рубінштейн, П. В. Симонов, можна стверджувати, що поведінка та емоції дуже тісно взаємопов'язані: як поведінка впливає на емоційні стани, так, в свою чергу, емоційні стани впливають та обумовлюють

поведінкові реакції. Їх увагу привертала безпосередньо роль емоцій в управлінні поведінкою та діяльністю, оціночна роль емоцій, зв'язок емоцій з мотивами, як складовою діяльності, мотиваційна роль емоцій, спонукальна роль емоцій.

У контексті наукового дослідження ми звертали увагу на емоційні стани та специфічні поведінкові патерни, які передують виникненню ігрозалежності та супроводжують ігрозалежних юнаків.

Людина є істотою соціальною. Однією з умов нормального розвитку особистості є перебування в соціумі. Домінування тих чи інших емоційних станів багато в чому обумовлюють вікова специфіка та особливості перебігу соціальних взаємовідносин. Соціалізація емоційної сфери, як зазначає Є. П. Ільїн, відбувається вже в молодшому шкільному віці. У юнацькому віці домінують емоції, пов'язані з очікуванням майбутнього, «яке повинне принести щастя» [74, с. 402]. Саме для юнацтва характерними є стійкі прояви дружби, розуміння відповідальності та обов'язків, поява першого кохання. Перед юнаками, насамперед, стоять задачі самовизначення, формування світогляду, моральної свідомості та самосвідомості, відбувається зміна провідного типу діяльності, яким стає учбово-професійна діяльність. Саме для цього віку характерним є здійснення спроб відокремитись від батьків, спроб визначення власної ролі в соціальних стосунках.

Емоційні стани ігрозалежних юнаків, фактори й передумови їх виникнення, в рамках системного підходу виступають як єдиний організм з урахуванням внутрішніх зв'язків між окремими елементами і зовнішніх зв'язків з іншими системами та об'єктами [105]. В межах даної системи вони взаємообумовлюють один одного. Тобто, емоційні стани можна розглядати як системоутворюючий фактор, що поєднує когніції, поведінку та соціальну реалізацію особистості.

З метою подальшого дослідження проблеми та для визначення логіки емпіричної частини наукового дослідження ми виокремили з цілісної системи окремі структури, які поєднали як «попередні умови формування емоційних станів», що впливають на емоційні стани як чинники

ігрозалежності юнаків. До попередніх умов, виходячи з логіки наведеного теоретичного огляду, ми віднесли когнітивно-рефлексивну, поведінкову та соціальну складову, які відповідно позначили як «когнітивно-рефлексивний блок», «поведінковий блок» та «соціальний блок» (рис. 1.2). Кожен з визначених блоків містить ряд підструктур. Так підструктура когнітивно-рефлексивного блоку включає когнітивні помилки та ірраціональні вчинки, що знаходять відображення у різних агресивних проявах, роздратуванні, негативізмі, почутті провини і т. ін.; поведінковий блок включає ряд адиктивних патернів поведінки; до соціального блоку входять мікро- та макросоціальні фактори, які описані в попередніх параграфах.

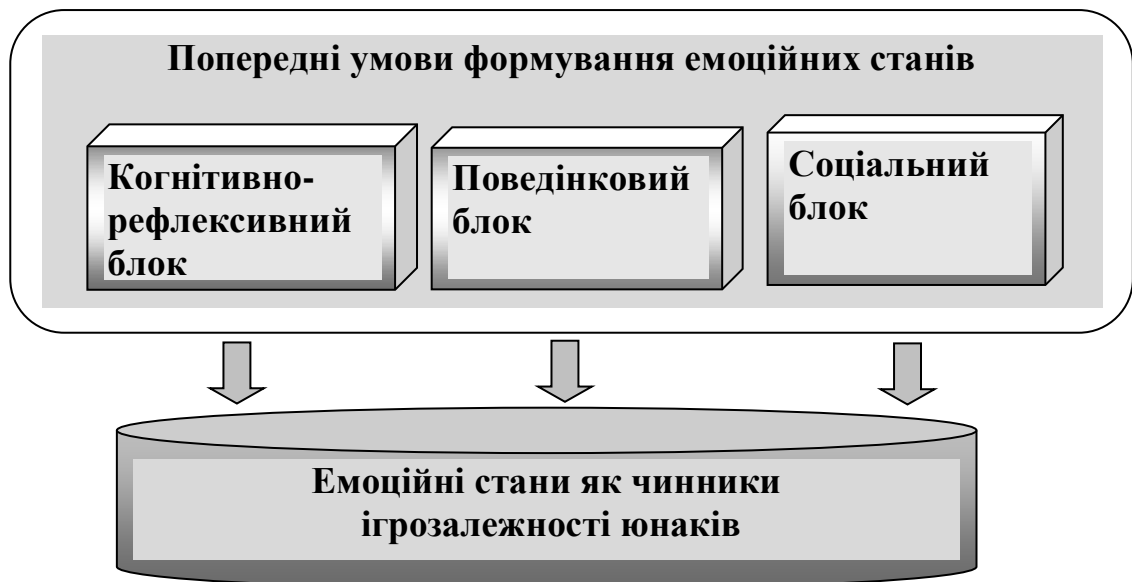


Рис. 1.2. Схема формування емоційних станів ігрозалежних юнаків.

Дана схема послугувала основою для наших подальших дослідницьких та психокорекційних втручань. У ній ми розглядаємо емоційні стани як системоутворюючий фактор, що взаємопов'язує особистісні, поведінкові та соціальні прояви ігрозалежних юнаків. Попередні умови формування емоційних станів, а саме: когнітивно-рефлексивний, поведінковий блоки та соціальний блок, на нашу думку, можуть стати безпосередніми об'єктами психокорекційного впливу. Підструктури цих блоків виступатимуть тими попередніми вихідними складовими, за рахунок яких буде відбуватись корекція емоційних станів ігрозалежних юнаків.

Отже, формування ігрозалежності безпосередньо пов'язане з емоційними станами і відбувається на емоційному рівні. Участь емоцій в управлінні поведінкою та діяльністю людини знайшло відображення в «інформаційній» теорії емоцій, яка відстоює функціональну єдність емоційних та мотиваційних процесів. Усвідомлення емоційного стану допомагає встановити ступінь контролю над поведінкою.

Психокорекційна робота з визначеними емоційними станами передбачає як прямі, так і опосередковані втручання, та потребує врахування попередніх умов виникнення емоційних станів ігрозалежних.

Висновки до першого розділу

Аналіз літератури засвідчує взаємозамінюваність таких понять як емоції та емоційні стани (Б. Г. Ананьєв, П. К. Анохін, В. К. Вілюнас, Б. І. Додонов, К. Е. Ізард, О. М. Леонт'єв, С. Л. Рубінштейн, П. В. Сімонов та ін.). У роботі ми використовуємо поняття «емоційні стани» як окремий вид психічних станів, в яких емоційні характеристики виходять на передній план, пов'язані з внутрішніми процесами та лежать в основі формування емоцій. Засвідчено визначальну роль емоційних станів в управлінні поведінкою та діяльністю людини. Усвідомлення емоційного стану сприяє встановленню контролю над поведінкою.

В існуючих класифікаціях ігрозалежності увага приділяється поведінковим, когнітивно-рефлексивним та соціальним характеристикам ігрозалежних осіб; однією з найбільш поширених класифікацій є класифікація Е. Джефнера, який виділяє випадкових, постійних, проблемних та патологічних гравців. Ігрозалежність ми розглядаємо як термін, в якому одночасно йдеться про ігрову та комп'ютерну залежності.

Формування наукових поглядів на психологію адиктивної поведінки відбувалось в рамках двох парадигм: соціально-психологічної та біомедичної. Головним інтегруючим напрямком дослідження адиктивної поведінки особистості, є *психологічний напрямок*, в рамках якого існують психодинамічний,

поведінково-когнітивний та екзистенціально-гуманістичний підходи з характерними для психологічної школи трактуваннями причин ігрозалежності.

Аналіз психолого-педагогічної літератури, присвячений особливостям юнацького віку, дозволив встановити, що саме цей віковий період стає визначальним при формуванні різних адикцій, в тому числі й ігрозалежності. Так як у юнацькому віці відбувається формування загальної емоційної спрямованості особистості, тобто, закріплення власної ієрархії цінностей тих чи інших переживань, саме цей етап розвитку має свої сильні сторони та певні переваги і ресурси утримання юнаків від здійснення адиктивних спроб.

Формування ігрозалежності відбувається в тому числі і на емоційному рівні і безпосередньо пов'язане з емоційними станами, як позитивними, так і негативними, які можуть спостерігатися в ігрозалежних перед початком гри (Д. Ходгінз, Н. Ель-Губалі, Ф. Г. Щеглов), а саме: ейфорія, тривога, інтерес, провина, самотність, роздратування, цікавість, страх, агресія, образа, жалість до себе.

Серед недосліджених аспектів проблеми ми виокремили наступні: ступінь розповсюдженості ігрозалежності серед юнаків, специфіка вміння розрізняти власні емоційні стани, особливості емоційних станів, які переважають у схильних до ігрової залежності юнаків. Розв'язання означених питань є завданням констатувальної частини експериментального дослідження.

Аналіз літератури з проблеми корекції адиктивної поведінки, в цілому, та ігрозалежності, зокрема, доводить, що у вітчизняній та зарубіжній психології існують значні напрацювання в межах даної тематики. Концепції реабілітації найчастіше включають медичний, психологічний та соціально-культурний аспекти. Але, за наявності різноманіття психологічних корекційних підходів, на сьогоднішній день психокорекція та профілактика ігрової залежності залишається актуальною проблемою, в межах якої продовжується пошук оптимальних стратегій та засобів впливу. Ми вважаємо за доцільне зосередити психокорекційні зусилля на емоційних станах ігрозалежних юнаків. Емоційні стани ми розглядаємо як системоутворюючий фактор, що поєднує когніції, поведінку та соціальну реалізацію особистості.

На основі аналізу сучасної наукової літератури, нами запропонована та обґрунтована схема зв'язку між ігрозалежністю, емоційними станами та попередніми умовами формування емоційних станів.

Розв'язання цього питання є завданням формувальної частини експериментального дослідження.

Результати, що надані в розділі, опубліковані в наступних працях автора:

1. Мотрук Т. О. Психодинамічні засади визначення чинників адиктивної поведінки / Т. О. Мотрук // Проблеми загальної та педагогічної психології : зб. Ін-ту психології імені Г. С. Костюка АПН України / [за ред. С. Д. Максименка]. – К., 2008. – Т. X. – Ч. 5. – С. 392–399.

2. Мотрук Т. О. Соціально-психологічні фактори ризику виникнення адиктивної поведінки в юнацькому віці / Т. О. Мотрук // Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія № 12. Психологічні науки : зб. наук. праць. – К. : НПУ імені М. П. Драгоманова, 2009. – № 26 (50). – Ч. I. – С. 304–309.

3. Мотрук Т. О. Аналіз психічних станів при ігровій залежності / Т. О. Мотрук // Практична психологія та соціальна робота. – 2009. – № 9. – С. 64–67.

4. Мотрук Т. О. Ігрова залежність: концепції, підходи, можливості корекції / Т. О. Мотрук // Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія 12. Психологічні науки : зб. наук. праць. – К. : НПУ імені М. П. Драгоманова, 2010. – № 31 (55). – С. 54–61.

5. Мотрук Т. О. Емоційні стани особистості як психологічний феномен / Т. О. Мотрук // Вісник Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна. Серія «Психологія». – 2010. – № 937. – С. 202–206.

6. Мотрук Т. О. Проблема впливу комп'ютерних ігор на дитину / Т. О. Мотрук // Трансформація особистості в умовах соціально-політичних та

економічних змін : матеріали Міжнар. наук.-практ. конф., 17–18 трав. 2007 р. – Чернівці : Рута, 2007. – С. 351–356.

7. Мотрук Т. О. До питання про формування адиктивної поведінки / Т. О. Мотрук // Матеріали науково-дослідної і науково-методичної конференції роботи кафедр СумДПУ імені А. С. Макаренка у 2007 р. – Суми : СумДПУ імені А. С. Макаренка, 2007. – С. 217–218.

8. Мотрук Т. О. Передумови виникнення ігрової залежності / Т. О. Мотрук // Педагогічна спадщина А. С. Макаренка у контексті сучасної гуманістичної освіти : зб. Всеукр. наук.-практ. конф. з міжнар. участю. – Суми : СумДПУ імені А. С. Макаренка, 2008. – С. 125–126.

9. Мотрук Т. О. До питань про емоційну складову адиктивної поведінки / Т. О. Мотрук // Матеріали науково-дослідної і науково-методичної конференції роботи кафедр СумДПУ імені А. С. Макаренка у 2007 р. – Суми : СумДПУ імені А. С. Макаренка, 2007. – С. 221–222.

10. Мотрук Т. О. Роль родини у формуванні залежної поведінки юнаків / Т. О. Мотрук // Методологія та технологія практичної психології у системі вищої освіти : тези доп. учасн. Другої міжнар. конф. ; М-во освіти і науки України НПДУ імені М. П. Драгоманова. Ін-т соціології, психології та управління. Каф. практич. психології та психотерапії. – К., 2009. – С. 127–129.

11. Мотрук Т. О. Різні підходи до проблеми ігрової залежності / Т. О. Мотрук // Освітні інновації: філософія, психологія, педагогіка : матеріали Міжнар. наук.-практ. конф. ; Сумський обл. ін-т післядиплом. освіти. – Суми : РВВ СОІППО, 2009. – С. 177–178.

12. Мотрук Т. О. Ігрозалежність як вид адиктивної поведінки в юнацькому віці / Т. О. Мотрук // Практична психологія у системі вищої освіти: теорія, результати досліджень, технології : монографія / [за ред. проф. Н. І. Пов'якель] ; авт. кол. каф. практич. психології та психотерапії. – К. : НПУ імені М. П. Драгоманова, 2009. – С. 269–280.

РОЗДІЛ 2

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ЕМОЦІЙНИХ СТАНІВ ІГРОЗАЛЕЖНИХ ЮНАКІВ

У розділі представлені теоретико-методичні основи дослідження емоційних станів ігрозалежних юнаків – характеризується комплекс психодіагностичних методів дослідження, дається кількісний та якісний аналіз результатів констатувального експерименту, на основі яких визначаються особливості емоційних станів ігрозалежних юнаків.

2.1. Методичні підходи до вивчення емоційних станів ігрозалежних юнаків

Пошук активного компетентного застосування, використання свого потенціалу притаманний активній людині будь-якого віку, але особливо актуальними ці питання постають у період юнацтва. Адже саме юнацтво робить перші кроки на довгому життєвому шляху пошуків та знахідок свого місця в житті. Для цього періоду характерним та притаманним як абсолютна переконаність у власних силах так і можливий розпач у випадку невдачі. Ігрова поведінка може розглядатись як відносно безпечна спроба набути одночасно нового соціального статусу дорослої людини, насамперед, у власній системі цінностей – я виграв гроші, я перейшов на вищій, складніший рівень гри і т. ін., значить, я чогось вартий. А з другого боку, залишитись у певному коконі дитячих розваг. Бажання пережити гострі відчуття, пошук нового притаманні цій віковій групі. В той же час, існує нерозуміння своїх емоційних станів, а часто і невміння вирізняти емоції та контролювати їх, що призводить до пошуку різноманітних стратегій зміни емоційних станів. Саме тому доцільним, на нашу думку, є дослідження

особливостей емоційних станів ігрозалежних в порівнянні з юнаками, в яких ігрозалежність відсутня.

Вважаємо за доцільне зосередити увагу на гендерній складовій нашої роботи. В даному контексті виникають, питання, пов'язані з необхідністю термінологічного уточнення поняття «юнаки» та доцільністю нашої науково-дослідницької та експериментальної роботи лише з особами чоловічої статі.

Визначення поняття «юнак», «юнаки» як у тлумачних словниках української мови, так і в психологічній літературі в термінологічних словниках має не однаковий зміст. В першу чергу, іменник «юнак» розглядають як такий, що має чоловічий рід та використовується для опису чоловіка, «який ще не досяг зрілості» [40]. Осіб даного віку жіночої статі частіше за все згадують, використовуючи термін «дівчата» [160]. Також термін «юнак» застосовується в розумінні «молодий вік», «юність». У такому випадку юнаками вважають молодих людей обох статей. У нашій роботі ми досліджували саме молодих людей чоловічої статі віком від 17 до 21 року.

За даними науковців, що працювали з проблемою ігрозалежності, поширеність проблемного гемблінгу юнацтва в 2–4 рази вище, ніж у дорослих [62; 253; 254]. Зазначено, що хвороблива пристрасть до комп'ютерних та азартних ігор частіше спостерігається в осіб чоловічої статі [61; 62; 232; 253; 254]. На відміну від чоловіків, жінки потрапляють у ігрову залежність у більш зрілому віці (від 21 до 55 років). У цій віковій категорії кожен третій патологічний гравець – жінка.

У даному дослідженні розповсюдження ігрозалежності у визначеній віковій категорії ми ставили перед собою завдання дослідити проблему в групі, що вважається науковцями зоною найбільшого ризику виникнення ігрозалежності, враховуючи такі фактори як юнацький вік та чоловіча стать.

Виникнення ігрозалежності в юнацькому віці безпосередньо пов'язане з емоційними станами, оскільки:

1) саме в юнацькому віці відбувається формування загальної емоційної спрямованості особистості, тобто, закріплення власної ієрархії цінностей тих чи інших переживань;

2) юнаки гостро відчують потребу в сильних (не обов'язково позитивних) емоційних переживаннях;

3) в процесі гри виникає відчуття власної компетенції;

4) відсутні інші варіанти отримання яскравих переживань у активному користуванні / доступі / ігрозалежних юнаків;

5) існує бажання набути соціальної та індивідуальної значущості та не повне розуміння ролі власної відповідальності в цьому процесі.

Напрацьований спосіб зміни негативних емоційних станів через азартну гру, спроби стабілізувати або покращити свій емоційний стан у комп'ютерних баталіях часто для наших респондентів є єдиним відомим їм прийомом отримання задоволення. До цього додається ще невміння спілкуватись з однолітками та страх перед можливістю безпосередніх контактів.

За основу схеми дослідження емоційних станів ігрозалежних юнаків ми брали схему зв'язку між ігрозалежністю, емоційними станами та попередніми умовами формування емоційних станів, яку обґрунтували в першому розділі дослідження. Ми виходили з того, що між ігрозалежністю та емоційними станами існує взаємовплив: емоційні стани виступають як чинник у формуванні ігрозалежності, а наявність ігрозалежної поведінки, в свою чергу, впливає на модальність, полярність та тривалість емоційних станів. Присутність такого взаємозв'язку дозволяє говорити про існування емоційних станів, властивих саме ігрозалежним.

Дослідження емоційних станів ігрозалежних юнаків з метою подальшого психокорекційного впливу, передбачає врахування попередніх умов формування емоційних станів. Такими умовами в нашій роботі виступають підструктури когнітивно-рефлексивного, поведінкового, соціального блоків.

Конкретизованою метою констатувальної частини нашої роботи є визначення розповсюдження проблеми ігрозалежності юнаків та дослідження особливостей їх психоемоційних станів. Обрана мета зумовила такі конкретні завдання констатувальної частини дослідження:

1. З'ясувати стан поширеності проблеми ігрозалежності серед юнаків, для чого провести діагностику в межах вікової категорії юнацтва проблеми ігрозалежності.

2. Експериментально дослідити комплекс емоційних станів, притаманний ігрозалежним юнакам.

3. Провести дослідження психоемоційних особливостей юнаків з наявністю та відсутністю ігрової залежності та визначити особливості емоційних станів, які притаманні ігрозалежним юнакам.

4. Дослідити зв'язок між ігрозалежною поведінкою та емоційними станами.

5. Дослідити попередні умови виникнення емоційних станів ігрозалежних, які можна визначити як підструктури когнітивно-рефлексивного, поведінкового та соціального блоків.

Для розв'язання поставлених завдань та перевірки висунутого припущення застосовувався комплекс психодіагностичних методик. З метою дослідження поширення в межах вікової категорії юнацтва ігрової та комп'ютерної залежностей ми використовували опитувальник «Анти-гемблінг», опитувальник «Визначення залежності від комп'ютерних ігор», метод репертуарних решіток Дж. Келлі; вивчення психічних станів ігрозалежних юнаків – «Діагностика оперативної оцінки самопочуття, активності і настрою» (адаптована методика «САН») [143], методика «Когнітивна самооцінка базальних емоцій» Т. Дембо [143], методика «Шкала диференціальних емоцій» [143], методика «Діагностика суб'єктивного відчуття самотності» Д. Рассела та М. Фергюсона [188, с. 146-150], методика «Самооцінка тривожності» за Ч. Спілбергером [143, с. 376]; вивчення особистості ігрозалежних юнаків – методика «Діагностика показників і форм

агресії» А. Басса та А. Дарки [143], «Діагностика схильності до адиктивної поведінки» А. Н. Орла [143], методика «Незакінчені речення» Сакса та Леві [143]. Одержані експериментальні результати опрацьовувались відповідно до вимог статистичного аналізу з якісною інтерпретацією та змістовним узагальненням.

При включенні в методичний апарат дослідження діагностичних методик ми спирались на критерії, відповідно до яких і здійснювався їх підбір: методична обґрунтованість; висока валідність; можливість співставлення результатів у різних групах досліджуваних; можливість встановлення зв'язку й залежності між явищами різного роду. Також ми використовували опитування – метод збору первісних даних на основі вербальної комунікації. Цей метод дає змогу отримати інформацію про стійкі нахили, мотиви тих чи інших вчинків, про суб'єктивні стани [32].

Дослідницько-експериментальна робота проводилася впродовж 2008 – 2011 років. В ньому брали участь юнаки віком від 17 до 21 року. Різними видами дослідно-експериментальної роботи було охоплено 524 респондента.

Вибірка визначена за допомогою процедури рандомізації, або випадкового відбору. Подібна процедура використовується для створення простих випадкових вибірок. Використання такої вибірки ґрунтується на припущенні, що кожен член популяції з рівною ймовірністю може потрапити до вибірки [60]. Ми виходили з того, що юнаки, віком від 17 до 21 року переважно є учнями або студентами певних навчальних закладів. За інформацією, яка наведена Державною службою статистики України [53] розподіл чисельності учнів, слухачів і студентів навчальних закладів України для визначеного вікового періоду за даними на 2010 рік такі: другий етап середньої освіти – 23,3%; після середня, не вища освіта – 5%; перший етап вищої освіти (ВНЗ I-II рівня акредитації) – 9,8%; перший етап вищої освіти (ВНЗ III-IV рівня акредитації) – 61,9%. Відповідно до наведеного статистичного розподілу відсотків юнаків, ми добирали респондентів серед учнівської та студентської молоді. Це одинадцятикласники Сумських

загальноосвітніх шкіл – 116 юнаків, учні Сумського професійно-технічного ліцею № 12 – 29 юнаків, студенти 1–2 курсів Сумського державного університету – 178 юнаків, студенти 1–2 курсів Сумського державного педагогічного університету імені А. С. Макаренка – 144 юнаків, студенти машинобудівного коледжу Сумського державного університету – 57 юнаків.

Достовірність та надійність отриманих результатів визначалась репрезентативністю вибірки респондентів; створенням адекватних умов обстеження, віковою та статевою репрезентативністю досліджуваних. Одержані експериментальні результати опрацьовано відповідно до вимог статистичного аналізу з якісною інтерпретацією та змістовним узагальненням. У роботі використано: методи комп'ютерної обробки експериментальних результатів (програма SPSS Statistics 17.0), а саме: одновибірковий критерій Колмогорова – Смірнова, групові статистики, ранжування, t – критерій рівності середніх Стюдента, критерій рівності дисперсій Лівіня, кореляція Пірсона, а також комп'ютерної програми Microsoft Office Excel (2007) та методи якісної інтерпретації результатів дослідження.

Розглянемо детальніше використаний нами психологічний інструментарій.

Основу опитувальника «Анти-гемблінг» [86] складають питання з Міжнародної класифікації хвороб (МКБ-10) та діагностичного керівництва з психічних розладів (Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM-IV)). Цей опитувальник дозволяє визначити як ознаки залежності, що починається, так і тієї, що вже має місце. Хоча автор зазначає, що ігрозалежні часто не критичні до себе, і тому, рекомендує тест родичам та близьким ігрозалежного, з метою підтвердження чи відмови від побоювань. Опитувальник «Визначення залежності від комп'ютерних ігор», як і попередній, не має діагностичних критеріїв, для оцінки глибини існуючої проблеми. Він, перш за все, вказує на її можливу наявність: «якщо ви в сумі отримали 5 та більше балів, скоріш за все у вас є прояви залежності»

[86, с. 92]. Відповідно до задач дослідження ми оцінювали відповіді респондентів наступним чином: відповідно до опитувальника «Анти-гемблінг» розглядати респондентів, що отримали від 0 до 4 балів як випадкових гравців або тих, що взагалі не грають в азартні ігри, тих, що отримали 5 та більше балів – як таких, що мають ознаки ігорзалежності. Опитувальник «Визначення залежності від комп'ютерних ігор» складено таким чином, що респонденти, які відповіли стверджувально на 5 питань, вже можуть бути зараховані в групу ігорзалежних.

Маємо зазначити, що ми не знайшли україномовних методик, для діагностики даної проблеми. Всі вищезазначені методики діагностики є російськомовними.

Таким чином, ми опинились перед необхідністю пошуку методики дослідження, яка відповідає б вирішенню наступних завдань:

- бути ефективним інструментом, який дозволяє не тільки класифікувати, оцінювати або отримувати шкали переваг, але й зрозуміти та врахувати індивідуальне ставлення;
- бути засобом самоаналізу;
- мати можливість оцінки в динаміці;
- відповідати вимогам валідності та надійності до діагностичного інструментарію;
- бути зручною у виконанні та обробці даних.

Гнучкість та ефективність репертуарних методик, якість та кількість отриманої за їх допомогою інформації дозволяють використовувати їх для розв'язання широкого кола задач. Як зазначає М. В. Язневич, техніка репертуарних решіток не є тестом у звичайному розумінні слова, тому що вона не має основною метою порівняння оцінок і реакцій людини з якимись груповими даними (хоча це теж можливо); вона може розумітися як інструмент спонукання людей до експлікації їх особистої системи [220].

Репертуарна решітка – це матриця, яку заповнює або сам суб'єкт, або разом з експериментатором в ході бесіди. Стівці матриці – група об'єктів,

які в даній традиції називаються елементами. Це можуть бути люди, предмети, ознаки, звуки, кольори – все, що цікавить дослідника. Рядки матриці представляють собою конструкти, які або задаються дослідником, або виявляються в суб'єкта дослідження [188, с. 7].

За основу моделі використаної нами репертуарної решітки ми взяли решітку, описану Дж. Келлі під назвою «репертуарний тест ситуаційних можливостей», яка згадується в роботі Ф. Франсели, Д. Баністера як «Решітка залежності» [188]. При роботі з решіткою такого типу клієнт встановлює зв'язки між людьми та ситуаціями. Автори дають наступний алгоритм роботи за цією моделлю: в конкретному експерименті суб'єкту дають рольовий список та набір ситуацій, адекватних цьому списку. При цьому, суб'єкт підставляє в нього відповідні імена, а також записує місце та час, коли потрапив у скрутне становище. Потім він відмічає хрестиком людей, до яких він би звернувся за допомогою в конкретній ситуації [188, с. 93–95]. Цей метод репертуарних решіток не призначений для оцінок рівня залежності – незалежності людини відносно будь-якої загальної шкали. Задача дослідження полягає в тому, щоб «виявити притаманний кожній людині розподіл залежностей» [188, с. 94].

Дж. Келлі, як автор методу репертуарних решіток, вважав Теорію конструктів «зручним підходом для розуміння теоретичних проблем проникнення у внутрішній світ людини» [237]. Використання даного варіанту репертуарних решіток для розв'язання завдань дослідження не є самостійною методикою або її модифікацією, а лише конкретизованою формою застосування «решітки залежності».

Відповідно до завдань дослідження, ми запропонували репертуарну решітку, яка включає наступні елементи: 1) елементи, що включають проблеми, пов'язані з конкретними проблемними ситуаціями; 2) елементи з указаними психічними станами. Елементи ми обирали так, щоб вони представляли репрезентативну вибірку, відносно досліджуваної області. До «Блоку А», в якому в якості елементів виступають життєві ситуації та проблеми, пов'язані з

різними чинниками, ввійшли наступні елементи: 1) проблеми, пов'язані з фінансами: з боргами; з бідністю, непостійними доходами; з несподіваною фінансовою прибутком; 2) проблеми, пов'язані з відносинами в родині, а саме: батьками; ревностями; нерозумінням; обманом (доводилось брехати); 3) проблеми, пов'язані з наркотиками; 4) проблеми, пов'язані з алкоголем; 5) проблеми, пов'язані з роботою, навчанням; 6) проблеми, пов'язані з правопорушеннями; 7) проблеми, пов'язані зі здоров'ям.

У «Блоці В», відповідно з завданнями наукового пошуку, в якості елементів виступають наступні психічні стани: самотність; стрес; сором; нудьга; страх; тривога; смуток; почуття провини; зниклої; безпорадність; неспокій; дратівливість; відчай; інтерес; радість; емоціональний комфорт; збуджений, ейфоричний стан.

Основним поняттям в теорії Дж. Келлі є поняття конструкта. Конструкт – це особливий суб'єктивний засіб, який утворений (сконструйований) самою людиною, проведений (валідизований) на практиці, той, що допомагає їй сприймати і розуміти (конструювати) оточуючу дійсність, прогнозувати та оцінювати події [188, с. 16]. Конструкти – це не вербальні ярлики, а реальні способи диференціації елементів. За висловом Дж. Келлі, вербальний «ярлик» – це просто «крюк», яким ми «заціплюємо» реальні конструкти. Тобто, задати можна лише вербальні назви, до яких досліджувані прив'яжуть свої власні конструкти [188, с. 176]. Якщо задані вербальні найменування зрозумілі суб'єкту дослідження і є значущими для нього, пишуть Ф. Франсела. та Д. Баністер, то немає різниці в тому, як досліджуваний використовує задані чи виявлені конструкти. Якщо задані вербальні ярлики не мають для людини достатньої значущості, то «ми скоро виявимо різницю в тім, як досліджуваний використовує задані та виявлені конструкти» [188, с. 177].

До конструктів ми віднесли соціально схвалювані та рекомендовані чинники, та чинники, які сприяють виникненню ігрової або комп'ютерної залежності.

Для того щоб задати конструкти «Блоку І», нами було проведене анонімне опитування серед студентів 1 курсу, які відповідали на такі питання: «Де, з ким, як, на Вашу думку, можна проводити вільний від навчання час». Серед відповідей ми обрали 10 варіантів, які позначили як соціально схвалювані. До них ввійшли наступні відповіді: з членами родини, друзями, значущими іншими (вчителем, тренером, психологом, лікарем); наодинці з собою; займаючись спортом, фізкультурою; відвідуючи кінотеатри, концерти; за читанням книг; у подорожах; захопленнях. Ми припускаємо, що найбільш часто використовувані конструкти в групі є значущими і для індивіда. Однак, оскільки ці конструкти відібрані із загального набору виявлених конструктів, то вони, в прямому сенсі, не є ані «заданими», ані «виявленими» [188, с. 54-55].

«Блок II» містить конструкти, які мають безпосереднє відношення до дослідження, а саме: блок чинників, які сприяють виникненню ігрової або комп'ютерної залежності. Частина конструктів, яка стосується комп'ютерної залежності задана відповідно до класифікації О. Г. Шмельова. Це рольові комп'ютерні ігри: ігри з виглядом «з очей» «свого» комп'ютерного героя; ігри з видом ззовні на «свого» комп'ютерного героя; нерольові комп'ютерні ігри: аркади; головоломки; ігри на швидкість реакції; традиційно азартні ігри – комп'ютерні варіанти грального репертуару казино.

Окремими конструктами винесено варіант казино та інтернет-спілкування. Один з респондентів наполягав саме на необхідності включення останнього конструкта, оскільки, на його думку, частим варіантом є саме поєднання інтернет-спілкування та on-line ігор. Таким чином, ми отримали конструкти, відкриті для доповнення та привнесення учасниками опитування власних варіантів, що безперечно, є показником суб'єктної орієнтованості цієї методики.

Оскільки наша методика включає по два блоки елементів та конструктів, то, фактично, ми отримали чотири репертуарні решітки: «Решітка А1», «Решітка А2», «Решітка В1» та «Решітка В2».

Під час роботи з «Решіткою А1» суб'єкт дослідження встановлює зв'язки між проблемними ситуаціями та соціально схвалюваними і соціально рекомендованими способами їх вирішення. Ця решітка надає інформацію про те, чи звертається досліджуваний за допомогою до всіх і кожного, або має звичку шукати допомоги однієї людини [188, с. 94], якою є поведінкова стратегія обстежуваної людини. Тенденція обирати щось одне, так само як і обирати все і всіх, на думку Дж. Келлі вказує на наявність «недиференційованої залежності», яка свідчить про погану адаптацію.

«Решітка А2» вказує на зв'язок між проблемними ситуаціями та варіантами втечі від реальності у віртуальному світі та азартних розвагах. Відхід від реальності в світ гри, так же як і в світ фантазій, свідчить про особистісну незрілість людини. За інформацією, яку наводить С. Н. Єніколопов, багато хто з «Анонімних гравців» признавали, що раніше не бажали дорослішати. Прагнення уникнути відповідальності в результаті ставало їх нав'язливою ідеєю [62]. За нелогічною постійною упевненістю у виграші ховаються інфантильні фантазії всемогутності, очікування необмеженого задоволення своїх бажань. У тих випадках, коли досліджуваним конструкти другого блоку незнайомі або не мають достатньої значущості, можна припустити, що азартні та комп'ютерні ігри не займають важливого місця в їх житті.

«Решітка В1» демонструє зв'язок між конкретними емоційними станами та людьми і ситуаціями, які з ними пов'язані. Аналіз отриманих результатів цієї решітки визначає як напруження, яке виникає в контактах із оточенням, так і ресурсні можливості суб'єкту опитування для подолання цієї напруги.

На думку Ц. П. Короленка, суть адиктивної поведінки полягає в тому, що, прагнучи піти від реальності, люди намагаються штучним шляхом змінити свій психічний стан, що дає їм ілюзію безпеки, відновлення рівноваги [81]. Тому «Решітка В2» виявляє розуміння суб'єктом опитування взаємозв'язку між власними психічними станами та бажанням уникнути проблем за допомогою азартних ігор або у вигаданому світі.

Техніка репертуарних решіток у роботі з ігрозалежними може бути як засобом діагностики проблеми залежності, наприклад, коли опитуваний пов'язує ситуаційні проблеми та початок гри, так і засобом самоаналізу, наочним та легким у виконанні. В процесі роботи з решітками В1 та В2 виявляються зв'язки між проблемами, емоційними станами, та початком гри, які, можливо, не повністю усвідомлювались суб'єктами опитування. Це розуміння стає одним із перших кроків на шляху психокорекційної роботи з проблемою ігрової або комп'ютерної залежності. Інформація, отримана за допомогою решіток А1 та А2 вказує нам на наявність у респондента вже існуючих на сьогоднішній день особистісних контактів, певних моделей подолання різних проблем та способів самовідновлення. Ця інформація може бути використаною в корекційній роботі для утворення фундаменту подальшого розвитку особистості для звільнення від залежностей та набуття незалежності, а саме свободи.

Важливими діагностичними показниками які можна дослідити за допомогою даного метода є показники індивідуальної активності респондента. До них ми відносимо: 1) середню кількість імплікацій в решітці – відношення суми загальної кількості імплікацій у решітці до кількості респондентів, яким належать ці відповіді; 2) показники насиченості (пН) – процентне відношення здійснених імплікацій (середня кількість імплікацій) до загальної кількості можливих імплікацій у решітці; 3) індекс різниці активності (інРА), який демонструє різницю в активності респондентів при заповненні запропонованих наборів репертуарних решіток – це відсоток від суми середніх, показує процент імплікацій в решітках з однаковими елементами, фактично порівнюючи дві підсистеми конструктивів.

Робота з респондентами з використанням техніки репертуарних решіток може відбуватись як при індивідуальній роботі, так і під час роботи з групою. В інструкції до цієї методики пропонується помітити галочками в горизонтальних рядках опитувальника, наступне: з ким і де хотілось би бути разом, чим займатись, у випадку виникнення проблеми (блок А); з ким, де і

коли переживалися вказані нижче емоційні стани (блок В). Якщо варіантів декілька, то їх також бажано відмітити галочкою.

Для того, щоб мати можливість порівнювати інформацію, отриману за допомогою наших репертуарних решіток, наприклад, А1 та В1, А2 та В2, ми вводимо коефіцієнти перерахунку. Для даних, отриманих в решітках А1 та А2 він дорівнює «3», а для даних, отриманих в решітках В1 та В2 він дорівнює «2». Ми маємо можливість наочно оцінити, що є на думку респондента поштовхом до початку комп'ютерної або азартної гри – проблеми (А2) чи емоційний стан (В2), а можливо, але не обов'язково, їх поєднання.

Важливо підкреслити, що техніка репертуарних решіток не вкладається в традиційні психометричні канони. Техніка репертуарних решіток, по суті, є не ще одним новим методичним прийомом, а особливим індивідуально орієнтованим підходом до суб'єктивного шкалювання, багато в чому більш загальним, ніж існували до нього [141].

Особливо слід підкреслити надійність та валідність техніки репертуарних решіток. Надійність, по Дж. Келлі, – це нечутливість тесту до змін. Традиційні уявлення про надійність тестів в руслі техніки репертуарних решіток були переглянуті: відтворюваність і консистентність результатів стали розглядатися як характеристики не інструмента, а людини, що заповнює решітку [141]. Говорячи про надійність техніки репертуарних решіток, Ф. Франсела та Д. Баністер нагадують, що за терміном «надійність» ховається велика проблемна область, пов'язана з дослідженням способів, за допомогою яких люди зберігають свою незмінність або змінюють свої підсистеми конструктів: «Ми аналізуємо решітку не для того, щоб виявити результати, які повторюються, а для того, щоб, виявивши зміни, зрозуміти, що вони значать». Цінність решітки, на думку авторів, має визначатись «не її високою чи низькою надійністю, а можливістю за її допомогою досліджувати і уточнювати ці проблеми» [188, с. 145].

Джордж Келлі, а також автори посібника з застосування репертуарних особистісних методик Ф. Франсела і Д. Баністер відкидають по відношенню

до репертуарних решіток прирівнювання валідності до ступеня корекції з іншим тестом [188]. Дж. Келлі вважав, що валідність треба прирівнювати до корисності, і вважав найбільш корисною властивістю інструменту можливість проникати у внутрішній світ людини. Таким чином, валідність визначається тими можливостями, які вона представляє для вдосконалення системи конструктів [188, с 149]. Переваги решітки, за словами Ф. Франсели та Д. Баністера, полягають в тому, що її валідність не тільки визначається здатністю диференціювати групи до початку і після експерименту, але і дозволяє перевіряти гіпотези щодо відмінностей у психологічних процесах у представників різних груп. До інформативних даних, які отримані від однієї конкретної людини, можна застосувати весь арсенал статистичних методів, традиційно використовуваних для групових даних.

II блок методик – діагностика емоційних станів ігрозалежних юнаків.

Методика «Шкала диференціальних емоцій» [74, с. 492-493]. Шкала диференціальних емоцій (ШДЕ) – інструмент самозвітів, створений для оцінки вираження індивідом фундаментальних емоцій або комплексів емоцій. Вона являє собою список загальноновживаних визначень, які у той же час стандартизовані і переводять індивідуальний опис емоційного переживання в окремі категорії емоцій. За допомогою цієї шкали можна оцінювати цілий ряд емоцій людини. Ми використовували першу шкалу методики, яка дозволяє оцінити зазначені емоційні стани в момент опитування Шкала складається з 30 прикметників (по три для кожної з 10 фундаментальних емоцій). Інструкція до методики вимагає від індивіда оцінити за п'ятибальною шкалою інтенсивності ступінь точності, з якою кожне слово описує те, що він відчуває в цей час. Нижче дається перелік слів, що відображають різні емоційні переживання. Підраховується сума балів, набрана під час відповідей для кожної емоції. Діапазон вираженості емоції – від 0 до 15 балів. Ми оцінювали рівень вираженості емоцій як низький, коли респондент набрав від 1 до 5 балів, як середній – від 6 до 10 балів, як

високий – від 10 до 15 балів. Порівняння суми балів виявляє переважаючу в плінний момент емоцію.

Методика когнітивної самооцінки базальних емоцій Т Дембо [74, с. 493]. В якості шкал вибираються чотири емоції – радість, гнів, страх і смуток. Випробуваному дається письмова інструкція і аркуш паперу з чотирма паралельними вертикальними відрізками прямих (кожен відрізок має довжину 100 мм, не градуирований, позначені словами тільки його кінці: нижній – «мінімум», верхній – «максимум»). Кожен відрізок є шкалою, на якій випробуваний повинен хрестиком відзначити своє місце у випадку стосовно здоров'я, почуття оптимізму (радість), схильності до проявів почуття гніву, тривоги (страху) і смутку. Шкала «здоров'я» дається для ознайомлення випробуваного із завданням, оцінка по ній не враховується. Дані по іншим шкалами виражаються кількісно: числом міліметрів від початку шкали до хрестика, поставленого випробуваним (у %).

Особливостями модифікованої методики Т. Дембо є глобальність оцінки та гранична відвертість цілей експерименту. Недоліком методики є можлива нещирість випробуваного, можлива відсутність у нього рефлексивного досвіду.

Методика, запропонована Ч. Д. Спілбергером дозволяє диференційовано виміряти тривожність як особистісну властивість (рівень особистісної тривожності) та тривожність як емоційний стан (рівень ситуативної тривожності). Бланк шкал самооцінки Ч. Д. Спілбергера включає 40 питань із яких 20 – призначені для оцінки рівня ситуативної тривожності (СТ) і 20 – для оцінки рівня особистої тривожності (ОТ). Підсумковий показник за особистісною і ситуативною шкалою знаходиться в діапазоні від 20 до 80 балів. Чим вище показник, тим вищий рівень тривожності. При інтерпретації показників можна орієнтуватися на приближені оцінки рівня тривожності: до 30 балів – низька, 31- 44 бали – помірна, 45 і більш – висока [143, с. 376].

Методика Д. Рассела та М. Фергюсона «Шкала самотності» спрямована на дослідження рівня відчуття своєї самотності. Респондентам

пропонується 20 тверджень, які оцінюються їм з точки зору частоти їх проявів у власному житті. Дана методика дозволяє діагностувати три рівні самотності: 1) низький, коли людина переважно орієнтована на взаємодію з іншими людьми (від 0 до 20 балів); 2) середній, який обумовлений швидше за станом вимушеної ізоляції або природною потребою людини (від 20 до 40 балів); 3) високий, пов'язаний із соціальною ізоляцією, тривожністю або депресією (від 40 до 60 балів). Останній рівень вимагає певної корекції.

III блок методик – вивчення особистості ігрозалежних юнаків.

Для вивчення агресивності ми використовували методику А. Басса і А. Дарки [143, с. 174–180]. В опитувальнику диференціюються прояви агресії і ворожості. Автори виділили наступні види реакцій:

1. Фізична агресія – використання фізичної сили проти іншої особи.
2. Непряма агресія – обхідним шляхом спрямована на іншу особу або ні на кого не спрямована.
3. Роздратування – готовність до прояву негативних почуттів при найменшому порушенні (запальність, грубість).
4. Негативізм – опозиційна манера в поведінці від пасивного опору до активної боротьби проти усталених звичаїв і законів.
5. Образа – задрість і ненависть до оточуючих за дійсні та вигадані дії.
6. Підозрілість – в діапазоні від недовіри і обережності по відношенню до людей до переконання в тому, що інші люди планують та приносять шкоду.
7. Вербальна агресія – вираз негативних почуттів як через форму (крик, виск), так і через зміст словесних відповідей (прокляття, погрози).
8. Почуття провини – висловлює можливе переконання суб'єкта в тому, що він є поганою людиною, що надходить зло, а також відчуються їм докори сумління.

Опитувальник складається з 75 тверджень, на які опитуваний відповідає «так» чи «ні». Відповіді оцінюються за вісьмома шкалами.

При складанні опитувальника використовувалися принципи: 1) питання може відноситися тільки до однієї форми агресії; 2) питання

формулюються таким чином, щоб найбільшою мірою послабити вплив громадського схвалення відповіді на запитання.

Відповідно завданням дослідження одержані результати ми розглядали з позиції низького, середнього та високого ступеню вираженості досліджуваної характеристики. Відповідно, до 40 балів – низький рівень, від 40 до 60 – середній рівень, від 60 і вище – високий рівень вираженості досліджуваної характеристики.

Ігрозалежність розглядають як один з видів адикцій або адиктивної поведінки. Адикції належать до більш широкого поняття девіантної поведінки. Така поведінка характеризується відхиленням від прийнятих моральних, а в деяких випадках і правових норм. З метою з'ясування наявності девіантних тенденцій у наших респондентів, нами було використано методику діагностики схильності до адиктивної поведінки А. Н. Орел [219, с. 82–88], яка є стандартизованим тест – опитувальником, призначеним для вимірювання готовності (схильності) підлітків до реалізації різних форм адиктивної поведінки. Опитувальник представляє собою набір спеціалізованих психодіагностичних шкал, спрямованих на вимірювання готовності (схильності) до реалізації окремих форм девіантної поведінки.

Методика передбачає облік і корекцію установки на соціально бажані відповіді випробовуваних.

Шкали опитувальника діляться на змістовні та службові. Змістовні шкали спрямовані на вимірювання психологічного змісту комплексу пов'язаних між собою форм девіантної поведінки, тобто соціальних та особистісних установок, які стоять за цими поведінковими проявами.

Службова шкала призначена для вимірювання схильності випробуваного давати про себе соціально – схвалювану інформацію, оцінки достовірності результатів опитувальника в цілому, а також для корекції результатів по змістовним шкалами залежно від вираженості установки випробуваного на соціально – бажані відповіді.

Опитувальник складається з 98 питань, які розподіляються між 7 шкалами, спрямованими на виявлення різних форм девіантної поведінки. На питання даються відповіді: «так» чи «ні». Тест визначає наступні шкали:

1. «Шкала установки на соціально-бажані відповіді». Дана шкала призначена для вимірювання готовності досліджуваного представляти себе в найбільш сприятливому світлі з точки зору соціальної бажаності. Показники від 50 до 60 Т-балів свідчать про помірні тенденції давати при заповненні опитувальника соціально-бажані відповіді. Показники понад 60 балів свідчать про тенденцію випробуваного демонструвати суворе дотримання навіть малозначних соціальних норм, умисному прагненні показати себе в кращому світлі, про настороженість по відношенню до ситуації обстеження. Результати, що знаходяться в діапазоні 70-89 балів говорять про високу настороженість випробуваного по відношенню до психодіагностичної ситуації і про сумнівну достовірність результатів за основними шкалами. Про сприйняття ситуації як експертної одночасно з помірно високими показниками за шкалою № 1 також свідчить їхнє різке зниження по основних діагностичним шкалами. Показники нижче 50 Т-балів говорять про те, що випробуваний не схильний приховувати власні норми і цінності, коригувати свої відповіді в напрямку соціальної бажаності. Одночасно високі показники по службових шкалах і за основними шкалами (крім шкали 8) свідчать або про сумнівну достовірність результатів, або про дисоціації у свідомості випробуваного відомих йому і реальних норм поведінки.

2. «Шкала схильності до подолання норм і правил». Дана шкала призначена для вимірювання схильності випробуваного до подолання будь-яких норм і правил, схильності до заперечення загальноприйнятих норм і цінностей, зразків поведінки. Результати, що лежать в діапазоні 50-60 Т-балів, свідчать про вираженість вищезгаданих тенденцій, про нонконформістські установки випробуваного, про його схильність протиставляти власні норми і цінності груповим, про тенденції «порушувати спокій», шукати труднощі, які можна було б подолати. Показники, що

знаходяться в діапазоні 60-70 Т-балів, свідчать про надзвичайну вираженість нонконформістських тенденцій, прояв негативізму і змушують сумніватися в достовірності результатів тестування з даною шкалою. Результати нижче 50 Т-балів по даній шкалі свідчать про конформні установки випробуваного, схильність слідувати стереотипам і загальноприйнятим нормам поведінки. У деяких випадках за умови поєднання з досить високим інтелектуальним рівнем випробуваного й тенденції приховувати свої реальні норми і цінності такі оцінки можуть відображати фальсифікацію результатів.

3. «Шкала схильності до адиктивної поведінки». Дана шкала призначена для вимірювання готовності реалізувати адиктивну поведінку. Результати в діапазоні 50-70 Т-балів по даній шкалі свідчать про схильність випробуваного до відходу від реальності за допомогою зміни свого психічного стану, про схильність до ілюзорно-компенсаторного способу розв'язання особистісних проблем. Крім того, ці результати свідчать про орієнтацію на чуттєву сторону життя, про наявність «сенсорної спраги», про гедоністично орієнтовані норми і цінності. Показники понад 70 Т-балів свідчать про сумнівність результатів або про наявність вираженої психологічної потреби в адиктивних станах, що необхідно з'ясувати, використовуючи додаткові психодіагностичні засоби. Показники нижче 50 Т-балів свідчать або про невиразність вищеперелічених тенденцій, або про хороший соціальний контроль поведінкових реакцій

4. «Шкала схильності до самопошкодження і саморуйнівної поведінки». Ця шкала призначена для вимірювання готовності реалізувати різні форми аутоагресивної поведінки. Об'єкт вимірювання очевидно частково перетинається з психологічними властивостями, вимірюваними шкалою № 3. Результати, що знаходяться в діапазоні 50-70 Т-балів за шкалою № 4 свідчать про низьку цінність власного життя, схильність до ризику, виражену потребу в гострих відчуттях, про садо-мазохістські тенденції. Результати понад 70 Т-балів свідчать про сумнівну достовірність результатів. Показники нижче 50 Т-балів по цій шкалі свідчать про

відсутність готовності до реалізації саморуйнівної поведінки, про відсутність тенденції до соматизації тривоги, відсутність схильності до реалізації комплексів провини в поведінкових реакціях

5. «Шкала схильності до агресії та насильства». Ця шкала призначена для вимірювання готовності досліджуваного до реалізації агресивних тенденцій у поведінці. Показники, що лежать в діапазоні 50-60 Т-балів, свідчать про наявність агресивних тенденцій у випробуваного. Показники, що знаходяться в діапазоні 60-70 Т-балів, свідчать про агресивну спрямованість особистості у взаємовідносинах з іншими людьми, про схильність вирішувати проблеми за допомогою насильства, про тенденції використовувати приниження партнера по спілкуванню як засіб стабілізації самооцінки, про наявність садистичних тенденцій. Показники понад 70 Т-балів говорять про сумнівну достовірності результатів. Показники, що лежать нижче 50 Т-балів, свідчать про невиразність агресивних тенденцій, про неприйнятність насильства як засобу розв'язання проблем, про нетиповість агресії як способу виходу з фруструючої ситуації. Низькі показники за цією шкалою в поєднанні з високими показниками за шкалою соціальної бажаності свідчать про високий рівень соціального контролю поведінкових реакцій.

6. «Шкала вольового контролю емоційних реакцій». Ця шкала призначена для вимірювання схильності досліджуваного контролювати поведінкові прояви емоційних реакцій (ця шкала має зворотний характер). Показники, що лежать в межах 60-70 Т-балів, свідчить про слабкість вольового контролю емоційної сфери, про небажання або нездатність контролювати поведінкові прояви емоційних реакцій. Крім того, це свідчить про схильність реалізовувати негативні емоції безпосередньо в поведінці, без затримки, про несформованість вольового контролю своїх потреб і чуттєвих потягів. Показники нижче 50 Т-балів по цій шкалі свідчать про невиразність цих тенденцій, про жорсткий самоконтроль будь-яких поведінкових емоційних реакцій, чуттєвих потягів.

7. «Шкала схильності до делінквентної поведінки». Назва шкали носить умовний характер, так як шкала сформована з тверджень, що диференціюють «звичайних» юнаків та осіб із зафіксованими правопорушеннями, що вступали в конфлікт із загальноприйнятим способом життя і правовими нормами. На наш погляд, ця шкала вимірює готовність (схильність) до реалізації делінквентної поведінки. Висловлюючись метафорично, шкала виявляє «делінквентний потенціал», який лише за певних обставин може реалізуватися в житті підлітка. Результати, що знаходяться в діапазоні 50-60 Т-балів, свідчать про наявність делінквентних тенденцій у випробуваного й про низький рівень соціального контролю. Результати вище 60 Т-балів свідчать про високу готовність до реалізації делінквентної поведінки. Результати нижче 50 Т-балів говорять про невиразності зазначених тенденцій, що в поєднанні з високими показниками за шкалою соціальної бажаності може свідчити про високий рівень соціального контролю

При кожному збігу відповіді з ключем присвоюється один бал. По кожній шкалою підраховується сумарний бал. Результати інтерпретуються шляхом порівняння з тестовими нормами. Якщо результати за шкалою більше на 18 тестової норми, що вимірюється, властивість можна вважати яскраво вираженою, якщо менше на 18 – мало вираженою.

Якщо в підлітка були виявлені тенденції до делінквентної поведінки, то має сенс порівняти результати цього підлітка з нормами «делінквентної» підвибірки.

Методика «Незакінчені речення», розроблена Саксом і Леві [143, с. 117-121], в контексті нашої роботи може бути віднесена як до 2 так і до 3 блоку завдань дослідження, так як має шкали міжособистісних стосунків та характеристики емоційних станів. Окрім того, методика розкриває світоглядні особливості наших респондентів, що, в певній мірі є необхідним як для профілактичної, так і для корекційної роботи. Проективний характер

дослідження в значній мірі знімає викривлення, пов'язані з соціальною бажаністю відповідей.

Методика включає 60 незакінчених речень, які можуть бути розділені на 15 груп, що характеризують в тій або іншій мірі систему стосунків обстежуваного. Враховуючи завдання дослідження, вік, соціальний статус респондентів ми працювали з такими шкалами, як ставлення до батька; ставлення до себе; нереалізовані можливості; ставлення до майбутнього; страхи та побоювання; ставлення до друзів; ставлення до свого минулого; ставлення до осіб протилежної статі; сексуальні стосунки; ставлення до сім'ї; ставлення до матері; почуття провини. Деякі групи речень мають відношення до страхів та побоювань, які переживає людина, до почуття усвідомлення власної провини, свідчать про ставлення цієї людини до минулого та майбутнього, зачіпають взаємини з батьками та друзями, власні життєві цілі.

Для кожної групи пропозицій виводиться характеристика, що визначає цю систему відносин як позитивну, негативну або нейтральну, за кожне твердження нараховується один бали. Далі бали підсумовуються [143].

Отже, використовуючи психодіагностичні методи для розв'язання завдань дослідження, ми сформували комплекс методик. До них ми відібрали такі, що дозволяють отримати дані про емоційні стани юнаків, розкривають зв'язок емоційних станів з ігрозалежністю, визначають наявність проблеми ігрозалежності, дозволяють дослідити особистість респондентів. Прагнення отримати достатньо повну інформацію про особливості емоційних станів ігрозалежних юнаків привело нас до необхідності всебічного охоплення досліджуваного явища. В той же час, такий добір методик відповідає меті і завданням дослідження і є доцільним та обґрунтованим щодо системного вивчення емоційних станів ігрозалежних юнаків.

2.2. Психологічні особливості емоційних станів ігрозалежних юнаків

З метою виявлення наявності проблеми ігрозалежності в межах вікової категорії юнацтва нами були запропоновані юнакам міста Суми опитувальник «Анти-гемблінг» [86, с. 64-66], опитувальник «Визначення залежності від комп'ютерних ігор» [86, с. 92-93], решітку залежності Дж. Келлі

Дослідження проводились впродовж 2008–2011 років. В ньому приймали участь 524 юнака міста Суми віком від 17 до 21 року.

Під час проведення діагностичного обстеження юнаки звертали увагу на двозначність питань опитувальника «Анти-гемблінг», а саме на такі, що можуть стосуватись спортивних змагань, схильності ризикувати в буденному житті поза ситуацією азартної гри. Деякі анкети мали 5 та більше позитивних відповідей і додатковий припис: «в азартні ігри взагалі не граю!».

Опитувальник «Визначення залежності від комп'ютерних ігор», як і попередній, складено для експрес діагностики проблеми залежності. Він містить питання максимально відкриті для розуміння проблеми, яка досліджується, що є досить зручним як для респондентів, котрі намагаються з'ясувати глибину існуючої проблеми, так і для тих, хто прагне її приховати, даючи соціально-бажані відповіді.

За результатами опитування ми відносили юнаків до однієї з двох груп: відсутня ігрозалежність – I група; наявна ігрозалежність – II група.

До першої групи потрапили юнаки, що заперечують свою участь у комп'ютерних та азартних іграх (217 чол. – 41,41%) та юнаки, яких ми визначили як випадкових гравців (173 чол. – 33,02%). В деяких випадках така ситуація була прокоментована учасниками як невміння користуватись інтернетом та відсутність можливості грати в комп'ютерні ігри або казино.

Юнаків, що відповіли позитивно на п'ять або більше питань опитувальника «Анти-гемблінг» або «Опитувальника для визначення залежності від комп'ютерних ігор», ми віднесли до другої групи значили яку позначили як групу з наявністю ігрозалежності (134 чол. – 25,57%). Результати дослідження представлено в табл. 2.1.

Таблиця 2.1

Результати діагностичного обстеження юнаків для виявлення рівня ігрозалежності

N=524

	Рівні ігрозалежності	n	%
I група	Відсутня ігрозалежність	390	74,43
II група	Наявна ігрозалежність	134	25,57

Зазначаємо, що в респондентів групи «наявна ігрозалежність» ми спостерігали 7 та більше імплікацій у репертуарних решітках, з питаннями що до азартних ігор.

Опитувальник «Визначення залежності від комп'ютерних ігор» допомагає як визначити проблемних гравців – кіберадиктів, так і з'ясувати коло найбільш «гострих» тем у взаємодії людини та комп'ютера. Він демонструє, як розуміють юнаки наявність проблеми ігрозалежності. Респонденти обох груп – з відсутністю та наявністю ігрозалежності – продемонстрували цікаві відмінності під час заповнення зазначеної анкети. На рис. 2.2 представлено результати (у відсотках) частоти відповідей юнаків I та II груп на питання «Опитувальника визначення залежності від комп'ютерних ігор».

Найбільшу кількість відповідей «так» у респондентів групи з відсутністю ігрозалежності отримало твердження, пов'язане з соматичними проблемами: «Були випадки, коли після комп'ютерної гри в мене виникали головні болі». Але гравці самі собі суперечать, вважаючи комп'ютерні ігри провідним засобом для зняття стресу (2 рангове місце),

в той же час відмічають роздратованість при необхідності перервати гру, біль та сухість в очах, що є свідченням не закінчення стресу та зниження напруги, а, навпаки, їх поглибленням.

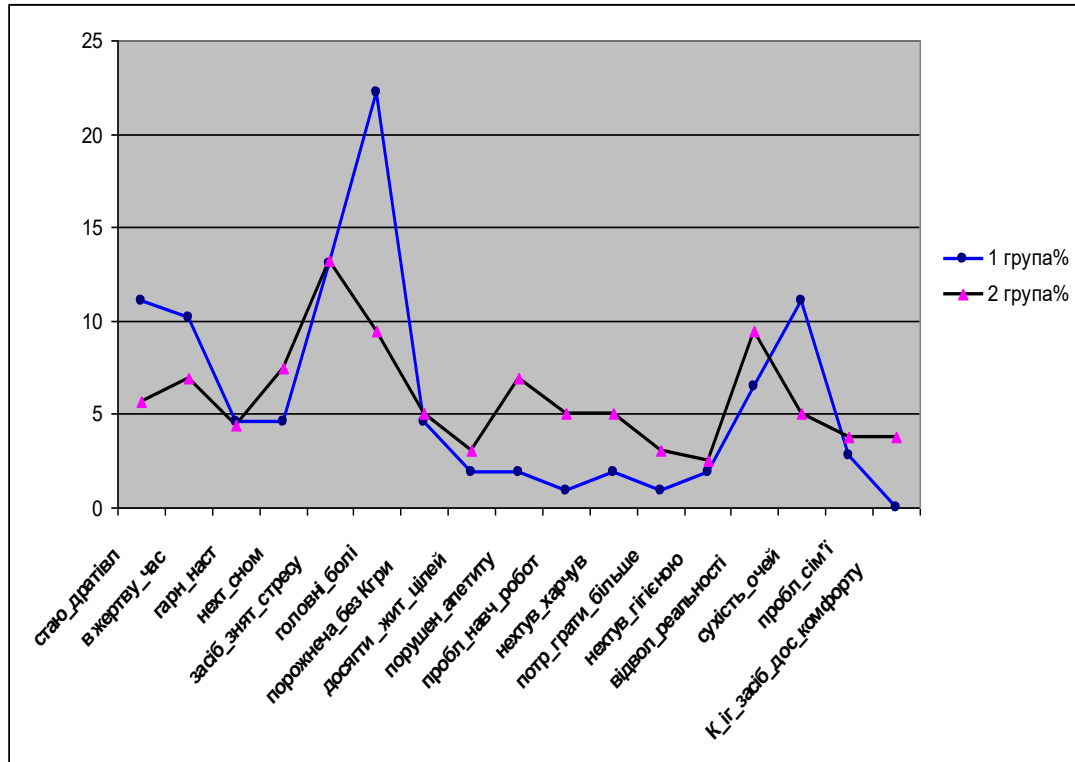


Рис. 2.2. Розподіл відповідей респондентів за «Опитувальником визначення залежності від комп'ютерних ігор».

Юнаки II групи, в першу чергу, розглядають комп'ютерні ігри як антистресовий засіб, але признають наявність соматичних проблем, на що вказує твердження, що свідчить про випадки головного болю після таких ігор. Бажання відволіктись від реальності, переносячи увагу цілком у світ гри ще можна було б вважати спробою отримати перемогу над стресом, якби не вражаючий своїм вибором перелік тез, які ми наводимо відповідно до рангових місць (всього – 15 рангових місць): нехтування сном (4); порушення апетиту (5,5); принесення в жертву часу, який раніше проводили з родиною, друзями за для комп'ютерних ігор (5,5); збільшується дратівливість (7); відчувається порожнеча без

ігор (8); виникають проблеми в навчанні, роботі, спостерігається нехтування харчуванням (9,5), сухість очей (9,5).

Показово, що в респондентів обох груп такі позитивні характеристики комп'ютерних ігор як «знаходжусь в гарному настрої переважно тоді, коли граю в комп'ютерні ігри» та «Комп'ютерні ігри – провідний засіб досягнення комфорту» не дістали значної підтримки. Юнаки визначили для них 8 та 17 рангові місця (група з відсутністю ігрозалежності) та 12 і 13,5 рангові місця (юнаки з наявністю ігрозалежності). Ми розглядаємо зазначені результати анкетування як свідчення того, що велика кількість респондентів обох груп усвідомлює наслідки зловживання комп'ютерними іграми, певним чином їх відстежує у власному житті.

Отже, результати обстеження показали, що в значного відсотку опитаних юнаків існує проблема ігрозалежної поведінки. Проблема залежності від комп'ютерних ігор частково усвідомлюється юнаками, що може слугувати ресурсом для попередження та психокорекції проблеми ігрозалежності.

Дослідження емоційних станів ігрозалежних юнаків ми проводили, беручи за основу схему, обґрунтовану та описану в параграфах 1.4 та 2.1. Першим кроком в цій роботі стало визначення емоційних станів юнаків в ситуації ситуацію «тут і зараз», вміння відстежувати та називати власні емоційні стани, вимірювати їх інтенсивність. По-друге, ми досліджували підструктури когнітивно-рефлексивного, поведінкового, соціального блоків як такі, що зумовлюють наявність негативних та позитивних емоційних станів юнаків. По-третє, ми перевіряли присутність кореляційних зв'язків між названими складовими та схильністю до ігрозалежності.

З метою вивчення емоційних станів ігрозалежних юнаків було застосовано блок психодіагностичних методик, спрямований на визначення емоційних станів у плинний момент часу. Одержані

результати ми порівнювали за відмінностями в інтенсивності прояву того чи іншого емоційного стану (відмінності між рівнями показників) та зіставляли середньоарифметичні (середньо групові) показники емоційних станів у першої та другої груп.

Для перевірки значущості отриманих результатів дослідження було застосовано Т-критерій Стьюдента (\bar{x}) та χ^2 -критерій. Т-критерій Стьюдента спрямований на порівняння середніх. Він може бути використаний для зіставлення середніх у вибірках, які можуть бути не рівні за розміром [63, с. 196]. До χ^2 -критерію ми звертались з метою аналізу результатів в одній групі та вияву відмінностей між рівнями показників.

Уміння занурюватися в себе, у свої переживання є дуже важливим для прийняття власного внутрішнього світу особливо в юнацькому віці. Це сприяє тому, що юнаки ніби заново відкривають цілий світ нових емоцій [80]. Методика *«Шкала диференціальних емоцій»* – це інструмент самозвітів, створений для оцінки вираження індивідом фундаментальних емоцій або комплексів емоцій в ситуації «тут і зараз».

Зіставляючи дані по рівням вираженості емоційних станів, відзначаємо, що в юнаків I та II груп за χ^2 -критерієм на 0,01 рівні значущості виявлено перевагу низького рівня над середнім таких емоційних станів як здивування, горе, гнів, огида, презирство, страх, сором, провина (табл. 2.3). Високий рівень вираженості згаданих емоційних станів у юнаків I групи не виявлено.

При співставленні відсоткових показників середнього рівня вираженості емоційних станів, зазначаємо, що негативні емоційні стани юнаків другої групи, а саме: горе, гнів, презирство, страх, сором, провина, вищі відсоткових показників юнаків I групи.

**Рівні вираженості емоційних станів юнаків груп
з відсутністю (I) та наявністю (II) ігрозалежності.**

Групи						
Групи	I (N=390)			II (N=134)		
	(%)			(%)		
Рівні	низьк	серед	висок	низьк	серед	висок
Цікавість	13,4	33,3	53,3	0	44,4	55,6
Радість	20	46,7	33	70,7*	22,2*	7,1
Здивування	57,3*	39,5	3,2	77,8*	22,2	0
Горе	86,7*	13,3	0	55,6*	44,4	0
Гнів	80*	20	0	66,7*	22,2*	11,1
Огида	93,3*	6,7	0	100*	0	0
Презирство	86,7*	13,3	0	55,6*	44,4	0
Страх	59,9*	39,1	0	55,6*	44,4	0
Сором	83,3*	16,7	0	66,7*	33,3	0
Провина	83,3*	16,7	0	77,8*	22,2	0
Страх/тривога	100*	0	0	89,6*	10,4	0
Смуток	86,4*	13,6	0	88,1	9,7	2,2
Тривожність	9	60*	31	10,5	43,2*	46,3*
Самотність	42,2*	38,3*	21,5	29	39,5*	31,5

Примітка : I – група з відсутністю ігрозалежності; II – наявність ігрозалежності; * – відмінність на 5 % рівні значущості.

Цей факт знайшов також відображення в порівнянні середньоарифметичних показників емоційних станів I та II груп, представлений на рис. 2.2. Ми відзначаємо наявність відмінностей на рівні статистичної тенденції ($p < 0,1$) за Т-критерієм Стьюдента між такими емоційними станами, як : «радість» – вище в юнаків I групи, «презирство» та «сором» – вище в юнаків II групи.

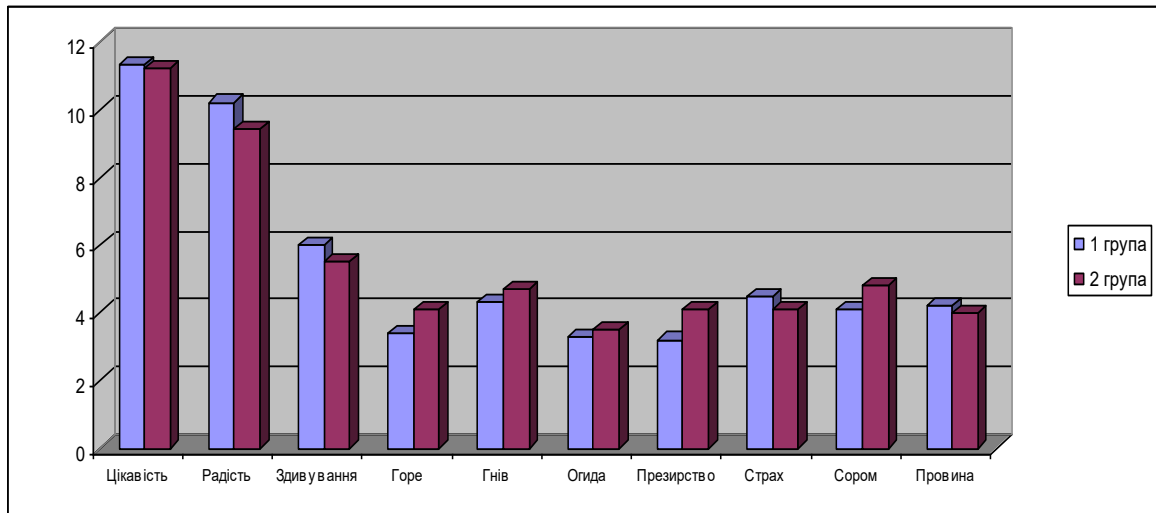


Рис. 2.2. Стан розподілу відповідей за методикою «Шкала диференціальних емоцій».

Порівняння відсоткового розподілу показників емоційних станів та середньоарифметичних показників свідчить про те, що у юнаків з відсутністю ігрозалежності порівняно з юнаками з наявністю ігрозалежності позитивний емоційний стан «радість» є більш вираженим, а негативні емоційні стани, такі як горе, гнів, огида, презирство, страх, сором, провина є менше вираженими.

Відсутність виражених відмінностей у середньоарифметичних показниках двох груп ми пояснюємо тим, що юнацькі емоції складно вимірювати без конкретного стимулу, або значущої ситуації для респондента [80]. При використанні методики «Когнітивна самооцінка базальних емоцій» Т. Дембо таким мінімальним стимулом слугували вертикальні відрізки, на яких треба було позначити свій емоційний стан.

Методика «Когнітивна самооцінка базальних емоцій» Т. Дембо орієнтована на експрес-оцінку емоційних станів. Вона виявилась дуже зручною, так як наочно та швидко дозволила відстежити власні емоції досліджуваних на запропонованих шкалах «радість», «гнів», «страх / тривога», «смуток». Стан розподілу середньоарифметичних показників емоційних станів за цією методикою представлено на рис. 2.3 та табл. 2.2.

Середньоарифметичні показники за шкалою «радість» в обох групах вище середнього рівня на статистично достовірному рівні значущості за Т-критерієм Стьюдента ($p < 0,05$) (табл. 2.3). За шкалою «гнів» маємо показники на низькому рівні. За цими шкалами достовірна відмінність між групами відсутня. Це свідчить про наявність у респондентів обох груп стану емоційного комфорту на момент опитування.

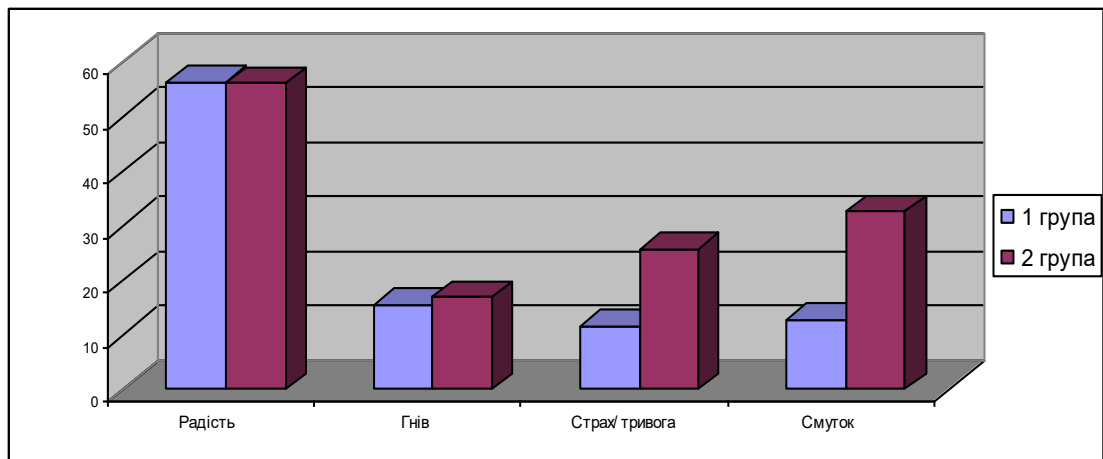


Рис. 2.3. Розподіл середньоарифметичних показників емоційних станів за методикою «Когнітивна самооцінка базальних емоцій» Т. Дембо.

Хоча середньоарифметичний рівень страху /тривоги та смутку за показниками на шкалах у юнаків обох груп нижче середнього рівня, але у юнаків з наявністю ігрозалежності він достовірно вищий, ніж у групі з відсутністю ігрозалежності: в юнаків II групи статистично достовірна перевага середньоарифметичних показників визначення власних емоційних станів відзначається за шкалами «смуток» ($p < 0,05$) та «страх / тривога» ($p < 0,05$).

Ми відзначаємо, що при порівнянні рівнів вираженості емоційних станів за шкалою «радість» в I та II групах було виявлено відповіді, які відповідали високому, середньому та низькому рівню емоційного стану. На статистично достовірному рівні значущості за χ^2 -критерієм ($p < 0,001$) виявлено перевагу середнього рівня вказанного показника (табл. 2.2).

За шкалами «гнів», «страх», «смуток» відсутність показників високого рівня прояву показників емоційних станів виявлено в юнаків I групи. За шкалами «гнів», «страх» високий рівень відсутній у II групі.

За шкалами «гнів», «страх» високий рівень не відзначено в обох групах. За шкалою «смуток» відсутність показників високого рівня прояву цього емоційного стану виявлено в юнаків I групи.

Тобто, юнаки групи з наявністю ігрозалежності за методикою «Когнітивна самооцінка базальних емоцій» Т. Дембо виявились більш тривожними і такими, що сумують, ніж юнаки I групи.

Дослідження негативних емоційних станів ми продовжили, окремо обстеживши прояви тривоги та самотності в юнаків. Результати діагностики ситуативної тривожності та самотності представлено на рис. 2.4.

Ми розглядаємо тривогу як негативно забарвлений емоційний стан людини, що виражає відчуття невизначеності, очікування негативних подій, а тривожність, як індивідуальну психологічну особливість, що виявляється в схильності людини часто переживати сильну тривогу з відносно малих приводів. Для дослідження ми використовували шкалу ситуативної тривожності Спілбергера в модифікації Ханіна. Ситуативна або реактивна тривожність як стан характеризується суб'єктивно пережитими емоціями: напругою, занепокоєнням, стурбованістю, нервозністю. Цей стан виникає як емоційна реакція на стресову ситуацію і може бути різним за інтенсивністю та динамічністю в часі.

За результатами дослідження було з'ясовано, що в обох групах – групі з відсутністю та наявністю ігрозалежності – відсоток респондентів, низький рівень ситуативної тривожності є найменшим: відповідно 9 та 10,5 % від числа респондентів кожної групи. Про юнаків, що віднесені до згаданої групи можна сказати, що на момент опитування вони або не відчували тривожності, або намагались дати соціально бажані, на їх думку, відповіді.

Середній рівень тривожності в I групі вищий, ніж у II групі: 60% та 43,2% ($p < 0,001$), статистично достовірний рівень значущості за χ^2 -критерієм). Цей рівень можна розглядати як власний оптимальний рівень тривожності, так звану корисну тривожність [151; 73]. Оцінка юнаками свого стану в цьому відношенні є для них компонентом самоконтролю й самовиховання.

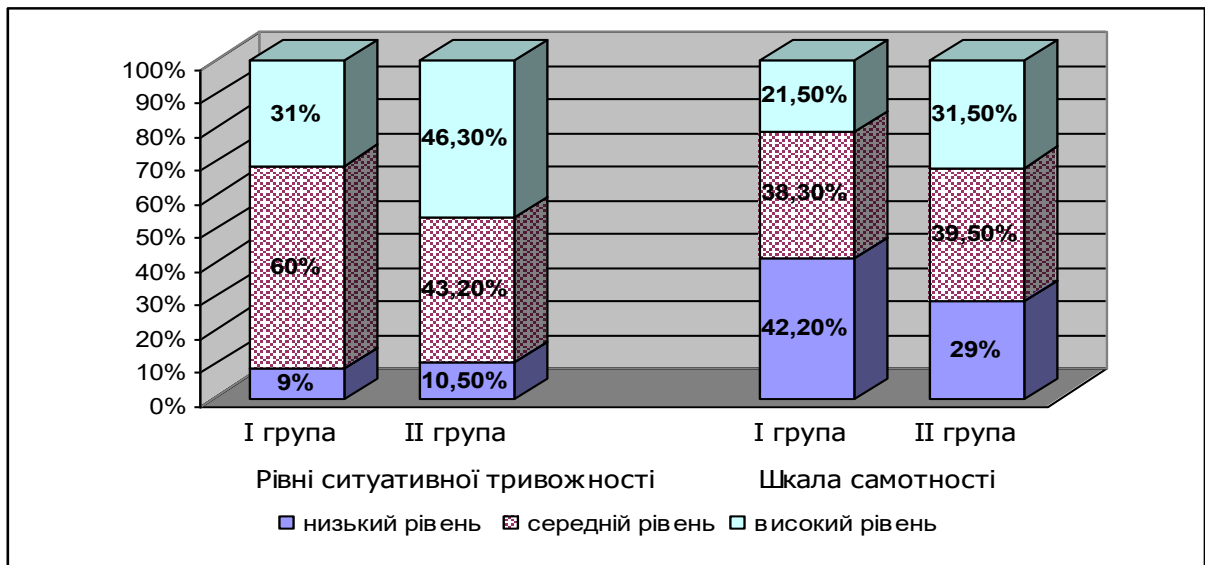


Рис. 2.4. Рівні ситуативної тривожності та рівні шкали самотності юнаків груп з відсутністю (I) та наявністю (II) ігрозалежності.

Високий рівень ситуативної тривожності за визначеними показниками переважає в II групі порівняно з I групою ($p < 0,05$). Цей факт є свідченням того, що 46,3 % юнаків наявністю ігрозалежності надмірно реагують на різні соціально-психологічні стресори (очікування негативної оцінки або агресивної реакції, сприйняття невігідного до себе ставлення, загрози своїй самоповазі, престижу).

Порівнюючи середньоарифметичні показники тривожності у двох групах, відмічаємо, що на 1% рівні значущості в юнаків з наявністю ігрозалежності ситуативна тривожність вище, ніж у юнаків з відсутністю ігрозалежності (табл. 2.4).

**Порівняльний аналіз емоційних станів юнаків
груп з відсутністю та наявністю ігрозалежності**

	Групи				
	I (N=390)		II (N=134)		p
	\bar{x}	σ	\bar{x}	σ	
Гнів	15,5	8,9	16,8	11,1	0,4
Страх/ тривога	11,6	4,7	25,6	7,8	0,01
Смуток	12,7	6,9	32,5	9,3	0,01
Цікавість	11,3	2,4	11,2	1,6	0,9
Радість	10,2	2,6	9,4	1,5	0,1
Здивування	6	2,3	5,5	1,4	0,8
Горе	3,4	0,9	4,1	1,2	0,6
Гнів	4,3	1,1	4,7	10,4	0,3
Огида	3,3	0,4	3,5	0,4	0,7
Презирство	3,2	0,4	4,1	1,3	0,06
Сором	4,1	1,1	4,8	1,1	0,08
Провина	4,2	1,1	4	1,2	1
Тривожність	27,0	20,0	42,9	10,0	0,01
Самотність	20,6	7,3	24,0	8,9	0,01

Примітка : \bar{x} – середнє; σ – стандартне відхилення; p – значущість (двостороння).

Результати дослідження стану самотності (методика Д. Рассела та М. Фергюсона «Шкала самотності») свідчать про те, що за χ^2 -критерієм на 0,01 рівні значущості в юнаків I групи виявляється статистично достовірна перевага низького рівня самотності (40,2 %) над середнім (38,3 %) та високим рівнями (21,5 %). Юнаки з наявністю ігрозалежності мають наступні показники самотності: високий рівень – 29 %, середній рівень – 39,5 %, низький рівень – 31,5 %.

низький рівень – 31,5 % ($p < 0,01$) (табл. 2.2). Середньоарифметичні показники стану самотності вище в представників II групи на 1% рівні значущості за за T-критерієм Стьюдента (табл. 2.4).

Негативні та позитивні емоційні стани юнаків взаємопов'язані з комплексом, який ми назвали «попередні умови формування емоційних станів». Емоційні стани та підструктури когнітивно-рефлексивного, поведінкового та соціального блоків обумовлюють один одного. Емоційна складова, в свою чергу, є невід'ємною часткою кожного блоку.

З метою вивчення складових поведінкового та блоку юнаків I та II групи, дослідження зв'язку між ігрозалежністю та схильністю до девіантної поведінки ми використали методику «Діагностика схильності до адиктивної поведінки» А. Н. Орел (рис. 2.5).

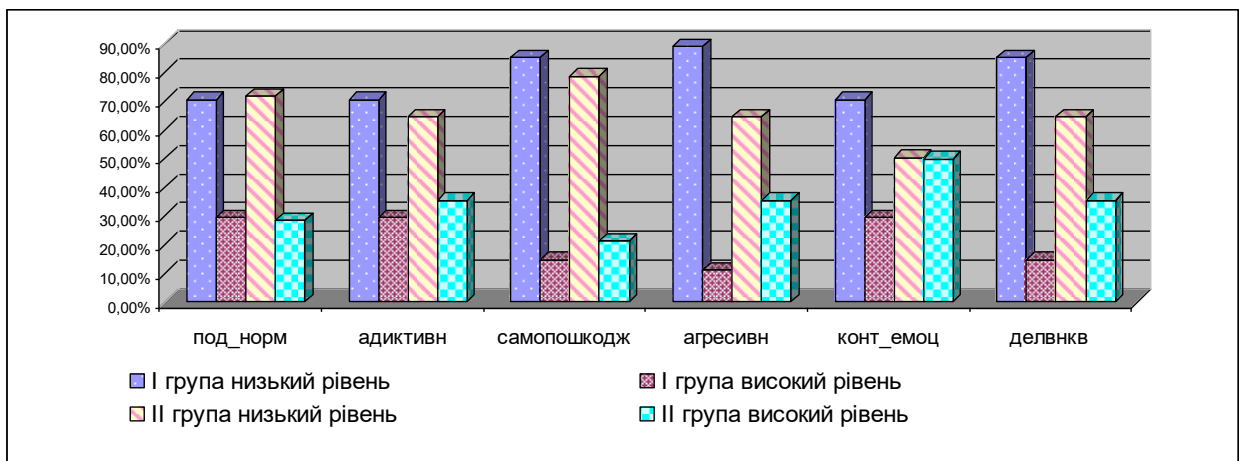


Рис. 2.5. Розподіл даних (у відсотках) юнаків I та II груп за рівнями вираженості показників схильності до адиктивної поведінки.

Результати оцінюються за трьома рівнями. Перший рівень – низький, він може вважатись рівнем, що демонструє норму (виняток – шкала контролю емоцій). Другий рівень – високий, свідчить про наявність проблеми. Третій рівень – надвисокий, може свідчити як про високу настороженість опитуваного по відношенню до психодіагностичної ситуації, про сумнівну достовірність результатів за основними шкалами так і про високу готовність до реалізації делінквентної поведінки. За результатами психодіагностичного обстеження отримані відповіді були віднесені до

першого (низького) та другого (високого) рівнів вираженості досліджуваних характеристик (рис. 2.5). Надвисокий рівень нами не був зафіксований.

Кількісний аналіз результатів, які було отримано нами при діагностиці схильності до адиктивної поведінки, за χ^2 -критерієм на 0,01 рівні значущості виявляє статистично достовірну перевагу першого (низького) рівня показників над другим (високим) рівнем. Виняток становлять показники шкали «контроль емоцій» у юнаків II групи. Вміння контролювати власні емоційні стани за результатами обстеження засвідчили 50,3% юнаків з наявністю ігрозалежності. Відсутність таких навичок зафіксована в 49,7% респондентів II групи. Відзначаємо, що в I групі визнали вміння контролювати емоції 70,5% респондентів, порівняно з 50,3% респондентів другої групи.

З метою аналізу даних між визначеними групами, ми порівнювали середньогрупові (середньоарифметичні) показники та їх статистичну значущість за Т-критерієм Стьюдента. В таблиці 2.4 ми наводимо результати аналізу складових когнітивно-рефлексивного, поведінкового блоків, за методиками «Діагностика схильності до адиктивної поведінки» А. Н. Орел та «Діагностика показників та форм агресії» А. Басса і А. Дарки.

Нами з'ясовано, що респонденти I групи (відсутність ігрозалежності) в порівнянні з юнаками II групи продемонстрували відмінності у відповідях (середньоарифметичні дані) на питання опитувальника, які є статистично значущими за Т – критерієм Стьюдента (табл. 2.5).

У блоці питань, що стосуються схильності до подолань норм та правил (Под_норм_правил; $p = 0,04$), схильності до адиктивної поведінки (Адикт_поведінка; $p = 0,03$), схильності до агресії та насильства (Схильн_агрес_насиль; $p = 0,001$), шкала вольового контролю емоційних реакцій – зворотня шкала ($p = 0,001$) та шкала схильності до делінквентної поведінки (Делінквентність; $p = 0,001$) середньоарифметичні показники юнаків другої групи за цими шкалами вищі, ніж у юнаків I групи.

**Підструктури когнітивно-рефлексивного та поведінкового
блоків в юнаків I та II групи**

	Групи				<i>p</i>
	I (N=390)		II (N=134)		
	\bar{x}	σ	\bar{x}	σ	
Под_норм_правил	45,9	7,7	53,3	10,0	0,04
Адикт_поведінка	46,7	6,3	51,5	8,1	0,003
Самоп_саморуйн	39,8	10,2	43,4	11,9	0,14
Схильн_агрес_насилъ	37,6	9,0	44,9	10,3	0,001
Контроль емоцій	43,8	7,5	52,4	10,5	0,001
Делінквентність	44,3	5,4	48,7	7,1	0,001
Фізична агресія	43,5	18,1	42,8	17,3	0,765
Непряма агресія	57,2	21,07	67,7	20,4	0,001
Роздратування	49,6	17,2	61,7	15,2	0,001
Негативізм	57,6	20,4	65,7	20,7	0,004
Образа	50,5	20,1	57,5	25,1	0,03
Підозрілість	60,9	17,5	64,4	24,6	0,205
Вербальна агр	60,3	14,7	61,7	16,2	0,501
Провина	60,6	19,9	59,7	23,1	0,748

Примітка : \bar{x} – середнє; σ – стандартне відхилення; *p* – значущість (двостороння).

За шкалою «схильність до самопошкодження і саморуйнівної поведінки» статистично достовірнa різниця між двома групами, що порівнювались, відсутня (Самоп_саморуйн; $p = 0,14$), середні показники в обох групах знаходяться в діапазоні, що вказує на відсутність проблеми. Це свідчить про неготовність опитаних до реалізації саморуйнуючої поведінки, про відсутність схильності до реалізації комплексів провини в

поведінкових реакціях. В діапазоні «невираженість тенденцій» знаходяться також середні показники за шкалами «схильність до агресії та насильства» та «схильність до делінквентної поведінки». Але за шкалою «схильність до делінквентної поведінки» середні показники юнаків з наявністю ігрозалежності наближаються до верхньої допустимої границі, а стандартне відхилення, яке показує існуючий розкид у вибірці дорівнює 10,7, що, на нашу думку є тенденцією до формування на низького рівня соціального контролю та схильністю юнаків вказаної групи до деліквентних тенденцій.

Шкала «схильність до подолання норм та правил» призначена для вимірювання схильності випробуваного до подолання будь-яких норм і правил, схильності до заперечення загальноприйнятих норм і цінностей, зразків поведінки. Середні результати юнаків другої групи свідчать про вираженість вищезгаданих тенденцій, про схильність протиставляти власні норми і цінності груповим, про тенденції «порушувати спокій», шукати труднощі, які можна було б подолати. Середні результати юнаків першої групи свідчать про конформні установки респондентів, схильність слідувати стереотипам і загальноприйнятим нормам поведінки.

Нами виявлені статистично достовірні відмінності за шкалою «схильність до адиктивної поведінки» ($p < 0,01$). Юнаки II групи, продемонстрували схильність до відходу від реальності за допомогою зміни свого психічного стану, схильність до ілюзорно-компенсаторного способу розв'язання особистісних проблем. Крім того, ці результати свідчать про орієнтацію респондентів на чуттєву сторону життя, про наявність «сенсорної спраги», про гедоністично орієнтовані норми та цінності [219, с. 82–88]. Показники юнаків I групи за цією шкалою вказують як на невиразність вище перелічених тенденцій, так і хороший соціальний контроль поведінкових реакцій.

За шкалою «вольовий контроль емоційних реакцій» показники опитуваних I та II груп знаходяться також в різних змістовних діапазонах.

Юнаки I групи мають порівняно з представниками II групи кращий контроль поведінкових емоційних реакцій, чуттєвих потягів. Тобто, юнаки, що належать до II групи мають слабкість волевого контролю емоційної сфери, небажання або нездатність контролювати поведінкові прояви емоційних реакцій. Крім того, це свідчить про схильність реалізовувати негативні емоції безпосередньо в поведінці, без затримки, про несформованість власних потреб та чуттєвих потягів [219, с. 82–88].

Шкали опитувальника методики «Діагностика показників та форм агресії» А. Басса і А. Дарки [143, с. 174–180] дають можливість аналізу як окремих емоційних станів, так і їх когнітивної складової, що зумовлює ті чи інші стани.

Результати дослідження середньогрупових показників в групах з відсутністю та наявністю ігрозалежності показали наступне. У II групі за Т-критерієм виявлено статистично достовірну перевагу непрямой агресії, роздратування, негативізму, образи ($p < 0,05$) над цими показниками I групи. Ми пояснюємо цей факт саме особистісною специфікою юнаків групи з наявністю ігрозалежності. Робимо припущення, що саме комп'ютерні або азартні ігри є місцем виміщення роздратування, образи, непрямой агресії у формі, яку самі юнаки вважають соціально прийнятною.

Негативізм розглядається як негативна установка по відношенню до впливів навколишнього середовища [177], небажання потрапити під вплив інших людей, часто проявляється в дітей по відношенню до дорослих, що пов'язано з формуванням самосвідомості і виступає як психологічний захист у відповідь на впливи, які суперечать внутрішнім сенсам суб'єкта. Таке ставлення обумовлене не логікою реалізації власних завдань, а негативним до них ставленням. Тому можна вважати високі показники за шкалою «негативізм» у юнаків з наявністю ігрозалежності ознакою соціальної незрілості. Показники шкали «негативізм» корелюють з елементом репертуарної решітки В2 як «самотність» на статистично

значущому рівні ($p < 0,05$). Статистично достовірний рівень значущості існує між шкалою «роздратування» та такими елементами решітки В2 як «стрес», «сором», «нудьга», «страх», «подрозливість», «тривога» ($p < 0,05$). Шкала «образа» корелює з елементами «стрес», «сором» ($p < 0,05$); шкала «непряма агресія» – з елементами «стрес», «сором», «тривога» ($p < 0,05$), на рівні статистичної тенденції кореляція з елементом «смуток» ($p < 0,1$). Ми припускаємо, що вказані емоційні стани для респондентів обох груп є такими, що в першу чергу складають зміст зазначених психічних явищ, а саме: «роздратування» безпосередньо є наслідком стресу та (або) сорому, нудьги, тривоги, страху; «образа» пов'язується зі стресом та соромом; «непряма агресія» є наслідком стресу, сорому, тривоги, смутку. Цей факт є цікавим саме тому, що решітка В2 спрямована на виявлення зв'язків між емоційними станами та початком комп'ютерних та азартних ігор.

В обох групах виявлено наявність статистично достовірних відмінностей між рівнями вираженості досліджуваних показників на 0,01 рівні значущості за χ^2 -критерієм. Розподіл відповідей за рівнями представлено на табл. 2.6.

Зазначаємо, що в обох групах у шкалах «фізична агресія» переважає низький рівень. За шкалою «непряма агресія» в обох групах домінує високий рівень вираженості показника. За шкалами «роздратування» та «провина» в I групі домінує середній рівень, а в групі юнаків з наявністю ігорзалежності – високий рівень.

Відзначаємо, що відповіді, які можна віднести до низького рівню за шкалою «роздратування» в II групі відсутні. За шкалою «негативізм» відзначаємо перевагу середнього рівня показника над низьким та високим в обох групах.

За шкалою «образа» в юнаків I групи переважає низький рівень, а юнаків II групи – високий рівень вираженості показника. Високий рівень

за шкалами «підозрілість» та «вербальна агресія» переважає в обох групах.

Таблиця 2.6

**Розподіл даних за рівнями когнітивно-рефлексивного блоку
в юнаків I та II груп**

Групи	I група			II група		
	низький %	середній %	високий %	низький %	Середній %	високий %
Фізична агресія	63,10	11,10	25,80	64,50	14,20	21,30
Непряма агресія	36,90	18,80	44,30	29	7,10	63,90
Роздратування	18,80	59,10	22,10	0	31,90	68,10
Негативізм	18,80	48	33,20	29	42,60	28,40
Образа	52	11,10	36,90	43	7,10	49,70
Підозрілість	29,90	22,10	48	29	14,20	56,80
Вербальна агр.	15,10	33,20	51,70	14,80	21,30	63,90
Провина	17,80	48,50	33,70	29	21,30	49,70

Ми продовжили дослідження характеристик емоційних станів та вивчення підструктур соціального блоку, використовуючи методику «Незакінчені речення», яку розробили Сакс та Леві [143, с. 117-121]. Результати порівняння показників юнаків I та II груп відображено в табл. 2.7.

Статистичну значущість отриманих результатів ми перевіряли, порівнюючи середньо групові показники (\bar{x}) юнаків I та II груп за допомогою Т-критерію Стьюдента.

Хоча кожна з окремих шкал представлена лише чотирма питаннями, відповіді респондентів дозволяють скласти загальне уявлення що до їх взаємодії із соціумом.

**Результати порівняння підструктур соціального блоку
в юнаків I та II груп**

	Групи	Групові статистики			Розподіл відповідей за рівнями прояву показників		
		\bar{x}	σ	p	(ставлення)		
					негативне %	нейтральне %	позитивне %
Ставлення до батька	I	5,6	2,3	0,01	33,8	7,9	58,3
	II	4,5	2,1		59	5	36
Ставлення до себе	I	5,0	2,4	0,58	43,1	4,6	52,3
	II	4,9	2,4		45,7	6,9	47,4
Нереалізовані можливості	I	7,1	1,3	0,32	2,1	6,7	91,2
	II	6,9	2,1		8	0	92
Ставлення майбутнього	I	6,0	2,1	0,009	22,9	3,1	74
	II	5,3	2,6		47,8	8,2	44
Страхи та побоювання	I	4,9	2,2	0,10	48,2	5,1	46,7
	II	5,3	2,3		50,2	5,9	43,9
Ставлення друзів	I	7,1	2,1	0,04	20,5	6,7	72,8
	II	6,9	2,2		23,1	1,5	75,4
Ставлення минулого	I	6,8	2,2	0,35	30,5	6,9	62,6
	II	6,5	2,4		25,6	5,9	68,5
Ставлення до осіб протилежної статі	I	5,0	1,8	0,34	57,7	8,9	33,4
	II	5,3	2,4		44,8	5,2	50
Сексуальні стосунки	I	4,6	1,5	0,12	88,7	1,1	10,2
	II	4,0	2,5		64,5	6,7	28,8
Ставлення родини	I	5,9	2,0	0,05	25,6	2,8	71,6
	II	4,8	2,5		37,3	0	62,7
Ставлення матері	I	5,8	2,1	0,01	29,7	2,8	67,5
	II	5,2	2,5		45,3	10,4	44,3
Почуття провини	I	5,5	1,7	0,461	26,7	2,8	70,5
	II	5,6	2,4		39,6	0	60,4

Примітка : \bar{x} – середнє; σ – стандартне відхилення; p – значущість (двостороння).

Методика дозволила нам познайомитись в першу чергу із родинними стосунками наших респондентів. До цього блоку ми віднесли шкали «ставлення до родини», «ставлення до батька», «ставлення до матері». Ми виявили статистично достовірний рівень значущості за Т-критерієм Стьюдента за згаданими шкалами у відповідях юнаків двох груп – групи I (відсутня ігрозалежність) та групи II (наявна ігрозалежність). Порівняно з I групою, в юнаків з наявністю ігрозалежності виявились напружені стосунки з батьком ($p < 0,01$). Цей факт знаходить підтвердження при порівнянні відсоткових характеристик згаданої шкали: негативне ставлення до батька в юнаків I групи -33,8%, а в юнаків II групи – 59%.

Ця група респондентів незадоволена *роллю батька* в сім'ї. Частіш за інших зустрічаються скарги на нерозуміння, неухважність, відсутність спілкування, любові, спільного дозвілля. Юнаки II групи часто сприймають батька як джерело матеріального прибутку.

Ставлення *до матері* в юнаків II групи позначене, в першу чергу відсутністю емоційного контакту, довіри, конфліктністю стосунків, браком уваги. Цікавим є той факт, що питання, пов'язані з матір'ю часто залишались незаповненими, пропускались. Це свідчить про закритість теми та її хворобливість, табуованість. Між середніми показниками I та II груп шкали «ставлення до матері» спостерігається статистично достовірна відмінність на 1% рівні значущості. Розподіл відсотків негативного ставлення за цією шкалою 29,7% – I група та 45,3% – II група.

У ставленні *до родини* також різниця є вираженою ($p < 0,05$). Хоча юнаки обох груп схильні нівелювати існуючі відмінності між своєю сім'єю і іншими («як всі», «звичайна сім'я»), юнаки II групи незадоволені в основному своєю роллю в сім'ї. Вони вважають, що з ними поводяться як з дитиною, не як з членом родини, не приділяють належної уваги. Позитивне ставлення до сім'ї прямо корелює з числовими показниками такого конструкта репертуарної решітки як «члени родини» ($p < 0,05$) в юнаків обох

груп, що свідчить про існування родинних зв'язків та бажання відчувати підтримку сім'ї.

Різко відрізняється в юнаків з наявністю ігрозалежності ставлення до свого *майбутнього*. За Т-критерієм Стюдента виявлено статистично достовірну перевагу на 1% рівні значущості негативного ставлення до майбутнього в юнаків II групи, порівняно з юнаками групи з відсутністю ігрозалежності. Майбутнє представляється їм переважно в негативних тонах – похмурим, безперспективним, нудним, вони не бачать себе у своєму майбутньому, не впевнені в ньому (47,8%). Респонденти першої групи значно частіше висловлюють оптимістичні, впевнені, світлі прогнози щодо свого майбутнього. Негативна тенденція в юнаків, II групи, на наш погляд, пов'язана з тим, що вони не вірять у майбутнє і не бачать його, оскільки мета – негайне задоволення потреб, зараз, в сьогодні. Такі особистості орієнтовані переважно на споживання, вони не мають бажання докладати значних зусиль для побудови свого майбутнього. Також, що не менш важливо, в юнаків з наявністю ігрозалежності відсутня програма побудови цього майбутнього, вміння строїти стратегічні плани та реалізовувати їх.

Відмінності по ставленню *до осіб протилежної* статі в обох групах не спостерігаються ($p < 0,34$). Ідеалом жінки частіш за все називають відомих акторок, героїнь фільмів, книжок. Зрідка можна зустріти такі словосполучення, як «моя дівчина», «моя мама».

За шкалою «*ставлення до сексу*» незадоволеність своїми сексуальними стосунками показали молоді люди обох груп. Середньогрупові показники за цією шкалою знаходяться в представників обох груп у зоні негативних оцінок : I група – 4,7; II група – 4,0. Цей факт ми пояснюємо особливостями вибірки, а саме юнацькою гіперсексуальністю наших респондентів.

Уявлення про *дружбу*, в цілому, не вдалося розділити на «позитивне» і «негативне». Це пов'язано з тим, що речення були побудовані таким чином, щоб виявити ідеальне уявлення про дружбу. Практично у всіх респондентів уявлення про «справжнього друга» схожі: людина, яка не зрадить, не кине в

скрутну хвилину, не обмане, людина розумна, весела. Тобто юнаки відображали ідеальний образ друга. Середні показники за цією шкалою знаходяться в представників обох груп у зоні позитивних оцінок: I група – 7,7; II група – 6,9. Відзначаємо достовірну перевагу за цим показником юнаків I групи ($p < 0,01$). Відповідно, порівнюючи дані у відсоткових характеристиках, зазначаємо, що 20% юнаків групи «відсутність ігрозалежності» і 25% юнаків з наявністю ігрозалежності не впевнені у своїх друзях (табл. 2.7).

Слід відзначити наявність кореляційного зв'язку на високому рівні значущості ($p < 0,05$) між отриманими числовими показниками конструкту «ставлення до друзів» в результаті діагностики за репертуарними решітками Дж. Келлі «Репертуарний тест ситуаційних можливостей» та методикою «Незакінчені речення».

Ставлення до себе в обох груп дуже схоже: 46% та 48% молодих людей відповідно в I та II групі, не впевнені в собі, протиставляють себе навколишньому світу, мають низьку самооцінку. Середньогрупові показники за цією шкалою наближаються до нейтральних значень: I група – 5,1; II група – 4,9.

Відмінності по ставленню до минулого виявилися незначні: і в тій і в іншій групах лише третина опитаних схильні сприймати свій досвід як негативний. Ймовірно, особливості минулого не мають значення для формування ігрозалежності.

За шкалою «страхи і побоювання» в обох групах вказувалося наступне: страх смерті, побоювання втрати здоров'я, страх перед негативним оцінюванням себе; темрява, щури, замкнутий простір, таргани; самотність; відповідальність; люди, начальство; майбутнє, помилки. Всі ці страхи і побоювання властиві для людей в принципі. Будь-яких тенденцій щодо переважання конкретного виду страхів для кожної групи випробовуваних виділено не було. Встановлено, що на рівні статистичної тенденції в юнаків з наявністю ігрозалежності спостерігається більш прагматичне відношення до теми «страхи» ніж у юнаків I групи ($p < 0,1$). Ми робимо припущення, що

теми, які викликають страх, частково опрацьовані та відіграні юнаками II групи в комп'ютерних іграх.

Шкала *«почуття провини»* не показала відмінностей між юнаками першої та другої груп. Відповіді в обох групах були схожими за змістом. Обробка результатів мала певні особливості, так як неможливо було виокремити позитивне або нейтральне ставлення. Як різко негативні результати ми розцінювали закреслені, замальовані відповіді та пропуски в питаннях цієї шкали. На нашу думку, така поведінка при роботі з опитувальником свідчить як про психотравматичний характер спогадів, так і про наявність захисних механізмів, наприклад, витіснення, заперечення.

Цікавим, на наш погляд, виявився той факт, що такий емоційний стан як *«провина»* не був зафіксований у групі з наявністю ігрозалежності ні методикою *«Незакінчені речення»*, ні методикою *«Діагностика показників та форм агресії»* А. Басса і А. Дарки. Така ситуація певною мірою суперечить існуючій інформації, про наявність у ігрозалежних почуття провини [143]. Ми пояснюємо це тим, що II групу опитуваних, переважно складали юнаки, які належать до груп постійних та проблемних гравців, а не патологічні гравці з глибоким клінічним ступенем ігрозалежності.

Шкали *«почуття провини»* і *«страхи і побоювання»* представлені в нашому дослідженні однаковими негативними балами. Якщо їх супроводжує низький бал за шкалою *«ставлення до минулого»*, то можна припустити, що в респондентів ще свіжі негативні спогади, пов'язані з почуттям провини, які викликають деякі побоювання та переживання.

За шкалою *«нереалізовані можливості»* лише незначна кількість юнаків обох груп продемонструвала негативне ставлення. Значуща відмінність між відповідями респондентів в обох групах відсутня. Переважно юнаки обох груп засвідчили перспективу розвитку та приховані сподівання на можливість досягти бажаного. В решті-решт, шкала має питання на формулювання бажань, можливо, неймовірних в минулому та нездійснених тут і зараз. Але їх усвідомлення вже може стати першим кроком на шляху їх

досягнення. Саме тому пропущені незакінчені речення цієї шкали ми оцінювали як негативні. Ми вважаємо, що в такому випадку респонденти демонструють безвихідь та відсутність перспектив. Позитивні відповіді за шкалою «нереалізовані можливості» та позитивні відповіді за шкалою «ставлення до свого майбутнього» є хорошим ресурсом для подальшої психокорекційної роботи.

З метою виявлення взаємозв'язків між показниками ігрозалежності за результатами опитувальників «Анти-гемблінг» та «Опитувальника для визначення залежності від комп'ютерних ігор» та попередніми умовами формування емоційних станів, ми провели кореляційний аналіз. На рис. 2.6 представлено кореляційний взаємозв'язок ігрозалежності та підструктур когнітивно-рефлексивного, поведінкового та соціального блоків.

Значущі коефіцієнти кореляцій продемонстрували наявність зв'язків, що зосередились на трьох зазначених блоках: зв'язки ігрозалежності з показниками когнітивно-рефлексивних характеристик особистості, зв'язки ігрозалежності з показниками поведінкових характеристик особистості та зв'язки ігрозалежності з показниками соціального блоку.

Позитивну кореляцію ми виявили між ігрозалежністю та показниками поведінкового блоку, який представлений наступними шкалами: схильність до подолання норм і правил (ПодНП), схильність до адиктивної поведінки (АдП), схильність до агресії та насильства (АгрН), схильність до делінквентної поведінки (Дел); непряма агресія (НАгр); зв'язки ігрозалежності з показниками когнітивних характеристик особистості представлені показниками самооцінки емоційних станів: роздратування (Роздр), негативізм (Негат), образа (Обр), самотність (Сам), нудьга (Нуд); зв'язки ігрозалежності з показниками, які стосуються соціального блоку та ставлення до майбутнього: «негативне ставлення до батька» (нБать), «негативне ставлення до матері» (нМат), «негативне ставлення до сім'ї» (нСім), негативне ставлення до майбутнього (нМайб).

Негативна кореляція спостерігається за шкалами «позитивне ставлення до батька» (пБать), «позитивне ставлення до матері» (пМат), «позитивне ставлення до сім'ї» (пСім), «позитивне ставлення до майбутнього» (пМайб) та показниками самооцінки емоційних станів – радість та цікавість.

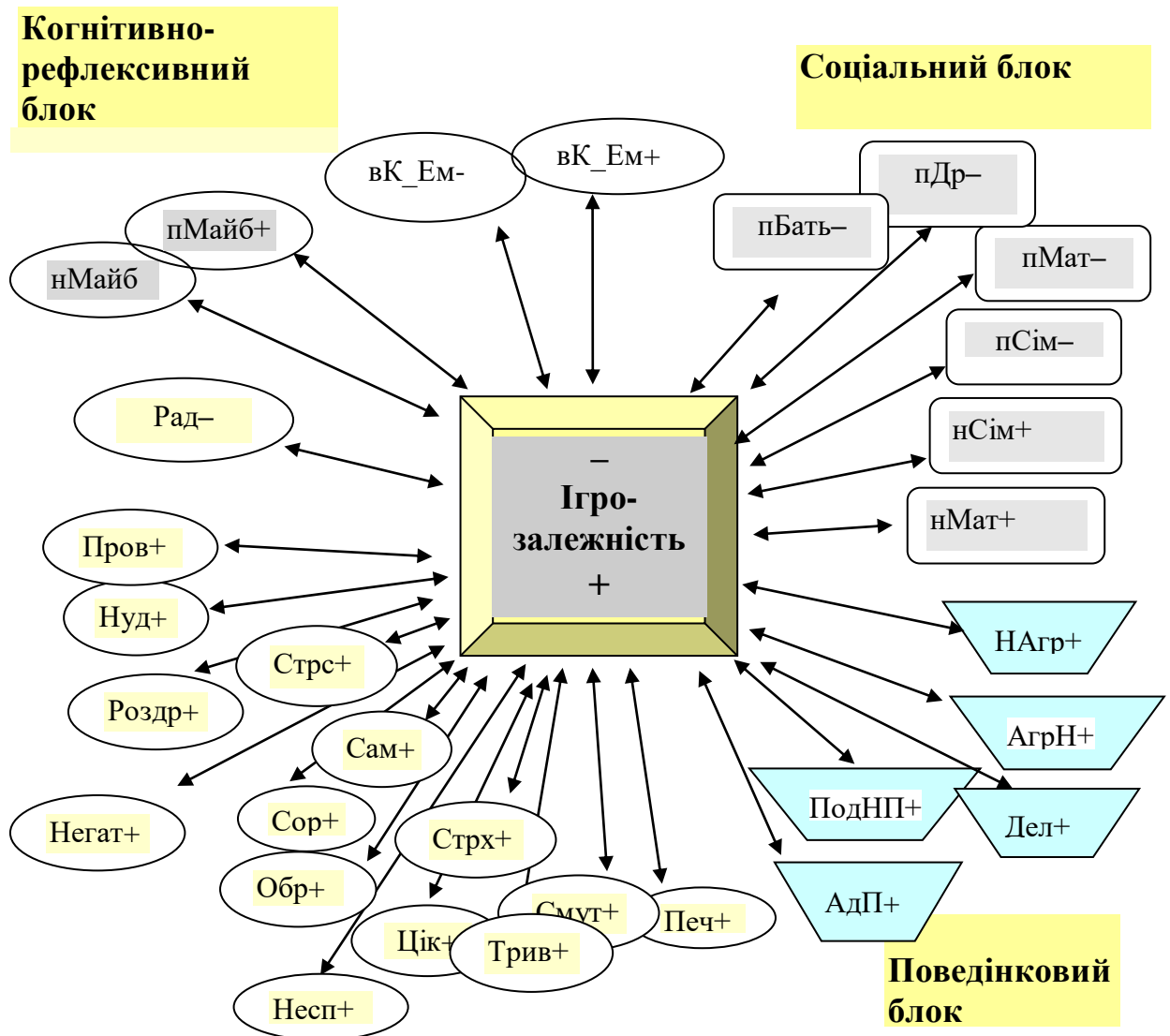


Рис. 2.6. Кореляційний взаємозв'язок ігрозалежності та чинників, які впливають на її формування.

Примітка: \longleftrightarrow зв'язки на 1% та 5% рівні значущості.

Чинники, які мають найбільші взаємозв'язки з ігрозалежністю, посіли провідне місце та розташовані на вказаній схемі якнайближче до центру.

Серед таких чинників вольовий контроль емоційних реакцій (вК_Ем), стрес (Стрс+) – $r = 0,578$, самотність (Сам+) – $r = 0,514$, страх (Стрх+) – $r = 0,472$, смуток (Смут+) – $r = 0,428$, нудьга (Нуд+) – $r = 0,405$, сором (Сор+) – $r = 0,397$, цікавість (Цік+) – $r = 0,386$, печаль (Печ+) – $r = 0,370$, провина (Пров+) – $r = 0,342$, роздратування (Роздр+) – $r = 0,295$, вольовий контроль емоційних реакцій (вК_Ем+) – $r = 0,291$, образливість (Обр+) – $r = 0,285$, схильність до адиктивної поведінки (АдП) – $r = 0,265$, при $p < 0,01$. Менше кореляційно зв'язані з ігрозалежністю чинники найбільш віддалені в кореляційному ряду. До них належать: негативізм (Нег+) – $r = 0,269$, неспокій (Несп+) – $r = 0,249$, безпомічність (Безп+) – $r = 0,233$, схильність до делінквентної поведінки (Дел+) – $r = 0,226$, при $p < 0,05$.

Отже, в результаті дослідження емоційних станів ігрозалежних юнаків нами було з'ясовано наступне. У респондентів з наявністю ігрозалежності виявлені статистично значущі відмінності між середньо груповими показниками *негативних емоційних станів*, порівняно з цими ж показниками в юнаків з відсутністю ігрозалежності. Цей факт свідчить про те, що саме ці стани (горе, гнів, презирство, самотність, смуток, страх, сором, тривога) є чинниками формування ігрової залежності. У юнаків з II групи порівняно з юнаками I групи виявлені статистично значущі тенденції до подолання норм та правил, схильність до адиктивної поведінки та слабкий контроль емоційних реакцій. У юнаків II групи середні показники непрямой агресії, роздратування, негативізму, образи достовірно вищі ніж у I групі, що є свідченням «втечі» від проблем суспільства в світ комп'ютерних та азартних розваг. Високі показники за шкалою негативізм свідчать про соціальну незрілість респондентів II групи. У цих юнаків існують проблемні стосунки в родині, батьком, матір'ю. Відзначаємо статистично достовірну перевагу негативного ставлення до майбутнього в юнаків з наявністю ігрозалежності, порівняно з юнаками групи з відсутністю ігрозалежності.

Між показниками ігрозалежності та попередніми умовами формування емоційних станів, які представлені як підструктури когнітивно-

рефлексивного, поведінкового та соціального блоків, виявлено кореляційні зв'язки високого ступеню статистичної значущості, що є підтвердженням тези про визначальну роль емоційних станів у формуванні ігрозалежної поведінки.

2.3. Застосування репертуарних решіток в процесі дослідження ігрозалежності юнаків

Моделлю репертуарної решітки, яку ми використали для діагностики проблеми ігрозалежності послугувала решітка Дж. Келлі, яку він описав як «репертуарний тест ситуаційних можливостей». Вона також згадується в роботі Ф. Франсели, Д. Баністера як «Решітка залежності» [188].

Ми виходили з того, що початок формування адиктивного процесу завжди відбувається на емоційному рівні [61; 81; 111; 175], і при підборі елементів та конструктів до репертуарних решіток ставили такі завдання: відстежити як пов'язують юнаки початок азартних та комп'ютерних ігор з власними емоційними станами; перевірити, як пов'язані проблемні життєві ситуації та ігрозалежність; з'ясувати наявність соціально-рекомендованих варіантів розв'язання проблем у наших респондентів та уміння знаходити яскраві емоційні стани поза ситуацією гри юнаками з наявністю ігрозалежності.

Запропоновані елементи та конструкти решіток ми поділили наступним чином: 1) елементи – а) перелік проблемних ситуацій, з якими респонденти могли стикатися (12 позицій); б) перелік емоційних станів (18 позицій); 2) конструкти – а) соціально рекомендовані конструкти (10 позицій); б) перелік комп'ютерних та азартних ігор, інтернет-контакти (10 позицій). Так, ми фактично отримали чотири репертуарні решітки: решітка А1 – перелік проблемних ситуацій (елементи) та соціально рекомендовані конструкти; А2 – перелік проблемних ситуацій (елементи) та перелік комп'ютерних та азартних ігор, інтернет-контакти (конструкти); В1 перелік емоційних станів

(елементи) та соціально рекомендовані конструкти; В2 – перелік емоційних станів (елементи) та перелік комп'ютерних та азартних ігор, інтернет-контакти (конструкти).

Вибори респондентів в репертуарних решітках ми надалі будемо називати імплікаціями, так як позначки в решітках – це логічна зв'язка, яка відповідає граматичній конструкції «якщо..., то...». За її допомогою з двох простих висловлювань (елемента та конструкта) утворюється складне висловлювання. Наявність та відсутність імплікацій в репертуарних решітках має певний інформаційний зміст. Пропуски можуть означати те, що досліджуваний конструкт не пов'язується в респондента із заданим елементом: конструкти, спрямовані на виявлення, або, що запропоновані конструкти не релевантні запропонованій характеристиці – відсутність відповідності і ступеня практичної застосовності результату. Наприклад, у юнака не було проблем з правоохоронними органами, і він не пов'язує запропонований елемент з жодним з конструктів.

При проведенні діагностичного обстеження варіант репертуарних решіток Дж. Келлі «Репертуарний тест ситуаційних можливостей» ми використовували одночасно з опитувальником «Анти-гемблінг» та «Опитувальником для визначення залежності від комп'ютерних ігор» [86]. За результатами обстеження ми виокремили дві групи, які назвали група юнаків з відсутністю ігрозалежної поведінки (І група) та проблемна (ІІ група), до якої ввійшли юнаки з наявністю ознак ігрової залежності. Це обстеження дозволило виявити, що серед опитаних респондентів, це 524 юнака, 134 особи (25,6 %) можуть бути віднесені до ІІ групи. Зазначаємо, що юнаки, які мають п'ять та більше позитивних стверджувальних за згаданими опитувальниками, в репертуарних решітках, де конструктами виступає перелік комп'ютерних та азартних ігор, мають сім та більше імплікацій. Тобто, сама репертуарна решітка може слугувати діагностичним інструментарієм ігрозалежності.

Аналіз результатів, отриманих за допомогою репертуарних решіток, ми проводили в декілька кроків. Першим кроком стало вивчення решіток «неозброєним оком», як рекомендував Дж. Келлі, з метою з'ясувати, що безпосередньо нам повідомляє респондент. Цілком очевидно, що опрацьовані та усереднені результати містять систему конструктів, яку на них накладає додатково сам дослідник, обираючи те, що вважає важливим. Ф. Франсела та Д. Баністер нагадують, що часто те, що ми вважаємо конструктами, які повторюються, для досліджуваного має різний зміст. Так, декілька юнаків додали свій варіант – «гуртожиток» до соціально рекомендованих конструктів. Вони пояснили, що соціальне життя на території гуртожитку це більше ніж запропонований нами конструкт «друг або кохана людина».

Другим кроком стала статистична обробка результатів дослідження репертуарних решіток. Вона включає методи ранжування, кореляції між конструктами, підрахунок виявлених імплікацій до загальної кількості можливих, відсоток від суми імплікацій та інші статистичні методи. Ми використовували методи комп'ютерної обробки експериментальних результатів (програма SPSS Statistics 17.0), а також комп'ютерну програму Microsoft Office Excel (2007) та методи якісної інтерпретації результатів дослідження.

Відповідно до обраної схеми, наводимо результати діагностичного обстеження.

Проблемні ситуації, в які потрапляють юнаки (про ці ситуації говорить частота їх вибору та визначення у відповідях опитувальника), дуже схожі. На першому ранговому місці в I і II групах знаходяться проблеми, пов'язані з роботою та навчанням. Актуальними юнаки вважають проблеми, пов'язані зі здоров'ям та проблемами з батьками. Цікавим, на наш погляд, виявилось, те, що в студентів машинобудівного коледжу, студентів інституту фізкультури, ПТУ, та старшокласників гімназії на четверте рангове місце потрапив конструкт решітки A1 «значимі інші (учитель, тренер, психолог, лікар)». Цей факт ми пояснюємо особливостями баз опитування та сформованими там стосунками (на спортсменів вплив тренера є дуже значущим) та, в певній

мірі, і особистісною незрілістю наших респондентів. Студенти університету цей конструкт помістили після таких конструктів як «заняття спортом, фізкультурою» та «захоплення».

Конструкти та елементи решітки A2 вказують на зв'язок між виникненням проблемних ситуацій та зануренням в комп'ютерні та азартні ігри. Опитувальник не вказує на проблемні стосунки, наприклад, з батьками, як на ситуацію, що провокує початок гри, або на те, що саме гра призводить до проблем з батьками. Ці уточнення можна зробити під час індивідуального спілкування. Але те, що проблеми мають місце можна наочно відстежити вже під час роботи юнаків з опитувальниками.

Серед варіантів розв'язання проблемних ситуацій та осіб, до яких можна звернутись за допомогою в першу трійку рангів потрапили конструкти «члени родини», «друг або кохана людина» і, також, варіант «проблеми самостійно». Статистично достовірні відмінності у використанні вказаних конструктів між юнаками I та II груп не спостерігались.

Під час проведення аналізу використання запропонованих конструктів решіток A1, нами було виявлено наступне: уразі виникнення проблемних ситуацій (їх варіанти запропоновані у вигляді елементів решітки A1), наші респонденти обирали переважно такі конструкти як «родина», «друзі», «кохана людина», «бути наодинці з собою». Це стосувалось юнаків групи, яку ми позначили як I група (відсутня ігрозалежність) так і групи, яку ми позначили як II група (наявна ігрозалежність). Далі послідовно згадувались «значущі інші», «заняття спортом», «захоплення». У I групі майже з однаковою частотою згадуються такі конструкти як «захоплення», «удосконалення в професійній сфері», «читання книг», «кінотеатри», «подорожі». Респонденти II групи виділяють конструкти в такій послідовності як захоплення, кінотеатри, подорожі, удосконалення в професійній сфері, читання книг. Звертаємо увагу на те, що конструкт «читання книг» у II групі знаходиться на передостанньому місці.

Ми намагались запропонувати нашим респондентам такі конструкти, що були б якнайбільше структурованими (артикульованими) та забезпечували б можливість поєднати їх у визначені підсистеми. Показники інтеграції системи конструктів, засновані на кореляції між конструктами [188]. Конструкти, які значущо корелюють між собою (попарно) на рівні $p < 0,05$, утворюють *первинні кластери*. Решта конструктів класифікується наступним чином. 1) Конструкт, який значущо корелює з одним або декількома конструктами, отримував назву «той, що розгалужується». 2) Конструкт, які значущо корелює з одним або декількома конструктами двох або декількох кластерів, отримував назву «зв'язуючий». 3) «Ізольованим» називався конструкт, що не корелює (на значущому рівні) ні з одним іншим конструктом.

Оскільки ми виокремили лише дві підсистеми в запропонованих конструктах – «Соціально схвалювані та рекомендовані конструкти» та «Конструкти, що сприяють виникненню ігрової або комп'ютерної залежності», і ці підсистеми фактично утворюють окремі решітки, ми не говоримо про кількість «зв'язуючих» конструктів в запропонованих репертуарних решітках. Але ми зазначаємо, що в підсистемі «Соціально схвалювані та рекомендовані конструкти» умовно можна виділити окремо такі частини: 1) «контакти з людьми» – члени родини, друзі, значущі інші (вчитель, тренер, психолог, лікар); 2) «рефлексивна частина» – наодинці з собою; 3) «відпочинок» – подорожі; захоплення; 4) «самовдосконалення» – займаючись спортом, фізкультурою, удосконалюючись у професійній сфері. Відвідування кінотеатрів, концертів, читання книг можна віднести до кожної з двох останніх частин. Так як у визначеній системі існують окремі підсистеми, можна говорити про ступінь артикульованості описаних конструктів. Переважним чином, у решітках A1 та B1 ми спостерігаємо первинні кластери конструктів та конструкти, що розгалужуються. При кореляційному аналізі усереднених показників, отриманих у досліджуваних I та II групи, «ізольованих» конструктів не зустрічалося. Наявність кореляційних зв'язків між запропонованими конструктами є показником

артикульованості системи конструктів. Посилаючись на Маклуфа-Норріс, Джоунс і Норріс [188], ми відмічаємо: «Концептуальна структура психічно здорової людини артикульована». Тому, в подальшій роботі ми розглядатимемо наявність кореляційних зв'язків в системі конструктів як позитивне явище, яке свідчить про певну психічну стійкість.

Ми інтерпретуємо конструкти решіток A1 та B1 не як поодинокі утворення, а як складові системи особистісних конструктів опитаних юнаків. Ці конструкти взаємодіють та взаємодоповнюють один з одного. Конструкти в зв'язку з цим набувають низку системних якостей, яких у них не було б, якби вони існували як розрізнено [188]. Так у блоці соціально рекомендованих конструктів в групі з відсутністю ігрозалежності ми спостерігали значну кількість позитивних кореляційних зв'язків. З можливих 45 пар, зв'язки на 1% рівні значущості – у 29 пар, на 5% рівні значущості – у 10 пар. Такі показники демонструють позитивний зв'язок між заданими конструктами. Наприклад, ми можемо констатувати, що при зростанні значення родини, зростає розуміння цінності інших, цінності друзів та кохання, здатність до самостійного обдумування ситуацій, бажання займатись спортом, ходити в кінотеатри та на концерти, читати, подорожувати, займатись улюбленою справою та удосконалюватись у професії.

У респондентів II групи, навпаки, спостерігалась негативна кореляція в парах: 1) родина – захоплення; 2) родина – кінотеатри, концерти; 3) значущі інші – бути наодинці з собою; значущі інші – кінотеатри, концерти; 4) друг, кохана людина – захоплення; друг, кохана людина – кінотеатри, концерти; друг, кохана людина – подорожі; 5) удосконалення в професійній сфері – наодинці з собою.

Ми пояснюємо одержані результати в такий спосіб: 1) вірогідно, що в якості «захоплення» виступають саме комп'ютерні або азартні ігри, і члени родини негативно ставляться до цієї пристрасті; 2) відвідування кінотеатрів не є родинною традицією; 3) значущі інші заважають перебуванню на самоті; 4) друзі або кохана людина не поділяють захоплення ($p < 0,001$) та не потрібні

як компанія для заняття спортом або спортом не займаються ($p < 0,001$); 5) для удосконалення в професійній сфері юнакам з наявністю ігрозалежності потрібна компанія.

Цікавими є пари з позитивною кореляцією. Так, пара «наодинці з собою – заняття фізкультурою та спортом» підтверджує одну з описаних вище негативних кореляцій. Конструкт «заняття фізкультурою та спортом» корелює з конструктами «подорожі» та «захоплення». Всього між соціально рекомендованими конструктами кореляційних пар 12 – негативної та 6 – позитивної спрямованості з високим статистично достовірним рівнем значущості ($p < 0,01$).

Оскільки в основу нашої методики ми поклали «Решітку залежностей» описану Дж. Келлі, то можна вважати, що решітка A1 дає уявлення саме про розподіл міжособистісних залежностей юнаків. За допомогою репертуарної решітки A1 ми отримали інформацію про взаємодію опитаних юнаків та соціуму.

Решітка B2 пропонує інший змістовний блок, інші ситуаційні можливості, коли в якості елементів виступає перелік емоційних станів. У випадках заповнення репертуарних решіток з однаковими конструктами, але різними елементами ми спостерігаємо як існуючі, так і нові кореляційні пари конструктів, що відрізняються в I та II групах.

Про деякі пари маємо сказати окремо. Конструкт «захоплення» виступає як «зв'язуючий» у респондентів групи з відсутністю ігрозалежності – він з високим статистично достовірним рівнем значущості позитивно корелює з конструктами «родина», «друзі», «фізкультура і спорт», «наодинці з собою» та «читання книг» ($p < 0,05$). Тобто, тема «захоплення» поєднується з родинними стосунками та друзями. При цьому захопленням може бути заняття фізкультурою та спортом та читання книг; юнаки, залишившись наодинці з собою можуть зайнятись улюбленою справою.

У решітках юнаків з наявністю ігрозалежності позитивна кореляція згаданого конструкту спостерігається у парах з конструктами «значущі інші» та «читання книг». Негативна кореляція – між конструктами «захоплення» і

«подорожі», та конструктором «друзі, кохана». На нашу думку, це є свідченням того, що юнаки II групи віддають перевагу захопленню – комп'ютерним та азартним іграм перед спілкуванням з друзями та подорожами, або, те, що друзі та кохана людина не поєднуються зі згаданим захопленням, заважають його існуванню та розвитку.

Ми спостерігаємо в групі з відсутністю ігрозалежності значну кількість кореляційних пар з позитивною кореляцією (39 пар), а в групі з наявністю ігрозалежності – кореляційних пар значно менше – 18 пар, з яких з зворотною кореляцією – 12 пар, з прямою – 6 пар. Таким чином, позитивною тенденцією психокорекційної роботи може бути зростання кількості пар з прямою кореляцією в II групі.

Ми не наводимо результати кореляційних зв'язків пар конструктів у решітках A2 та B2, оскільки некоректно, на нашу думку, надавати результати кореляцій по I групі (юнаки з відсутністю ігрозалежності), з наднизькими середніми показниками імплікацій: A2 – 0,5 та B2 – 1,5 (табл. 1). В такому випадку утворюється ситуація відсутності показників норми для порівняння з II групою. Тому для описання отриманих результатів ми переважно використовували метод ранжування.

Аналіз конструктів решіток A2 та B2 показав, що юнаки, в котрих ігрозалежність не була виявлена, віддали перевагу конструктору «інтернет-контакти». Відмінність у частоті згадувань цього конструктору та наступного за рангом («ігри з поглядом з очей свого комп'ютерного героя») має статистично достовірний рівень значущості за t-критерієм *рівності середніх* ($p < 0,01$). Наведений факт свідчить про вибір та пошук юнаками першої групи соціальних контактів, замість комп'ютерних ігор.

Деякі респонденти, переважно ті, що віднесені нами до другої групи, зазначали, що для цікавої та захоплюючої гри вони обов'язково мають взаємодіяти з іншими гравцями. Це можуть бути як знайомі чи друзі, так незнайомці, які є партнерами в on-line іграх. Ми розглядаємо такого роду контакти як відсторонення від живого спілкування, що надає можливість

гравцям найти однодумців по захопленню та отримати бажане переключення від дійсного світу на уявний.

Одержані результати частково підтверджують існуючу думку про найбільшу поширеність ігор з поглядом з «очей» «свого» комп'ютерного героя (їх ще називають «стрілялки») серед кіберадиктів (ігрозалежних від комп'ютерних ігор). Але індустрія створення нових ігор розвивається досить швидко, і в комп'ютерному просторі з'являються достатньо серйозні та захоплюючі ігри-стратегії, які на сьогодні мають прихильників не на багато менше, ніж «стрілялки». Між конструктами, що знаходяться на першому та другому ранговому місці («ігри з поглядом з очей свого комп'ютерного героя» та «ігри-стратегії») в респондентів другої групи відсутній статистично достовірний рівень значущості. Конструкти, які мають третю та другу рангову позицію достовірно відрізняються між собою за кількістю згадувань ($p < 0,05$).

Те, що на першому та другому рангових місцях у юнаків з наявністю ігрозалежності опинились ігри з поглядом з «очей» «свого» комп'ютерного героя та ігри-стратегії можна пояснити особливостями цих ігор. Вони полягають у тому, що під час саме цих ігор дуже швидко відбувається ідентифікація з героєм та занурення у віртуальну реальність гри, що призводить до так званої адиктивної реалізації або втечі від реальності.

Особливий інтерес викликає інформація, пов'язана з частотою використання таких конструктів як «комп'ютерні варіанти ігрового репертуару казино», «казино» та «гральні автомати». Ці конструкти мають останні рангові місця, відповідно 8, 9 та 10. Ми вважаємо, що соціальні заходи на рівні держави, саме прийняття Закону про заборону грального бізнесу, сприяли зменшенню появи нових гравців у середовищі юнацтва. Хоча ми спостерігали статистично достовірний рівень значущості ($p < 0,05$) між кількістю згадувань конструктів 7 та 8 рангових місць, що свідчить про меншу кількість згадувань азартних ігор, але їх загальна кількість дорівнює 456 імплікацій, що становить 14,4 % від загальної кількості позначених

конструктивів решіток A2 та B2. Це ще раз указує на цінність для частини юнаків саме азартних ігор.

Щодо аналізу елементів решітки A1 та їх розподілу за частотою використання, маємо наступну картину: в обох групах найбільшу кількість позначок прийшлося на такі елементи як проблеми з роботою, навчанням, проблеми зі здоров'ям, несподіваний фінансовий прибуток. Останні за рангом в обох групах проблеми з правопорушенням, алкоголем, наркотиками.

Принципової відмінності у виборі конструктивів решіток A1 та B1 між двома групами (I група – відсутня ігрозалежність, II група – наявна ігрозалежність) ми не спостерігали. Юнаки обох груп цінують та потребують родинної та дружньої підтримки. Готові поділити особисті емоційні переживання, в першу чергу, з близькими людьми (конструкти «члени родини» та «друг, кохана»).

Різницю у використанні конструктивів ми виявили при аналізі даних решітки B2, в якій елементами виступають емоційні стани. Досить показовим, на нашу думку, є те, що юнаки першої групи віддали перевагу інтернет-спілкуванню перед комп'ютерними та азартними іграми. Це, в першу чергу, свідчить про бажання синтезувати соціальні контакти та знайти співбесідника, з яким можна розділити власні емоційні стани. Представники другої групи віддали перевагу саме комп'ютерним іграм. З незначною різницею вони обрали такі конструкти, як «Ігри з поглядом «з очей» «свого» комп'ютерного героя» та «Ігри – стратегії». Інтернет – контакти займають лише третє місце.

На думку І. С. Кона, юнацькі емоції, як і інтелект, не можна вимірювати без урахування того, наскільки важливим є конкретний стимул або ситуація для цього випробуваного [80]. Саме тому, в решітках B1 та B2, ми пропонуємо співвіднести емоційний стан (елемент) та стимул – ситуацію (конструкт). Елементи решітки B1 та B2 представляють собою перелік емоційних станів. Респонденти мали їх пригадати та співставити в межах власного досвіду з варіантами запропонованих ситуацій.

На рис. 2.7 представлені результати розподілу відповідей за частотою використання елементів решіток В1 та В2 в I та II групах (групи з відсутністю та наявністю ігрозалежності). При аналізі решітки В1 ми відмічаємо, що найчастіше серед інших зустрічається елемент «цікавість», з невеликою різницею в кількості відповідей далі йдуть «радість» та «самотність». Такий розподіл уваги саме до цих емоційних станів притаманний юнакам обох груп, бо він характеризує вікові особливості наших респондентів [108]. Серед емоційних станів, які супроводжують початок комп'ютерної або азартної гри (решітка В2), наші респонденти переважно більшістю вказали нудьгу та самотність. На третьому місці знаходиться елемент «цікавість». Показово, що такі елементи як «радість», «емоційний комфорт» частіше згадується респондентами обох груп в парах із соціально рекомендованими конструктами (решітка В1). Усвідомлення цього факту юнаками з наявністю ігрозалежності є одним з ресурсних компонентів для психокорекційної роботи.

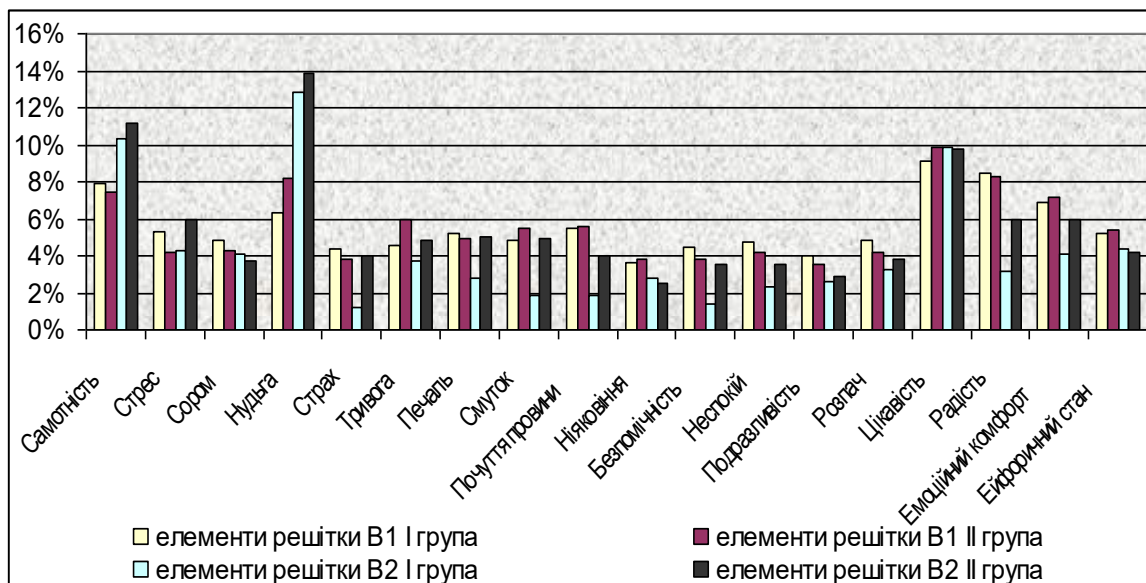


Рис. 2.7. Результати розподілу відповідей за частотою використання в решітках В1 та В2 (у відсотках).

Під час проведення кількісного аналізу використання запропонованих конструктів решіток В1 нами було виявлено, що зазначені емоційні стани (їх варіанти запропоновані у вигляді елементів решітки В1), респонденти обох

груп налаштовані проживати переважно поруч з друзями, коханою людиною, родиною, або «бути наодинці з собою». Далі респонденти I групи (відсутня ігрозалежність) послідовно згадують «заняття спортом», «кінотеатри», «захоплення», «подорожі», «читання книг», «удосконалення в професійній сфері», «значущих інших». У II групі продовження розподілу зазначених конструктів має наступний вигляд: «захоплення», «подорожі», «кінотеатри», «читання книг», «професійне удосконалення».

Під час проведення діагностики практично на всіх базах опитування ми зіткнулись з тим, що частина респондентів не розуміє відмінностей у вказаних емоційних станах, таких як, наприклад, смуток, печаль, неспокій, тривога, страх. Ми пояснюємо це невмінням та відсутністю готовності визначати та описувати власні емоційні стани та певним дефіцитом емоційних реакцій. При індивідуальному спілкуванні в цих юнаків нами була відмічена складність вербалізації як власних емоційних станів так і емоційних станів інших людей. Тому, в роботі з репертуарними решітками, на наш погляд, діагностичним є також значення показників індивідуальної активності респондентів.

Ми вираховували їх в два етапи. По-перше, ми вираховували середню кількість імплікацій в решітці на одного респондента. Так як загальна кількість конструктів дорівнює загальній кількості елементів для кожної решітки (окремо решітки A1, решітки A2, решітки B1, решітки B2) можна говорити про середню кількість імплікацій для вказаних решіток. Середню кількість імплікацій в решітці вираховуємо з відношення суми загальної кількості імплікацій у решітці до кількості респондентів, яким належать ці відповіді.

По-друге, ми вираховували показники насиченості [188], які характеризують індивідуальну активність досліджуваних (**пН**). Це процентне відношення здійснених імплікацій (середня кількість імплікацій) до загальної кількості можливих імплікацій у решітці (**С**).

Для решіток A1 та A2 загальна кількість можливих імплікацій $C = 120$, для B1 та B2 – $C = 180$.

$$пН = \bar{x} / C * 100,$$

де \bar{x} – середня кількість імплікацій у решітках;

C – загальна кількість можливих імплікацій у решітці;

$пН$ – показник насиченості.

По-третє, ми визначили індекс, що демонструє різницю в активності респондентів при заповненні запропонованих наборів репертуарних решіток – це відсоток від суми середніх ($інРА$). Він показує процент імплікацій в решітках з однаковими елементами, фактично порівнюючи дві підсистеми конструктивів: конструкти із соціально схвалюваними варіантами та конструкти, з варіантами для виявлення ігрової або комп'ютерної залежності (табл. 2.8).

$$інРА = \bar{x} / S * 100,$$

де \bar{x} – середня кількість імплікацій у решітках;

S – сума середніх у решітках з однаковими елементами – $(A1+A2)$ та $(B1+B2)$;

$інРА$ – індекс різниці активності.

Врахування індексу різниці активності ($інРА$) є важливим як підчас групової, так при індивідуальній роботі для оцінювання динаміки змін. В першу чергу, потрібно звертати увагу на збільшення кількості імплікацій у решітках A1 та B1 порівняно із бажаним їх зменшенням в решітках A2 та B2.

Середня кількість імплікацій в решітках говорить нам про активність учасників, їх зацікавленість опитуванням, вмінням та спроможністю (готовністю) взаємодіяти в рамках запропонованої теми. Між тим потрібно зазначити існування респондентів, що з різних причин не заповнювали (0 імплікацій), або проявили мінімальну активність (1-3 позначки) визначаючись у відповідях. При звертанні їхньої уваги на цей факт, особливо, на відсутність імплікацій у решітці B1, де питання стосуються емоційних станів, ми отримували відповідь, що вони ніколи не переживали подібного або не розуміють як відрізняються зазначені (вказані) емоційні стани.

Середня кількість імплікацій у групах

Решітки	Групи	Сума середніх у решітках	Соціально схвалювані та рекомендовані конструкти			Конструкти, що сприяють виникненню ігрової або комп'ютерної залежності		
			Середня кількість імплікацій у решітках \bar{x}	ІнРА, %	пН, %	Середня кількість імплікацій у решітках \bar{x}	інРА, %	пН, %
А	1гр	10,2	9,7	95,1	8,1	0,5	4,9	0,4
	2гр	15,6	11,1	71,2	9,3	4,5	28,9	3,8
В	1гр	18,7	17,2	92	9,6	1,5	8	0,8
	2гр	36,5	23,6	64,7	13,1	12,9	35,3	7,2

Примітка : 1гр – група з відсутністю ігрозалежності; 2гр – група з наявністю ігрозалежності.

Аналіз отриманих результатів свідчить про більшу кількість імплікацій та, відповідно, зацікавленість у роботі з репертуарними решітками юнаків II групи (наявна ігрозалежність) порівняно з I групою (відсутня ігрозалежність). Це порівняння в першу чергу стосується решіток А1 та В1, де конструктом є соціально схвалювані моделі. Статистично достовірний рівень значущості за t – критерієм для пар А1 – А2 та В1 – В2 дорівнює 0,05. Вміння усвідомлювати та відстежувати власні емоційні стани ми розглядаємо як важливий елемент, характерний для нормального розвитку емоційної сфери представників юнацького віку та важливий ресурс для подальшої психокорекційної роботи. Відмінності в кількості імплікацій в решітках А2 та В2 в респондентів II групи порівняно з респондентами I групи та наявність статистично достовірного рівня значущості за критерієм парних вибірок ($p < 0,01$) обумовлено змістом питань, а саме тим, що конструкти цих груп спрямовані на виявлення ставлення юнаків до комп'ютерних та азартних

ігор. Таким чином, у досліджуваних з наявністю ігрозалежності достовірно більше імплікацій у цих решітках у порівнянні з групою, де відсутня ігрозалежність.

Ми звертаємо увагу на більшу кількість імплікацій у решітці B2 порівняно з решіткою A2. Відмінності спостерігались на високому рівні статистичної значущості ($p < 0,01$). Отримані дані підтвердили тезу, наведену в теоретичній частині нашої роботи, про безпосередній зв'язок між емоційними станами та початком гри. Достовірно менша кількість імплікацій наших респондентів пов'язує початок комп'ютерних та азартних ігор з проблемними ситуаціями.

При порівнянні конструктів та елементів решіток A1, B1 та A2, B2 важливим показником є кількість імплікацій у цих решітках. За абсолютними та відносними (відсотковими) показниками достовірно більше ($p < 0,05$) імплікацій перепадає на решітки A1 та B1 як у першій так і в другій групах. Це, в першу чергу, говорить про прагнення та готовність юнаків взаємодіяти з соціумом. Емоційні стани, що в першу чергу, відповідають такому бажанню це цікавість, радість, емоційний комфорт.

Порівняння частоти використання однорідних елементів решіток A1 та A2, B1 та B2 вказує на значущість для респондентів певної групи конструктів, як реального способу диференціації елементів [188]. В нашому випадку це соціально схвалювані та рекомендовані конструкти, та конструкти, які сприяють виникненню ігрової або комп'ютерної залежності.

Звертають на себе увагу результати, одержані при підрахуванні відсотку від суми середніх елементів решіток: (A1 + A2) та (B1+B2). У групі з відсутністю ігрозалежності відсоток імплікацій, які належать решіткам A2 та B2, в котрих у якості конструктів виступають чинники, що сприяють виникненню ігрової або комп'ютерної залежності, значно менший, порівняно з решітками A1 та B1, де конструктами виступають соціально рекомендовані чинники. Для решіток A1 – 4,9 % та A2 – 28,9 %; для B1 – 8 % та B2 – 35,3 % (табл.1).

Таким чином, ми передбачаємо, що зниження індексу різниці (інРА) в решітках А2 та В2 вказуватиме на позитивну динаміку психокорекційної роботи.

Отже, за результатами дослідження зазначаємо наступне.

1) Репертуарні решітки Дж. Келлі «Репертуарний тест ситуаційних можливостей», а саме «Решітки залежності», є зручним інструментом діагностики ігрової залежності, який дає право не тільки класифікувати, оцінювати або отримувати шкали переваг, але й зрозуміти та врахувати індивідуальне ставлення респондентів до проблеми.

2) Первинний огляд результатів заповнення решітки за кількістю імплікацій дозволяє зрозуміти наявність або відсутність інтересу до комп'ютерних або азартних ігор. Визначення індексів різниці активності та показників насиченості репертуарних решіток не потребують спеціальних програм комп'ютерної статистичної обробки. За цими показниками можна оцінювати динаміку психокорекційної роботи.

3) Статистично достовірний рівень значущості між показниками насиченості, індексами різниці активності, середніми показниками імплікацій решіток А2 та В2, де конструкти спрямовані на виявлення комп'ютерної та ігрової залежності, а в якості елементів виступають проблемні ситуації (А2) та емоційні стани (В2) підтвердив тезу про ключову роль емоційних станів у формуванні ігрозалежності.

4) Використання програм статистичної обробки інформації дозволяють отримувати інформацію, що до кореляції, ранжування конструктів та елементів і таке інше, відповідно до спрямованості мети дослідження. Ми описали в роботі лише незначну частину можливих варіантів аналізу репертуарних решіток, згідно поставлених завдань.

Таким чином, аналізуючи в цілому одержані на цьому етапі констатувальної частини дослідження результати, необхідно зазначити, що формування ігрозалежної поведінки в юнацькому віці безпосередньо пов'язане з усвідомленням та прийняттям свого внутрішнього світу, саме її

емоційної складової. Емоційні стани пов'язані з видом діяльності, яку виконують юнаки, з вчинками, самопочуттям, взаємодією з оточенням. Зазначені компоненти, в свою чергу, знаходяться в постійній безпосередній взаємодії. Тому в ситуаціях формування адиктивних форм поведінки взагалі та ігрозалежності, зокрема, можна говорити про когнітивно-рефлексивні, поведінкові та соціально-суспільні чинники її виникнення. Представленість проблеми ігрозалежності серед юнаків одного віку, виявлені в ході дослідження емоційні стани, що супроводжують початок гри, очікування гравців та реальні наслідки залежної поведінки викликають необхідність створення програми формувального впливу на емоційні стани юнаків як на суттєвий чинник утворення ігрозалежності.

Висновки до другого розділу

У ході дослідження обґрунтовано та розроблено комплекс методик для вивчення емоційних станів ігрозалежних юнаків, що базується на розумінні безпосереднього зв'язку між емоційними станами особистості та процесом формування ігрозалежності.

Нами вперше застосовано «Решітку залежностей» Дж. Келлі (варіант «Репертуарного тесту ситуаційних можливостей») для діагностування емоційних станів ігрозалежних. Ця методика дозволяє виявити наявність проблеми, її глибину, окреслити коло причин, що сприяють виникненню ігрозалежності, визначити можливі ресурси для її подолання та контролювати результати психокорекції.

Аналіз отриманих результатів дослідження показав, що чверть опитаних респондентів віком від 17 до 21 року має ознаки ігрозалежності.

У результаті проведеного нами констатувального експерименту виявлено емоційні стани, які призводять до початку гри, а саме: нудьга, самотність, цікавість визначені юнаками як групи з відсутністю ігрозалежності, так і юнаками з наявністю ігрозалежності як ті, що

супроводжують початок комп'ютерних та азартних ігор. Виявлено кореляційні зв'язки між результатами дослідження емоційних станів юнаків за допомогою різних методів дослідження.

Констатовано, що юнаки з наявністю ігрозалежності мають особистісні відмінності, порівняно з юнаками, в котрих ігрозалежність не була виявлена. Серед них такі як схильність до адиктивної поведінки, схильність до подолання норм і правил, слабкий контроль емоційних реакцій, схильність до непрямой агресії. У досліджуваних вказаної групи існують проблемні стосунки в родині, ці юнаки вирізняються негативним ставленням до майбутнього.

Виявлено комплекс емоційних станів, які притаманні юнакам з наявністю ігрозалежності, а саме постійним та проблемним гравцям (група ризику). У вказаних респондентів спостерігаються самотність, нудьга, цікавість, роздратування, негативізм, образа, смуток, тривога.

Виявлено кореляційні зв'язки високого ступеню статистичної значущості між показниками ігрозалежності та попередніми умовами формування емоційних станів, представленими показниками когнітивно-рефлексивних характеристик особистості, поведінкових характеристик особистості та зв'язки ігрозалежності з показниками соціального блоку, що підтверджує тезу про ключову роль емоційних станів у формуванні ігрозалежності.

Визначено найбільш привабливі для респондентів обох груп комп'ютерні та азартні ігри. Виявлено, що юнаки з наявністю ігрозалежності віддають перевагу іграм з поглядом з «очей» «свого» комп'ютерного героя та іграм-стратегіям. Юнаки з відсутністю ігрозалежності, в першу чергу, обирають інтернет-контакти. Згадування безпосередньо азартних ігор знаходиться на останніх рангових місцях, але становить значний відсоток від загальної кількості відповідей юнаків.

Результати, що надані в розділі, опубліковані в наступних працях автора:

1. Мотрук Т. О. Метод репертуарних решіток та його застосування при дослідженні ігрозалежної поведінки юнацтва / Т. О. Мотрук // Актуальні проблеми психології: проблеми психології творчості. – Житомир : ЖДУ ім. І. Франка, 2011. – Т. 12. – Вип. 10. – Ч. II. – С. 266–273.

2. Мотрук Т. О. Дослідження проблеми ігрозалежності у юнацькому віці / Т. О. Мотрук // Психологічне здоров'я і благополуччя нації : проблеми, реалії і перспективи : зб. Міжнар. наук.-практ. конф. – Донецьк, 2011. – С. 217–219.

РОЗДІЛ 3

ЗАСОБИ ПСИХОЛОГІЧНОЇ КОРЕКЦІЇ ЕМОЦІЙНИХ СТАНІВ ІГРОЗАЛЕЖНИХ ЮНАКІВ

У розділі викладено методику та здійснено психологічний аналіз результатів формувального експерименту, визначено мету, завдання, принципи, засоби і форми його проведення. Теоретично і методично обґрунтовано психологічну модель корекції та профілактики ігрозалежності юнаків, викладено тренінгову програму **КЕСТІ** (корекція емоційних станів ігрозалежних юнаків), проаналізовано напрямки упередження ігрозалежності як одного з видів девіантної поведінки юнаків. Для перевірки ефективності розробленої розвивально-формувальної системи проаналізовано якісні та кількісні результати її апробації. За допомогою методів математичної статистики визначено динаміку показників емоційних станів ігрозалежних юнаків в експериментальних та контрольних групах.

3.1. Програма розвивально-психокорекційного експерименту

У результаті попереднього діагностичного дослідження була отримана необхідна інформація про особливості емоційних станів юнаків та індивідуальні особливості юнаків. Ці дані дозволили розробити систему психокорекційних заходів, що включає диференційоване поєднання методів індивідуального та групового втручання, спрямованих на подолання проявів ігрової залежності, формування навичок контролю та управління власними емоційними станами, вміння знаходити та отримувати позитивні емоції в повсякденному житті, набувати соціальну компетентність, що, зрештою, сприятиме формуванню особистісної цілісності та довіри до себе.

Конкретизованою метою формувальної частини є обґрунтування, констатація змісту та опрацювання результатів упровадження програми,

спрямованої на корекцію емоційних станів ігрозалежних юнаків. Програма зорієнтована на визначення експериментальним шляхом ефективних умов, що забезпечать конструктивно спрямовану динаміку розвитку вміння відстежувати, розуміти та контролювати власні емоційні стани, а саме на розвиток та формування вмінь відреагування негативних емоційних станів, самоконтролю, релаксації, розвитку самосвідомості, вибору системи цінностей, мети і сенсу, формування свободи відповідальності, усвідомлення та прийняття себе і своєї системи саморегуляції в структурі особистості юнаків.

Досягнення конкретизованої мети передбачає врахування специфіки віку наших респондентів. Як зазначає А. А. Осипова, ефективність психокорекційних програм суттєво залежить від часу здійснення впливу. Чим раніше виявлено порушення та відхилення в розвитку, тим раніше розпочато корекційну роботу, тим більша вірогідність успішного розв'язання проблеми [125].

Одним із найголовніших завдань дисертаційного дослідження було створення спеціальної психокорекційної програми. Тож на основі концептуальних позицій наукової школи Н. І. Пов'якель [136; 138] було розроблено програму тренінгових психотехнологій з психокорекції емоційних станів ігрозалежних юнаків – КЕСТІ (корекція емоційних станів ігрозалежних юнаків).

Система психокорекційних втручань була розроблена з урахуванням результатів попередньої діагностики і розрахована на роботу з юнаками, які мають ознаки залежної поведінки та за результатами опитування належать до групи, яку ми позначили як II група (юнаки з наявністю ігрозалежності).

За даними, отриманими на етапі констатувального експерименту, в схильних до ігрової залежності юнаків виявлено специфічний комплекс емоційних станів, серед яких переважають самотність, цікавість, нудьга, роздратування, негативізм, образа, смуток, тривога. До числа попередніх умов, що впливають на формування емоційних станів, належать такі: знижений вольовий контроль емоційних реакцій, песимістичне ставлення до майбутнього як підструктури когнітивно-рефлексивного блоку; особливості

проявів поведінки, серед яких слід відзначити схильність до подолання норм і правил, схильність до адиктивної поведінки, схильність до деліквентних тенденцій; негативні родинні стосунки як підструктури соціального блоку.

У запропонованій психокорекційній програмі передбачено роботу з підструктурами когнітивно-рефлексивного, поведінкового та соціального блоків, визначено ставлення до емоційних станів як до сутнього чинника в формуванні ігрозалежності. Емоційні стани ігрозалежних юнаків визначені нами як мішень психотерапевтичних втручань тому, що саме емоційна складова є невід'ємною та поєднуючою частиною всіх аспектів існування особистості.

На підставі аналізу та узагальнення досвіду сучасної практичної психології (Н. І. Бігун, О. І. Бондарчук, І. В. Дубровіна, Д. Джонсон, С. Б. Кузікова, А. А. Осипова, Н. Г. Осухова, Н. І. Пов'якель, К. Роджерс, К. Рудестам, Г. Є. Улунова, Н. Ф. Шевченко, Ямницький В. М.), відповідно до поставленої мети було сформульовано та реалізовано такі *принципи* психокорекційної роботи: єдність та послідовність діагностичного і корекційного етапів, що зумовило комплексність дослідження; принцип системності психологічного впливу, згідно з яким *умовою* психокорекції емоційних станів ігрозалежних юнаків є підвищення емоційної зрілості та розвиток уміння керувати своїми емоційними станами; принцип активності, відповідно з яким процес формування антидевіантного імунітету включає експериментування, апробацію та закріплення; принцип комплексності, який виявився у використанні адекватних меті та завданням формувального експерименту методів і методик з різних напрямків практичної психології, зокрема: арттерапії (проективне малювання, створення власних продуктів творчості), ауто- і гетеротренінгу, поведінкової, когнітивної, гуманістичної психотерапії.

До *психотехнічних прийомів* корекції емоційних станів ігрозалежного юнацтва відносимо:

- володіння прийомами усвідомлення емоційних станів у ситуації «тут і зараз»; при цьому осмислення ситуації з позиції як учасника, так і стороннього спостерігача, тобто вміння розглядати ситуацію з різних точок зору;
- володіння прийомами саморегуляції для набуття контролю за емоційними станами;
- володіння прийомами релаксації для «зняття» емоційного збудження, створення можливості керувати процесами організму та психіки;
- прийоми самовизначення: при цьому важливим є внутрішнє налаштування на раціональне осмислення ситуації, яка викликає зміну емоційного стану, наприклад перед початком гри;
- когнітивне переструктурування: при цьому відбувається корекція ірраціональних заборон, характерних для сучасного суспільства.

Ми вважаємо, що провідною *рушійною силою* зазначеної програми психокорекції емоційних станів виступають:

- процеси саморозвитку та саморегуляції особистості, спрямовані на формування цілісної особистості;
- механізми та прийоми, спрямовані на оволодіння емоційними станами.

Аналіз літературних джерел щодо виникнення адикцій з позиції різних психотерапевтичних підходів, урахування значущості емоційного компонента у формуванні ігрозалежності, вивчення особливостей психокорекційного втручання в зазначену проблему дозволяє визначити першочергові завдання ефективної психокорекції емоційних станів ігрозалежних юнаків, відповідно до психотерапевтичних напрямків.

У межах поведінкового напрямку ставилися такі завдання: набуття навичок саморегуляції емоцій; набуття навичок релаксації; поведінкове та емоційне відреагування негативних емоцій; загашення неадаптивних стереотипів, які існують; участь у груповій роботі з акцентом на встановлення емоційних контактів; заохочування до відкритої демонстрації будь-яких почуттів та емоцій; набуття нового стереотипу поведінки, який був

відсутній у його репертуарі; навчити отримувати позитивні емоції та задоволення від подій і стимулів, яких сповнене реальне життя; навчити звертати увагу, в першу чергу, на позитивне в собі і в навколишньому світі. До таких ми відносимо групу вправ на релаксацію, вправи, які орієнтовані на формування вміння фіксувати увагу на простих відчуттях, набуття навичок зосереджувати увагу та свідомо утримувати її в позитивному фокусі.

Необхідність включення вправ на релаксацію в тренінг психокорекції емоційних станів ми вбачали в тому, що дуже часто лише за рахунок тільки концентрації уваги можна зупинити потік негативних переживань, який в інших випадках починає рости як сніговий ком. Коли об'єктом уваги стають тілесні відчуття, то, концентруючись на них (тілесних переживаннях), можна відволіктися від усього зайвого. Під час розслаблення спостерігається вивільнення м'язових затисків. Хвилювання, подразливість, гнів супроводжуються зазвичай сильним напруженням м'язів рук, обличчя, шиї. Існує і зворотний зв'язок і, розслабляючи групи перенапружених м'язів, ми ніби робимо дірку в стані напруження, в її емоційно-тілесному прояві. Релаксація перебудовує режим роботи нервової системи, робить організм більш чутливим до мисленнєвих наказів. Це робить можливим управління недоступними раніше важелями тіла та психіки [192, с. 157–158]. Ці вправи формують навички релаксації та концентрації, навички управління увагою та розраховані на засвоєння як під час групової роботи (у тренінговій групі), так і самотійно (вдома). Вони яскраво і часто несподівано демонструють реальні можливості людини у сфері релаксації. Конкретні досягнення, зафіксовані нові навички в результаті оволодіння прийомами саморегуляції, особливо в юнацькому віці, є переконливими факторами, що стимулюють подальшу роботу, спрямовану на формування самоповаги та образу «Я».

Вправи, які орієнтовані на формування вміння зосереджувати увагу на простих відчуттях (запах, смак, дотик), спрямовані на пошук та отримання реального переживання радості поза ситуацією гри. Ми не беремо на себе сміливість стверджувати, що лише досвід участі в тренінговій роботі стане

заміною емоційним станам під час гри, але гедоністичну мотивацію початку гри [81; 175; 86; 111] ми використовуємо як інструмент у роботі над пошуком інших способів отримання задоволення. Навички розпізнавати, виділяти, корегувати та свідомо утримувати бажані емоційні стани є основою для повноцінного, цікавого та насиченого життя в будь-якому віці. Однією з причин, які призводять до утворення залежностей є невміння знаходити задоволення та бачити радість в буденному житті. Пошук позитивних емоцій, які зазвичай є показником наявності та якості задоволення, є основою гедоністичної мотивації виникнення ігрової залежності. Твердження про те, що людина є достойною щастя, радості, задоволення, часто викликає прихований або явний протест у багатьох наших сучасників. Тому дуже важливим є усвідомлення дозволу на задоволення, прийняття нових норм і правил, які дають право на щастя, радість, але не заважають оточуючим, та передбачають уміння ставити позитивні цілі. Хоча, на перший погляд, люди, що мають ігрову залежність, нібито йдуть шляхом лише пошуку задоволення, але під час приватної розмови з'ясовується відсутність альтернатив радості та отримання позитивних емоцій. Юнаки з різних причин не бачать можливості та не вміють отримувати яскраві переживання поза грою. Бажання втекти від дійсності у віртуальний світ розваг, пережити гострі відчуття під час крутіння рулетки, роблячи ставки в гральних автоматах на певний час стає домінуючим. Ми розглядаємо вміння та невміння отримувати задоволення від життя як результат процесу навчання. В. Ромек та О. Ромек вважають, що невміння отримувати задоволення від життя є наслідком того, що люди просто не навчені цього. Це є наслідком або дефіцитарного, або агедоністичного процесів. Дефіцитарний процес пов'язаний із заученою звичкою концентруватися на недоліках об'єктів задоволення, а агедоністичний – у добре сформованих навичках страждання, прекрасному вмінні переживати негативні почуття, фіксувати увагу на таких об'єктах [156]. Тому одним із завдань нашої психокорекційної програми (КЕСТІ) є набуття навичок зосереджувати увагу та свідомо утримувати її в

позитивному фокусі на подіях, об'єктах, діях, на тому що приносить задоволення. «Дозвіл» на отримання задоволення, на переживання радості, часто потребує визначення межі допустимості власного задоволення. Ці межі з'ясовуються та усвідомлюються під час групових дискусій, виконання домашніх завдань, ведення щоденника учасника тренінгу.

Когнітивна складова в схемі психотерапевтичного втручання передбачала ряд завдань: створення моделі психологічної проблеми, яка була б зрозумілою клієнту і з якою він міг би працювати самостійно; виправлення помилкової переробки інформації; допомога клієнтам у зміні переконань, які підтримують неадаптивну поведінку і неадаптивні емоції; дослідження почуттів і тілесних відчуттів, переведення тілесних сигналів на рівень свідомості; вироблення адекватних життєвих цілей та усвідомлення можливостей їх реалізації; усвідомлення та прийняття себе і своєї системи саморегуляції.

Використання технік когнітивної терапії передбачає включення вправ, що орієнтовані на пошук та корекцію нерациональних когнітивно-поведінкових схем з подальшою їх заміною на раціональні. На думку А. Елліса, відповідальним за негативні почуття є особливий стиль мислення, який він назвав нерациональним. У контексті психокорекційної роботи з ігрозалежними юнаками, в яких досить високою є гедоністична мотивація, ми посилаємося на тезу, про те що кожна людина може зробити свій свідомий вибір бути нещасним або щасливим. А. Елліс уважав, що активне використання самосвідомості, усвідомлення особистих потреб та цілей підвищує самосвідомість людини та її свободу: «Неважливо, наскільки погано ви діяли; неважливо, наскільки несправедливо обійшлися з вами; неважливо, в яких важких умовах ви живете, – у вас завжди залишаються здібності і сили змінити свої почуття тривоги, розчарування, відчаю, ворожості» [208]. Важливими навичками на цьому шляху є набуття вмінь рефлексії, самосприйняття, власної чутливості, розвиток упевненості в собі. Пізнання власних особистісних якостей, усвідомлення своїх сильних та

слабких сторін сприяють виробленню адекватних життєвих цілей та усвідомленню можливостей їх реалізації.

Екзистенціальна складова психокорекційної програми була спрямована на усвідомлення власних мотивів, вибір переваг, системи цінностей, мети і сенсу; усвідомлення унікальності й ідентичності, заохочення відкритого висловлювання клієнтом своїх почуттів та усвідомлення диференціювання між почуттями і переживаннями: реактивними, ситуативними, глибинними (особистісними). Тому в роботі обов'язково наголошувалося на розвитку самосвідомості, особистісної цілісності.

Головне завдання екзистенціальної частини психокорекційної програми полягало у формуванні свободи відповідальності, на відміну від свободи всездозволеності. Поняття свободи ми розглядаємо як можливість отримати бажані цінні результати через реалізацію потреб, що не завжди можна задовольнити «тут і зараз», досягнення яких потребує часу та додаткових навичок. Робота в групі заохочує прийняття ризику щодо цінності відповідальності та допомагає виявити спроби її уникнути. Постановка та прийняття цілей на майбутнє допомагає у відкритті, створенні та усвідомленні власного сенсу життя. Відбувається прийняття власної унікальності й ідентичності, заохочення відкритого висловлювання клієнтом своїх почуттів і розуміння різниці між почуттями і переживаннями: реактивними, ситуативними і глибинними (особистісними). Спрямованість юнаків на виконання зазначених завдань сприятиме формуванню здорового способу життя та виробленню антидевіантного імунітету.

Психокорекція емоційних станів ігрозалежних юнаків – це полідетермінований процес, що передбачає комплексність та поетапність у психокорекційній роботі. Поставлена нами *мета* реалізувалася впродовж трьох етапів психокорекційної роботи: підготовчого, основного та заключного.

Охарактеризуємо етапи формувального експерименту, аналізуючи методи та прийоми, які використовували для досягнення поставлених завдань.

Підготовчий етап проводився з жовтня по березень 2008–2009 року. Серед юнаків м. Суми здійснювалося опитування з метою дослідження актуальності зазначеної проблеми для юнацтва (результати описані в підрозділі 2.2). У навчальних закладах міста, а саме: в обласній бібліотеці перед учнями 11 класу, студентами машинобудівного технікуму, СДУ, СумДПУ, учнями профтехучилищ проведено лекційні заняття з елементами бесіди та дискусії. Тема лекції – «Ігрозалежність чи свобода? Можливість вибору». Під час лекції обговорювалися такі питання, як: 1) ігрова залежність – сутність проблеми; 2) свобода та задоволення – чи є межі свободи?

Основний етап психологічної корекції емоційних станів ігрозалежних юнаків тривав з листопада 2010 по квітень 2011 року і включав такі види роботи: 1) групові заняття (77 годин), які відбувалися 2 рази на тиждень, переважно у п'ятницю та суботу, по 4–5 годин, всього 17 занять; 2) індивідуальні консультації учасників експериментальної групи. Подібний режим передбачає інтенсивне занурення у психокорекційну роботу учасниками тренінгу. Відразу після тренінгу, перебуваючи у стані емоційного піднесення, учасники здатні закріпити та перевірити набуті навички. Зустрічей у неділю ми намагалися уникати, враховуючи побажання учасників. Під час створення та апробації програми формувального експерименту ми дотримувалися структурно-тематичного підходу, згідно з яким групові заняття, спрямовані на психологічну корекцію емоційних станів ігрозалежних юнаків, містили низку технік, розроблених у межах поведінкової, когнітивної та екзистенціальної терапії.

Психокорекційна програма *орієнтована* на комплекс занять обмежено-групової форми психологічної роботи, що конструється аналогічно типових психотерапевтичних та розвиваючих тренінгів у групах до 15 осіб у кожній.

Психокорекція емоційних станів ігрозалежних юнаків є обов'язковою складовою більш об'ємного завдання, пов'язаного з корекцією ігрозалежності як одного з видів адиктивної поведінки. Робота з ігрозалежними юнаками потребує розуміння необхідності цілісного впливу на визначену проблему в

межах системи, в якій стає можливим формування залежності та безпосередня взаємодія з оточенням ігрозалежного юнака. Для розв'язання цього завдання, з метою формування батьківської компетентності з питань ігрозалежності членів родин юнаків, що брали участь у формувальному експерименті, запрошували на групові та індивідуальні зустрічі для роз'яснення питань, пов'язаних з корекцією та профілактикою ігрозалежності.

Отже, програма формує вміння розуміти та контролювати власні емоційні стани, знаходити позитивні емоції поза ситуацією гри, отримувати радість у буденному житті, ставити позитивні та реалістичні цілі, сприяє розвитку комунікативних якостей юнацтва та усвідомленню будь-якого вибору, власної відповідальності за його наслідки.

Слід зазначити, що вправи, які були використані для створення психокорекційної програми, апробовані, досить відомі та окремо описані в різних дослідженнях. Ми, в свою чергу, прагнули, використовуючи комплексний підхід, створити систему психокорекційних методик саме для роботи з емоційними станами ігрозалежних юнаків.

Етап психологічного супроводу передбачав проведення додаткових психологічних консультацій та інструктування.

Таким чином, на основі теоретично обґрунтованої мети, визначених завдань, обраних принципів, форм і засобів була створена та апробована модель психокорекції емоційних станів ігрозалежних юнаків (рис. 3.1). При її створенні враховано основні принципи проектування психологічних психокорекційних програм (єдності діагностики і корекції, профілактики та корекції зверху вниз, нормативності, системності методів психологічного впливу).

Заключним етапом дисертаційного дослідження було проведення контрольної частини формувального експерименту, мета якого полягала у визначенні ефективності програми психокорекції емоційних станів ігрозалежних юнаків (*KECmI*).

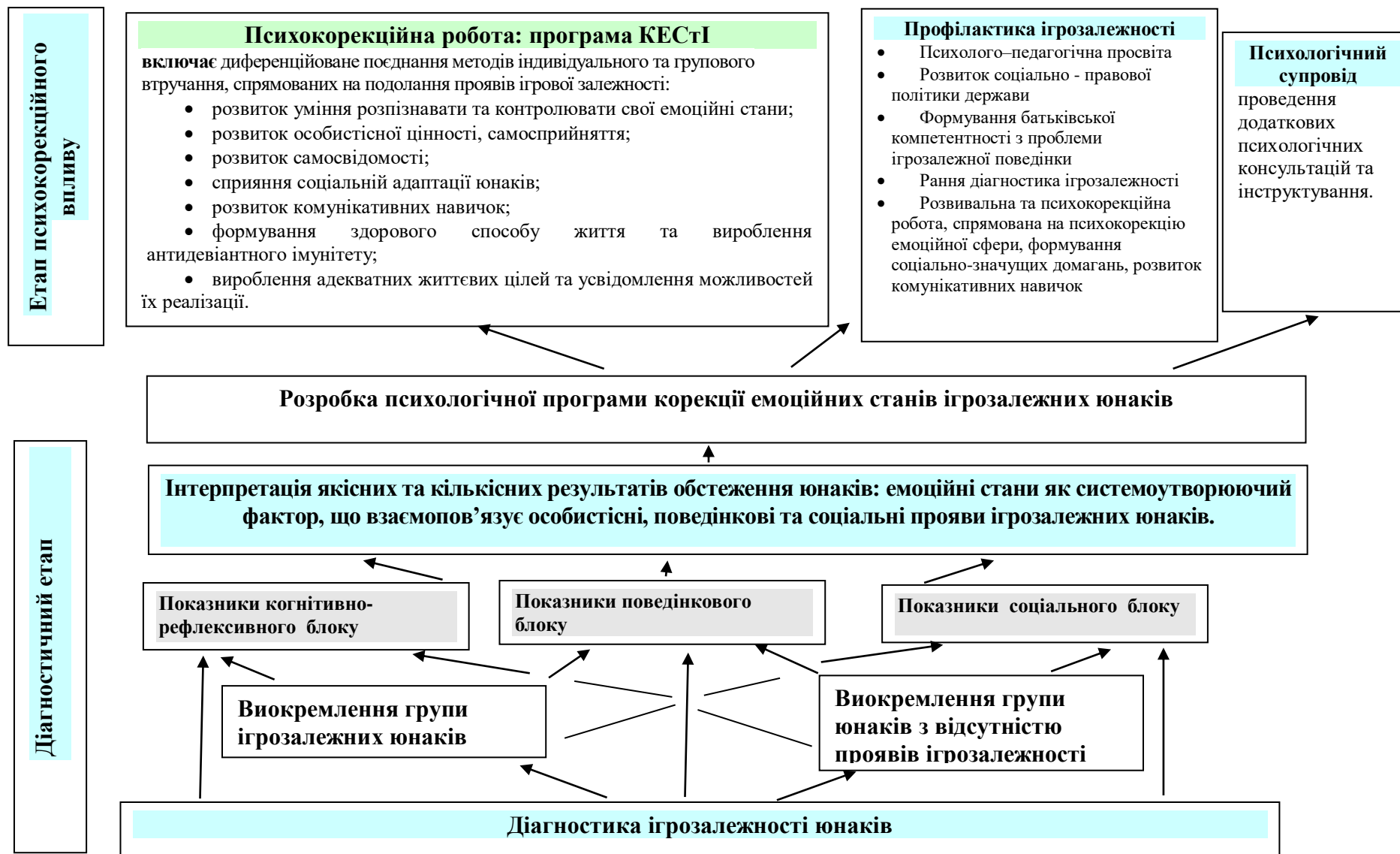


Рис. 3.1. Модель психокорекції емоційних станів ігрозалежних юнаків

Діагностичне дослідження в контрольному експерименті здійснювалося за допомогою методу репертуарних решіток Дж. Келлі «Репертуарний тест ситуаційних можливостей»; методики «Діагностика показників і форм агресії» А. Басса та А. Дарки [143], методики «Діагностика схильності до адиктивної поведінки» А. Н. Орла [219], методики «Незакінчені речення» Сакса і Леві [143], методики «Когнітивна самооцінка базальних емоцій» Т. Дембо [143].

Одержані експериментальні результати опрацьовувалися відповідно до вимог статистичного аналізу з якісною інтерпретацією та змістовним узагальненням. Математична обробка даних здійснювалася за допомогою комп'ютерного пакета статистичних програм SPSS (Statistics 17.0) та комп'ютерної програми Microsoft Office Excel (2007).

3.2. Організаційні та змістовні аспекти психокорекції емоційних станів ігрозалежних юнаків

Психокорекційна програма *KECmI* містить низку взаємопроникних частин, орієнтованих на виконання конкретних завдань. Серед них психокорекційні вправи переважно орієнтовані на роботу з особистістю юнаків: роботу з їх емоційними станами, на розвиток комунікативної складової особистості юнаків, розвиток соціальної активності та інтегративна частина.

Запропоновані в психокорекційній програмі вправи переважно відповідають більш ніж одній меті, мають кілька цільових складових. Серед них найголовніші такі:

1. Особистісна складова психокорекційної роботи – спрямована на пізнання внутрішнього «Я» учасників.

2. Емоційна складова – розширення знань учасників про почуття та емоції, формування навичок отримувати задоволення від усвідомленого проживання життя, отримання задоволення від окремих відчуттів, повсякденних подій, вироблення вміння керувати своїми почуттями та

емоційними реакціями, відреагування витіснених почуттів і підвищення емоційної зрілості.

3. Мотиваційна складова – постановка та досягнення цілей, які доставляють задоволення. Уміння ставити позитивні цілі, концентруватися на позитивному, певні комунікативні навички, які допомагають узгоджувати власні цілі з цілями інших людей, уміння привабливо говорити про власну мету.

4. Комунікативна складова – формування навичок спілкування, уміння встановлювати контакт, слухати, висловлювати власну точку зору, аргументувати та обстоювати свої інтереси, знаходити компромісне рішення.

5. Соціальна складова – сприяння успішній взаємодії учасників у різних соціальних ситуаціях, досягненню ними намічених цілей.

6. Інтеграційна частина, метою якої є інтеграція досвіду, отриманих знань і навичок, соціалізація учасників та вихід із тренінгу.

Поставлені завдання вирішувалися впродовж усієї психокорекційної роботи. Індивідуальні заняття з учасниками експериментальної групи проводилися відповідно до наявності потреби (запиту), з урахуванням особистісних та вікових особливостей юнаків. Психокорекційну програму побудовано для групових методів роботи, ураховуючи особливості групових форм роботи порівняно з індивідуальними: в групі починають діяти додаткові стимули, що спонукають людину змінювати свою поведінку, група полегшує людині прояв емоцій та почуттів, дозволяє поводити себе більш вільно; в групі людина відчуває себе більш захищеною, вона може отримати підтримку від інших учасників; група допомагає більше розкритися, що само по собі вже несе бажане полегшення; одночасне переживання в групі емоційно насичених подій виступає джерелом психологічної підтримки та особистісного розвитку. Обмін інформацією, яка стосується теми ігрозалежності і способів її подолання в групі юнаків із зазначеною проблемою стимулює та закріплює появу нових форм її вирішення. Група дозволяє юнакам краще зрозуміти самих себе, порівнюючи з іншими та утворюючи додаткову ситуацію соціального впливу.

Структура запропонованих психокорекційних занять включає стандартні частини, зокрема: вступна, основна, домашні завдання, заключний шеренг та процедура прощання.

Вступна частина передбачає процедуру вітання, ознайомлення з темою заняття та рефлексію щодо виконання домашнього завдання. Їх мета – створення атмосфери психологічного комфорту, задоволення, довіри, налаштування на активну участь у психокорекційній роботі.

Основна частина складається з таких вправ: 1) вправи на оволодіння прийомами саморегуляції для набуття контролю за емоційними станами; 2) вправи, спрямовані на пошук та отримання реального переживання задоволення поза ситуацією гри; 3) вправи, спрямовані на соціальну адаптацію юнаків, розвиток комунікативних навичок, формування здорового способу життя та вироблення антидевіантного імунітету. Означена конфігурація вправ не є жорстко регламентованою і може змінюватися залежно до вимог конкретного етапу психокорекційної роботи.

Наше завдання полягало в тому, щоб у тренінговій групі створити такі моделі, які б дозволяли продемонструвати учасникам групи можливість отримувати задоволення від повсякденних подій і стимулів, яких сповнене їх реальне життя. Тренування починається з формування елементарних операцій, які становлять задоволення, з подальшим їх об'єднанням у складні дії.

Питання для обговорення передбачають рефлексію учасників після виконання вправ, обов'язкову вербалізацію своїх емоційних станів, що сприяє підкріпленню переживання успіху, переконання в його подальшому повторенні, формуванню відчуття групової підтримки.

Призначення домашніх завдань, які супроводжували переважну більшість психокорекційних занять, полягало в закріпленні, перенесенні, апробації нових знань і переживань юнаків у реальних життєвих ситуаціях, підготовці до наступних психокорекційних занять. Під час вибору домашніх завдань урахувалися їх доступність, осмисленість, індивідуальні особливості та розвиток уміння керувати своїми емоційними станами.

Стадія інтеграції сприяє поглибленню бачення і відчуття членами групи один одного, їх груповій згуртованості. Учасникам тренінгових груп необхідно відчувати, що вони не унікальні у своїх переживаннях. Групова підтримка дозволяє юнакам увійти в стан емоційної стабільності, що сприяє самоприйняттю і можливості дивитися в майбутнє, отримані зворотні зв'язки допомагають побачити проблему глибше і об'ємніше, співвідносячи її з чужим досвідом переживань. Цей етап групових психокорекційних занять був спрямований на узагальнення знань, переживань юнаків, усвідомлення ними вміння контролювати свої емоційні стани, з'ясування навичок знаходити та отримувати задоволення, не пов'язане з азартними або комп'ютерними іграми. Для досягнення поставлених завдань використовувалися рефлексія та саморефлексія проблематики заняття, обмін груповим досвідом, техніка висловлювання по колу («Сьогодні я відчув, зрозумів, усвідомив..»).

Важливим моментом у закінченні роботи групи є процедура прощання. Вона ніби ставить розділовий знак між психокорекційними зустрічами. Це спільне виконання певних дій, рухів, тощо, які зближують групу.

Повністю програму надруковано та видано як посібник «Програма психологічної корекції емоційних станів ігрозалежних юнаків (КЕСТІ)».). У додатках ми наводимо тематичний план з цієї програми (додат. Є). Нижче надаємо її скорочений варіант.

Заняття 1. Знайомство. Мета: знайомство учасників групи, підписання первинного контракту, вироблення правил групової роботи, створення атмосфери розкутості, довіри та психологічної безпеки).

Вступ. Представлення ведучого. Інформація про особливості тренінгової форми роботи, зміст, мету і завдання.

Вправа «Знайомство» (мета: самопрезентація учасників тренінгу, створення атмосфери взаємодовіри).

Вправа «Мої сподівання» (мета: розвиток комунікативних навичок, усвідомлення ситуації тренінгу з позиції учасника, вербалізація мети участі в

програмі). Оснащення: картки за кількістю учасників групи, на яких написано: «Я буду дуже задоволений (задоволена), якщо в результаті цього тренінгу: 1, 2, 3, 4, 5.»

Вправа «Шукаю друга» (мета: розвиток комунікативних навичок, сприяння соціальній адаптації юнаків). Оснащення: аркуші паперу формату А4, ручки, фломастери, скотч.

Вправа «Самосканер» (мета: знайомство з прийомами саморегуляції для набуття контролю за емоційними станами)

Домашнє завдання. Щоденник учасника тренінгу. Завести щоденник учасника тренінгу, в якому до наступної зустрічі декілька днів поспіль відмічати події, ситуації, моменти в які Ви переживали радість, задоволення

Заняття 2. «Я та мій світ» (мета: набуття навичок саморегуляції емоцій, дослідження почуттів та тілесних відчуттів, переклад тілесних сигналів на рівень свідомості).

Вступне спілкування. Обговорення домашнього завдання.

Вправа «Загальмований рух»* (мета: формування навичок концентрації та релаксації.).

Вправа «Цеглина» (мета: тренування сприйняття тілесних відчуттів, формування внутрішньо групових стосунків, подолання психологічних бар'єрів).

Вправа «Розминка з пересадженнями» (приємні запахи) (мета: активація ольфакторної пам'яті проприємні відчуття, залучення уваги членів групи до простих позитивних відчуттів; формування навичок внутрішньо групового спілкування). Оснащення: лист ватману, фломастери.

Вправа «Я знаю радість!»* (мета: розвиток уміння розпізнавати та контролювати свої емоційні стани). Оснащення: папір, олівець

Домашнє завдання: вправа «Мій емоційний світ» (мета: розвиток навичок усвідомлення та вербалізації власних емоцій). Написати розповідь, міні-казку, легенду, тощо, на тему «Мій емоційний світ»).

Заняття 3. «Знайомство з емоціями» (мета: продовження вивчення внутрішнього світу учасників, активізація поняття «емоції і почуття», збагачення словника емоцій, гармонізація та піднесення емоційного стану учасників).

Обговорення домашнього завдання «Мій емоційний світ» (мета: розвиток навичок усвідомлення та вербалізації власних емоцій). Оснащення: текст з домашнім завданням.

Вправа «Спільне насолодження запахами» (мета: привернення уваги до простих позитивних відчуттів через фокусування уваги на простих відчуттях (запах), розвиток групової динаміки). Оснащення: набір предметів з різних областей життя, які приємно пахнуть: овочів, фруктів, трав, квітів, спецій, пахучих масел, парфумерії. Має сенс використовувати в якості стимулів і запахи, відповідні пори року або особливим подіям, наприклад, хвої, ванілі або свіжої полуниці. Бажано роздобути стимули, на які прореагував велику кількість учасників при виконанні вправи «Розминка з пересаджування (приємні запахи)». Пахучі «стимули» розташовують у центрі кола на чистій підстилці.

Вправа «Контраст» (мета: тренування сприйняття тілесних відчуттів, формування внутрішньо групових стосунків, подолання психологічних бар'єрів).

Вправа «Фантом» (мета: розширення знань учасників про почуття та емоції, усвідомлення зв'язку емоцій з тілесними переживаннями). Оснащення: аркуш із схематичним зображенням людського тіла – «фантома» – для кожного з учасників і достатня кількість олівців синього, червоного, жовтого, чорного кольорів.

Домашнє завдання : вправа «Я можу бути різним»** .

Намалювати себе в різних емоційних станах (сум, радість, гнів, тощо) та назвати малюнки – на зворотному боці.

Вправа «Задоволення» (мета: навчитися відчувати задоволення від своєї діяльності). Оснащення. папір, олівець.

Заняття 4. «Мій емоційний світ» (мета: розширення знань учасників про почуття та емоції, розвиток здатності безоціночного сприймання людей).

Вправа «Я можу бути різним!»** (мета: розвиток навичок розпізнавати різні емоційні стани – їх зовнішні прояви та внутрішні м'язові відчуття, що супроводжують їх появу. Розвиток навички вербалізації емоційних станів).
Оснащення: малюнки з домашнього завдання.

Вправа «Спільне обмацування» (мета: тренування сприйняття тілесних відчуттів, формування внутрішньо групових стосунків, подолання психологічних бар'єрів. – повторення).
Оснащення: стимульні предмети в невеликій кількості викладаються на журнальний столик у центрі кола. У запасі необхідно мати додаткові стимули.

Заняття 5. Продовження (мета: тренування навичок зосереджувати увагу на сприйнятті тілесних відчуттів, зняття комплексів замкнутості, відчуженості, підняття загального емоційного тону).

Вступне спілкування. Обговорення домашнього завдання.

Вправа «Способи обмацування» (мета: продовження тренування сприйняття тілесних відчуттів, формування внутрішньо групових стосунків, подолання психологічних бар'єрів).
Оснащення: стимульні предмети з вправи «Спільне обмацування», а також ті, що принесли з собою учасники групи.

Вправа «Драбинка» (мета: формування навичок розслаблення та концентрації, налагодження внутрішньо групових стосунків, подолання психологічних бар'єрів).

Вправа «Рівень щастя» (мета: володіння прийомами усвідомлення емоційних станів в ситуації «тут і зараз»).
Оснащення: папір, ручки або олівці.

Заняття 6. «Смак життя» (мета: розвиток навичок утримування уваги на смакових відчуттях та усвідомлення почуття насолоди від виконання щоденних звичних дій).

Вправа «Консистенція їжі» (мета: формування елементарних операцій, які становлять задоволення з подальшим їх об'єднанням у складні дії).

Оснащення: стимульні матеріал – їжа різної консистенції. Для першої вправи – кружальця банана, очищені від шкірки.

Вправа «Хвилі гравітації» (мета: розвиток навичок саморегуляції емоційних станів та зняття психоемоційної напруги).

Вправа «Занурення» (мета: розвиток навичок релаксації).

Вправа «Мої захоплення»* (мета: навчитися використовувати різні види активності для отримання радості).

Заняття 7. Продовження (мета: набуття навичок саморегуляції емоцій, дослідження почуттів та тілесних відчуттів, переклад тілесних сигналів на рівень свідомості).

Вправа «Перевтілення» (мета: вираження своєї індивідуальності через рішення творчого завдання; розвиток навичок релаксації).

Вправа «Приємний смак» (мета: формування елементарних операцій, які становлять задоволення з подальшим їх об'єднанням у складні дії).
Оснащення: шматочки чорного і білого хліба без додавання спецій.

Заняття 8. «Яскравий світ і я в нім» (мета: розвиток уміння отримувати задоволення від навколишнього світу, утримання уваги, впевненості у власних силах).

Вправа «Приємний колір» (мета: формування навичок отримання задоволення від спостереження за навколишнім світом).
Оснащення: для вправи потрібно підготувати предмети, пофарбовані що мають кольори, які легко визначати. Це можуть бути власне квіти (тюльпани, нарциси, гладіолуси та ін.), яскраві фрукти (банан, червоне і зелене яблуко, вишні, ківі та ін.) або просто вазочка з кольоровими олівцями та фломастерами. Можна принести все це разом.

Вправа «Телепатія» (мета: оволодіння прийомами саморегуляції для зняття емоційної напруги, вміння працювати в команді, розвиток комунікативних навичок).

Вправа «Гіпноз» (мета: оволодіння прийомами релаксації для зняття емоційної напруги, вміння розуміти та відчувати стан партнера. Оснащення:

картки з текстом навіювання: «права рука важчає ... пальці розм'якшуються ... тепло струмує по руці, переповнює її ледачою знемогою ...».

Домашнє завдання: написати розповідь, міні-казку, легенду, тощо, на тему «Бути вільним» (мета: розвиток самосвідомості, формування здорового способу життя та вироблення антидевіантного імунітету).

Заняття 9. «Приємні зустрічі» (мета: набуття навичок володіння прийомами усвідомлення емоційних станів в ситуації «тут і зараз»; раціональне осмислювання ситуацій, які викликають зміну емоційних станів).

Обговорення домашнього завдання «Бути вільним, це...»**. У парах: учасники по черзі зачитують чи переповідають одне одному історії та обговорюють їх.

Вправа «Приємні звуки» (мета: розвиток навичок утримування уваги на звуках, що оточують та умінні слухати та чути). Оснащення: звичайні речі, які можуть видавати ті чи інші звуки: годинник, коробка сірників, зв'язка ключів, папір, що шелестить, ложка в чашці, вода в пляшці, розсипаний на тарілці крохмаль і т. і.

Вправа «Нове і приємне»* (мета: розвиток рефлексії, внутрішнє налаштування на раціональне осмислювання ситуацій, які викликають зміну емоційних станів. Оснащення: картки за кількістю учасників, на яких написано: «На цьому етапі тренінгу найважливішим для мене стало: 1. 2. 3.»

Заняття 10. «Розмова з собою» (мета: формування здорового способу життя та вироблення антидевіантного імунітету).

Вправа «За і проти»** (мета: розв'язання внутрішньоособистісного конфлікту (що втрачаю, за чим сумую проводячи час в азартній грі та поза грою). Оснащення: дошка, крейда.

Вправа «Контраргументи»* (мета: розвиток навичок когнітивної переінтерпретації проблеми). Оснащення: папір, ручка або олівець.

Вправа «Мої успіхи та невдачі» (мета: розвиток уміння мислити позитивно).

Заняття 11. «Помилки – джерело ресурсів» (мета: формування здорового способу життя та вироблення антидевіантного імунітету; набуття навичок релаксації).

Вправа 34. Не помиляється лише той, хто нічого не робить* (мета: розвиток умінь знаходити власні ресурси розвитку в поточних помилках, готовність взяти відповідальність за власні вчинки). Оснащення: картки з двома колонками. Права колонка має заголовок «Правила або завдання на майбутнє», ліва – «Поточні помилки і невдачі».

Вправа 35. «Показушник»* (мета: оволодіння прийомами релаксації для зняття емоційного збудження, утворення можливості керувати процесами організму та психіки).

Вправа «Пригадаємо 3 кроки!» (мета: розвиток навичок рефлексії, створення атмосфери психологічного комфорту, подолання тривожності, впевненості у власних силах та успіхах).

Домашнє завдання: вправа «Дарувати радість» (мета: розвиток здатності дарувати радість іншим і отримувати при цьому задоволення).
Оснащення: бажано наявність у кожного учасника трошки душевного тепла.

Заняття 12. «Життя прекрасне» (мета: розвиток взаєморозуміння, вміння знаходити сильні сторони своєї особистості, формування навичок само підкріплення).

Вправа «Компліменти»* (мета: розвиток взаєморозуміння, створення атмосфери психологічного комфорту, почуття групової підтримки, формування самоповаги).

Вправа «Про все найкраще» (мета: формування навичок знаходити і признавати свої сильні сторони, зняття комплексів замкнутості, відчуженості, тренування само підкріплення).

Вправа «Мені подобається» (мета: розвиток умінь концентруватися на власних позитивних переживаннях в процесі виконання тієї чи іншої приємною діяльності). Оснащення: лист ватману, фломастери.

Вправа «Що мені приносить задоволення?» (мета: усвідомлення наявності і доступності великої кількості різних видів діяльності, яка приносить задоволення). Оснащення: десять порожніх маленьких карток на кожного учасника. Деяка кількість карток потрібно мати в запасі. На зворотному боці картки залишено місце для рангів за наступними пунктами: 1) ступінь задоволення; 2) ступінь доступності для мене; 3) частота.

Серед карток кожному учаснику видається одна, на якій вже написано: «Швидко завершення неприємної справи».

Заняття 13. «Володіння ситуаціями» (мета: розвиток навичок саморегуляції емоцій, дослідження почуттів та тілесних відчуттів, переклад тілесних сигналів на рівень свідомості).

Вправа «Термометр» (мета: розвиток уміння управляти емоційними станами, взаєморозуміння, релаксаційних навичок).

Вправа «Неприємні справи» (мета: усвідомлення та подолання перешкод отримання задоволення). Оснащення: по п'ять порожніх маленьких карток на кожного учасника. Деяку кількість карток потрібно мати в запасі. На зворотному боці картки залишено місце для рангів за наступними пунктами: 1) ступінь неприємності; 2) легкість виконання; 3) необхідний час.

Домашнє завдання. До наступної зустрічі завершити як мінімум одну неприємну справу. Якщо завершення цієї справи вимагає спеціального тренування навичок самоствердження або ведення переговорів, то має сенс провести попередній тренінг завершення неприємної справи в рольовій грі.

Заняття 14. «Я створюю мету» (мета: усвідомлення власних мотивів, вибір переваг, системи цінностей, мети й сенсу; розвиток навичок саморегуляції емоцій).

Обговорення виконання домашнього завдання.

Вправа «Конденсатор» (мета: формування вміння контролювати емоційні та психічні стани, концентруватися та приходити до активного стану впродовж короткого проміжку часу).

Вправа «Політ наяву» (мета: формування вміння контролювати емоційні та психічні стани, концентруватися та приходити до активного стану впродовж короткого проміжку часу).

Вправа «Зростаючі цілі» (мета: усвідомлення різниці між метою та засобами її досягнення, між задоволенням та речами, які йому сприяють).
Оснащення: аркуші паперу, ручки або олівці. За згодою учасників розповіді про цілі можуть бути записані на диктофон.

Домашнє завдання: «Інвентаризація цілей».

Заняття 15. «Зона відповідальності» (мета: розвиток групової відповідальності, розвиток навичок колективної самоорганізації, обмін інформацією).

Обговорення домашнього завдання.

Вправа «Лялька – неваляшка»* (мета: розвиток почуття групової підтримки, довіри, захищеності, подолання тривожності; розвиток навичок релаксації в ускладнених умовах).

Вправа «Моя улюблена робота» (мета: усвідомлення можливості отримувати задоволення від професійної діяльності).
Оснащення: лист ватману з записаними на ньому варіантами улюбленої діяльності.

Вправа «Хочу навчитись» (мета: активація пошуку діяльності, яка може доставляти задоволення; збільшення кількості можливих варіантів, переведення цих варіантів з категорії нечітко усвідомлених мрій в зрозумілий план пошуку).

Заняття 16. Продовження (мета: розвиток групової відповідальності, розвиток навичок колективної самоорганізації, обмін інформацією).

Вправа «Побажання» (мета: творення атмосфери психологічного комфорту, формування установки на взаєморозуміння).

Вправа «Помилкові цілі» (мета: розвиток навичок ціле утворення).
Оснащення: бланки з надрукованими варіантами цілей.

Вправа «Зіпсовані цілі» (мета: розвиток навичок ціле утворення).
Оснащення: списки цілей з вправи «Зростаючі цілі» (Заняття 14).

Вправа «Узгодження цілей» (мета: розвиток навичок цілеутворення, формування установки на взаєморозуміння, вміння діяти узгоджено).
Оснащення: записи учасників, збережені після вправи «Зростаючі цілі».

Вправа-повторення. За вибором групи виконуються вправи «Занурення» або «Політ наяву» (мета: розвиток навичок релаксації та концентрації для набуття контролю за емоційними станами.

Домашнє завдання.

Сформулюйте основні цілі, які б ви хотіли досягти в недалекому майбутньому та створіть «Схему досягнень».

Заняття 17. «Інтеграційне» (мета: інтеграція досвіду, отриманих знань і навичок, соціалізація учасників та вихід із тренінгу).

Вступ. «Почуття, яке переважає в цю хвилину» (по колу, по одному слову).

Обговорення домашнього завдання.

Учасникам пропонується продовжити речення «Я не схожий(а) на інших...».

Вправа «Погляд у минуле» (+ домашнє завдання) (мета: усвідомлення та інтегрування особистісних змін, формування здорового способу життя та вироблення антидевіантного імунітету).

Вправа «Я хочу подарувати...»* (мета: сприяння соціальній адаптації юнаків, завершення роботи в групі).

Заключне анкетування, ритуал прощання. Вихід з тренінгу.

3.3. Аналіз результатів психологічної корекції емоційних станів ігрозалежних юнаків

З метою перевірки наших гіпотетичних припущень та дієвості запропонованої програми психокорекції емоційних станів ігрозалежних юнаків, було проведено формувальну частину дослідження.

За програмою тренінгових психотехнологій з корекції емоційних станів ігрозалежних юнаків (КЕСТІ) формувальні заходи були застосовані до респондентів з наявністю ігрозалежності (30 осіб). Одержані результати діагностики нами описуються як результати експериментальної групи. До контрольної групи увійшли юнаки (30 осіб), які, за попереднім опитуванням також були віднесені нами до групи з наявністю ігрозалежності. Юнаки контрольної групи не брали участі в психокорекційній роботі за програмою КЕСТІ.

Критеріями ефективності застосованої програми виступали:

- зовнішньо обумовлені показники – зростання соціальної активності, зменшення часу, присвяченого комп'ютерним або азартним іграм;
- внутрішньо обумовлені показники – підвищення рівня позитивних емоцій та вміння отримувати їх поза ситуацією гри, підвищення рівня контролю за емоційними реакціями, зниження рівня непрямой агресії, схильності до адиктивної поведінки, зниження рівня роздратування, негативізму, тривоги, самотності, нудьги, образи, смутку.

Оцінюючи ефективність представленої методики формувального експерименту, слід зазначити, що нами встановлена динаміка в показниках когнітивно-рефлексивного, поведінкового, соціального блоків, які є попередніми умовами формування емоційних станів, зафіксованих під час констатувального експерименту.

Спочатку опишемо динаміку, яку ми зафіксували за допомогою опитувальників «Анти-гемблінг» та «Опитувальника для визначення залежності від комп'ютерних ігор».

Перед початком та по закінченні формувального експерименту ми запропонували його учасникам та юнакам контрольної групи заповнити Опитувальник «Визначення залежності від комп'ютерних ігор» та опитувальник «Анти-гемблінг». Результати опитування надано в табл. 3.1.

Представлені дані свідчать, що в юнаків, які були учасниками формуючого експерименту, середній показник стверджувальних відповідей за даними опитувальників зменшився як у відповідях на питання «Опитувальника для

визначення залежності від комп'ютерних ігор», так і за опитувальником «Анти-гемблінг». Перевірку статистичної значущості відмінностей показників діагностичних зрізів до та після формульованого експерименту ми проводили, використовуючи Т-критерій Стьюдента. З'ясовано, що зміни відбулися достовірно на 1% рівні значущості. В контрольній групі відмінності, що сталися не мають статистично достовірного підтвердження. Так, за даними, отриманими за допомогою «опитувальника для визначення залежності від комп'ютерних ігор» середньоарифметичні показники змінилися від 7,1 до 4,9 ($p < 0,01$). Тобто, вони стали нижче 5 балів, межі, починаючи з якої респонденти оцінюються як такі, що мають залежність.

Таблиця 3.1

Динаміка змін результатів схильності до ігрозалежності серед юнаків

	Опитувальник «Визначення залежності від комп'ютерних ігор»					Опитувальник «Анти-гемблінг»				
	До КЕСТІ		Після КЕСТІ		<i>p</i>	До КЕСТІ		Після КЕСТІ		<i>p</i>
	\bar{x}	σ	\bar{x}	σ		\bar{x}	σ	\bar{x}	σ	
Експ	7,10	2,92	4,90	1,1	0,01	9,23	3,62	6,07	1,68	0,01
Контр	7,07	2,40	6,70	2,54	0,57	7,80	2,89	7,73	2,9	0,93

За даними, отриманими за допомогою опитувальника «Анти-гемблінг» середньоарифметичні показники змінилися від 9,2 до 6,1 ($p < 0,01$). Хоча і спостерігається статистично достовірний рівень зменшення позитивних відповідей на питання опитувальника, але середньоарифметичні показники не дістали межі 5 балів. Цей факт ми пояснюємо кількома причинами. По-перше, наведені опитувальники складались, на нашу думку, в першу чергу, з метою привернути увагу до існування проблеми ігрової та комп'ютерної залежності та розставити акценти на найбільш негативних її проявах та наслідках, а не для порівняння змін, які можуть відбуватися з опитуваним. По-друге, вікові та гендерні особливості учасників формульованого

експерименту допускають наявність таких особистісних якостей як схильність до ризикованих вчинків, прагнення до перемоги в самих різних змаганнях. Питання опитувальника «Анти-гемблінг» можуть бути зрозумілі саме в такому контексті. Частина питань даного опитувальника, на думку юнаків, могла бути прочитана як така, що стосується не тільки азартних, а комп'ютерних ігор також. По-третє, в самому опитувальнику більшість питань спрямована на пошук відповідей у минулому, а не теперішньому часі, тому відповіді на питання про переживання та події, що уже відбулися, відповідно здійснювався, виходячи з минулого, а не сьогоденного досвіду.

За допомогою методу репертуарних решіток Дж. Келлі «Репертуарний тест ситуаційних можливостей» ми виявили зміни, які відбулися з учасниками психокорекційної групи після формульованого експерименту. Ми виходили з того, що кожен з учасників має свої власні вихідні властивості та установки, і вплив психокорекційних технік може бути суцільно індивідуальним. В першу чергу, ми звертали увагу на відмінності в показниках насиченості (пН) та індексах різниці активності (інРА) респондентів, які сталися в процесі роботи. Статистичну значущість відмінностей показників ми проводили, обчислюючи емпіричне значення t та коефіцієнт рівня значущості для експериментальної та контрольної груп. У випадку, якщо б за показниками насиченості та індексу різниці активності в експериментальній та контрольній групах не було зафіксовано статистично значущих змін, довелося б визнати неефективність застосування методу репертуарних решіток у роботі з ігрозалежними.

Для порівняльного аналізу динаміки змін індивідуальної активності респондентів в результаті формульованого експерименту ми використовуємо *показники насиченості* репертуарних решіток та *індекси різниці активності* респондентів.

Показники насиченості репертуарних решіток демонструють процентне відношення здійснених імплікацій до загальної кількості можливих імплікацій у решітці. Збільшення кількості імплікацій свідчить, з одного боку, про

усвідомлення наявності варіантів розв'язання проблемних ситуацій за рахунок використання соціально рекомендованих конструктів, з іншого боку, про вміння розуміти власні емоційні стани в різні моменти життя (табл. 3.2).

Таблиця 3.2

Динаміка змін показників насиченості в результаті формульованого експерименту, виявлена за допомогою репертуарних решіток

Групи	Соціально схвалювані та рекомендовані конструкти						Конструкти, що сприяють виникненню ігрової або комп'ютерної залежності					
	Решітка А1			Решітка В1			Решітка А2			Решітка В2		
	До КЕСТІ, %	Після КЕСТІ, %	<i>p</i>	До КЕСТІ, %	Після КЕСТІ, %	<i>p</i>	До КЕСТІ, %	Після КЕСТІ, %	<i>p</i>	До КЕСТІ, %	Після КЕСТІ, %	<i>p</i>
Експ	9,3	14,3	0,05	13,1	18,3	0,05	3,8	3,0	0,05	7,2	6,2	0,05
Контр	8,1	8,9	0,15	9,6	10,2	0,25	4,1	4,5	0,34	7,8	7,9	0,78

Примітка : Експ – експериментальна група; Контр – контрольна група; *p* – значущість (двостороння).

Показники насиченості після формульованого експерименту зросли в решітках, де конструктами виступають соціально рекомендовані чинники, в експериментальній групі, яка працювала за психокорекційної програмою, і залишилися практично без змін у контрольній групі. Наведені факти свідчать про зростання рефлексії в юнаків, що працювали за психокорекційної програмою КЕСТІ, свідоме ставлення та увагу до внутрішнього емоційного життя.

Порівнювати динаміку результатів юнаків відносно двох підсистем конструктів, а саме: із соціально схвалюваними варіантами (А1 та В1) та з варіантами для виявлення ігрової або комп'ютерної залежності (А2 та В2), для решіток з однаковими елементами, ми можемо, використовуючи зміни, які відбулися з такими показниками, як *індекси різниці активності* (табл. 3.3).

Динаміка змін індексів різниці активності в результаті формувального експерименту, виявлена за допомогою репертуарних решіток

Групи	Соціально схвалювані та рекомендовані конструкти						Конструкти, що сприяють виникненню ігрової або комп'ютерної залежності					
	Решітка А1			Решітка В1			Решітка А2			Решітка В2		
	До КЕСТІ, %	Після КЕСТІ, %	<i>p</i>	До КЕСТІ, %	Після КЕСТІ, %	<i>p</i>	До КЕСТІ, %	Після КЕСТІ, %	<i>p</i>	До КЕСТІ, %	Після КЕСТІ, %	<i>p</i>
Експ	71,2	81,7	0,01	64,7	75,8	0,01	28,9	18,3	0,01	35,3	24,2	0,01
Контр	69,1	72,3	0,41	65,2	64,3	0,79	25,9	27,8	0,32	36,0	37,8	0,90

Примітка : Експ – експериментальна група; Контр – контрольна група; *p* – значущість (двостороння).

В експериментальній групі спостерігаємо збільшення кількості імплікацій у решітках із соціально схвалюваними конструктами порівняно зі зменшенням їх в решітках з варіантами для виявлення ігрової або комп'ютерної залежності (до та після формувального експерименту).

Як витікає з представленої таблиці, після КЕСТІ вказуємо на позитивну динаміку в адекватному ставленні до комп'ютерних та азартних ігор. Так, суттєво змінився індекс різниці в експериментальній групі для решіток А2 (в якості елементів – перелік проблемних ситуацій, а в якості конструктів – перелік комп'ютерних та азартних ігор): до формувального експерименту – 28,9%, після формувального експерименту -18,3 %; В2 (в якості елементів – перелік емоційних станів, а в якості конструктів – перелік комп'ютерних та азартних ігор): до формувального експерименту – 35,3% та 24,2% – після формувального експерименту. Ці дані свідчать, що в юнаків зменшилася кількість проблемних ситуацій та усвідомлених емоційних станів, розв'язання яких потребувало «втечі» від суспільства та себе самого у світ віртуальних розваг та азартних ігор.

Відповідно зріс індекс різниці для решіток А1 та В1 (в якості конструктів – соціально схвалювані конструкти) , зокрема, для А1: до формувального експерименту – 71,2%, після формувального експерименту – 81,7 %; для В1: 64,7% – до формувального експерименту та 75,8% – після формувального експерименту. Тобто, юнаки більш активно використовували соціально рекомендовані конструкти, в порівнянні з конструктами з визначеними комп'ютерними та азартними іграми.

У респондентів контрольної групи значущих відмінностей індексу різниці активності не спостерігалось : у решітках, де конструктами виступає перелік азартних та комп'ютерних ігор, змін у кількості імплікацій не виявлено.

Порівняльний аналіз результатів дослідження пар запропонованих конструктів показав, що кількість кореляцій у контрольних групах залишилася стабільно високою – по 39 пар, а в експериментальній групі зменшилася кількість негативних кореляцій – до 4 пар (було 12), та зросла кількість пар з прямою кореляцією – 16 пар. В першу чергу, це стосується кореляцій конструкту «родина»: він позитивно корелює з такими конструктами як «значущі інші», «друзі та кохана людина», «наодинці з собою», «фізкультура та спорт», «читання книг», «подорожі». У кореляційних парах конструкта «друзі» в експериментальній групі спостерігалася зміна знаку кореляції в парах з конструктами «заняття фізкультурою та спортом», «кінотеатри, концерти», «захоплення» як у решітці А1, так і в решітці В1. Фактично, можна говорити про зростання рівня артикульованості як характеристики позитивних змін у юнаків після формувального експерименту.

Дослідження динаміки показників емоційних станів, підструктур когнітивно-рефлексивного, поведінкового, соціального блоків, що відбулися в результаті проведеного формувального експерименту, ми продовжили, використовуючи методики «Діагностика схильності до адиктивної поведінки» А. Н. Орел, «Діагностика показників та форм агресії» А. Басса і А. Дарки та «Незакінчені речення» Сакса та Леві (табл. 3.4).

**Динаміка змін показників емоційних станів та попередніх умов
формування емоційних станів**

	Групи	Групові статистики					Розподіл відповідей за рівнями прояву показників					
		ДоКЕСТІ		ПіслКЕСТІ		<i>p</i>	До КЕСТІ %			Після КЕСТІ %		
		\bar{x}	σ	\bar{x}	σ		низьк	пом	висок	низьк	пом	висок
Страх	ЕК	27,2	10,5	18,9	7,8	0,01	89,	10,	0	93,4	6,6	0
	К	26,0	4,8	26,5	5,8	1	86,	13,	0	85,9	14,	0
Смуток	ЕК	31,8	8,3	25,6	3,2	0,01	88,	9,7	2,2	89,5	10,	0
	К	32,1	5,9	29,5	5,5	0,54	86,	10,	3	87,1	9,9	2
Радість	ЕК	9,6	2,2	12,8	2,7	0,05	70,	22,	7,1	24,2	48,	27,3
	К	10,2	3,4	10,5	3,5	1	71,	20,	6,3	70,2	25,	4,5
Презирство	ЕК	4,8	2,2	4,7	1,8	0,05	55,	44,	0	77,3	22,	0
	К	4,4	0,4	3,8	0,8	0,67	56,	43,	0	56,5	43,	0
Тривожність	ЕК	39,8	8,5	35,8	6,8	0,05	10,	43,	46,	31,1	57,	11,1
	К	36,5	12,9	35,7	8,2	0,8	9,8	42,	46,	9,7	45,	8,7
Самотність	ЕК	24,0	7,5	19,3	6,7	0,05	29	39,	31,	28,9	57,	14,4
	К	25,5	6,8	25,3	7,8	1	29,	40	32,	28,6	41,	32
Роздратованість	ЕК	60,8	13,2	51,2	15,	0,05	0	31,	68,	25,6	37,	37,7
	К	58,5	16,2	58,2	12,	1	1	33	66	0	32,	65,8
Негативізм	ЕК	62,5	18,5	55,4	12,	0,05	29	42,	28,	33,3	48,	17,8
	К	63,6	18,4	63,2	15,	1	28	42,	29,	27	43,	28,5
Образа	ЕК	58,2	22,1	51,3	15,	0,05	43	7,3	49,	51,1	35,	13,3
	К	58,8	19,5	57,3	16,	0,8	42	8,4	48,	41	9,1	48,6
Подол норм_прав	ЕК	54,5	9,7	50,5	5,5	0,05	71,	28,	0	82,2	17,	0
	К	55,3	7,7	53,5	5,2	0,76	70,	28,	1	70,5	29,	0
Контр_емоц	ЕК	53,4	9,5	48,7	8,5	0,05	50,	49,	0	64,4	35,	0
	К	53,8	7,8	51,8	5,9	0,7	49,	50,	0	50,3	49,	0
Делінквентність	ЕК	49,2	6,9	45,8	5,	0,07	64,	35,	0	71,1	28,	0
	К	48,1	5,4	47,1	6,	0,8	63,	36,	0	64,5	35,	0
Непряма агресія	ЕК	68,1	19,4	53,2	12	0,01	29	7,1	63,	33,3	60	6,7
	К	67,7	21,1	66,8	13	0,8	28,	8,4	63,	29	7,1	63,9
Ставл до батька	ЕК	4,4	2,4	5,5	1,	0,05	57,	4,4	37,	40	6,7	53,3
	К	3,6	2,3	3,2	2,	0,8	58,	5,4	36,	57,7	4,4	37,9
Ставл до майбутнь	ЕК	5,1	2,4	6,5	2,	0,01	48,	8,8	42,	28,9	11,	60
	К	4,7	2,3	4,5	1,	0,8	47,	9,8	42,	48,5	8,9	42,6
Ставл до родини	ЕК	4,5	2,7	5,9	2,	0,05	37,	0	62,	20	2,2	77,8
	К	4,2	1,8	4,1	1,	0,95	36,	0	63,	37,4	0	62,6
Ставл до матері	ЕК	5,1	2,4	6,3	1,	0,05	39,	0	60,	20	15,	64,4
	К	4,9	2,1	4,5	1,	0,8	41,	0	58,	40,3	2	57,7

Ми розглядали когнітивно-рефлексивний, поведінковий блоки та соціальний блок як такі, що в процесі формуального експерименту безпосередньо можуть бути мішенню психокорекційного впливу, на відміну від емоційних станів, психокорекція яких часто є опосередкованою. За показниками вказаних блоків спостерігаємо зміни на статистично значущому рівні, що є підтвердженням ефективності психокорекційної роботи (табл. 3.4).

За представленими шкалами спостерігаємо зменшення відсотку показників високого рівня та зростання відсотку низького рівня показників.

Відзначаємо, що в експериментальній групі на статистично достовірному рівні значущості за Т – критерієм Стюдента після формуального експерименту зменшилися середньогрупові показники за шкалами «страх», «смуток», «презирство», «тривожність», «роздратованість», «негативізм», «образ», «контроль емоцій» та зросли за шкалою «радість» ($p < 0,05$).

У юнаків експериментальної групи спостерігаємо зростання позитивного ставлення до майбутнього, що підтверджується збільшенням відсотку позитивних відповідей (до КЕСТІ. – 44,4%, після КЕСТІ. – 60%) та збільшенням середньогрупових показників за шкалою «ставлення до майбутнього» (до КЕСТІ. – $5,1 \pm 2,4$ бала, після КЕСТІ. – $6,5 \pm 2,4$ бала) на 5%-му рівні значущості (рис. 3.2).

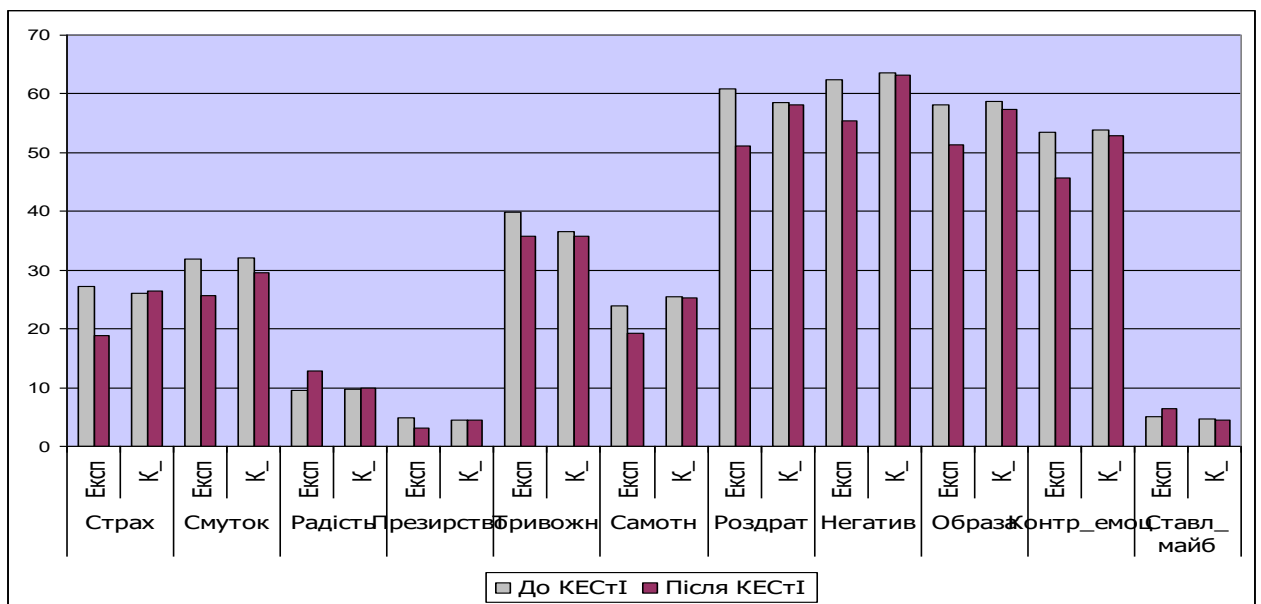


Рис. 3.2. Показники когнітивно-рефлексивного блоку юнаків до та після формуального експерименту

В експериментальній групі на статистично достовірному рівні значущості за Т – критерієм Стюдента після формувального експерименту зменшилися середньогрупові показники за шкалами «подолання норм та правил» ($p < 0,05$), «непряма агресія» ($p < 0,01$). На рівні статистичної тенденції спостерігаються зміни за шкалою «делінквентність» ($p < 0,075$) (рис. 3.3).

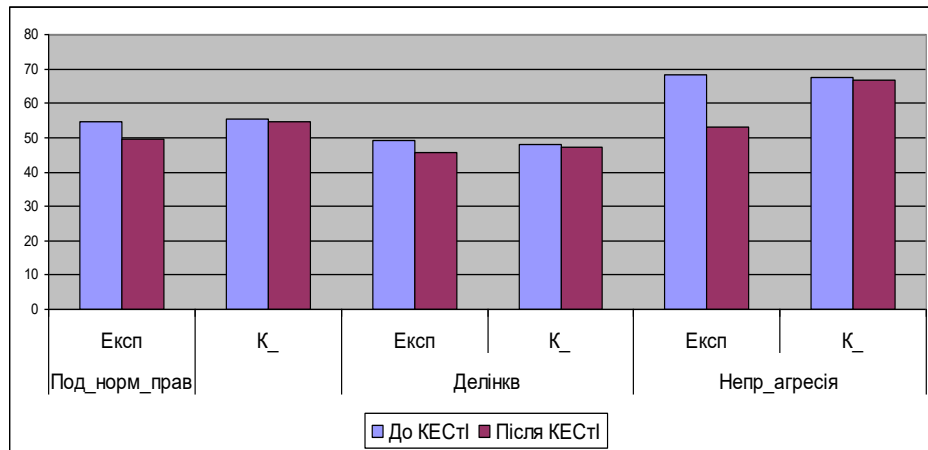


Рис. 3.3. Показники поведінкового блоку юнаків груп до та після формувального експерименту

Встановлено зростання позитивних відповідей на 5% рівні значущості за шкалами «ставлення до батька» (до КЕСТІ. – $4,4 \pm 2,2$ бала, після КЕСТІ. – $5,5 \pm 1,5$ бала), «ставлення до родини» (до КЕСТІ. – $4,5, \pm 2,4$ бала, після КЕСТІ. – $5,9 \pm 2,4$ бала), «ставлення до матері» (до КЕСТІ. – $5,1 \pm 1,8$ бала, після КЕСТІ. – $6,3 \pm 1,5$ бала) (рис. 3.4).

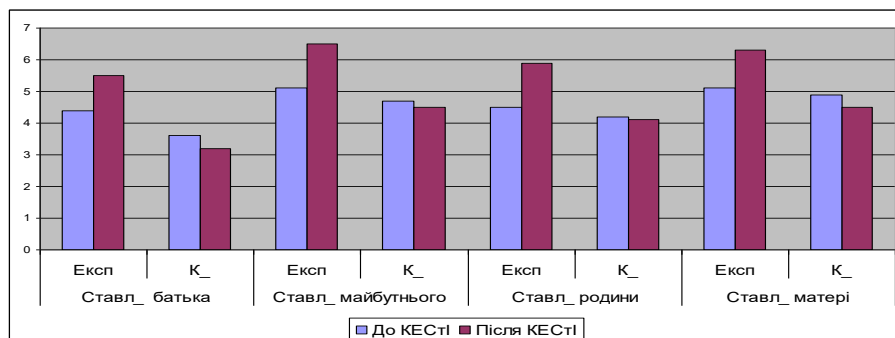


Рис. 3.4. Показники соціального блоку до та після формувального експерименту

Таким чином, ми спостерігаємо статистично достовірні відмінності за рядом показників когнітивно-рефлексивного, поведінкового, соціального

блоків як попередніх умов формування емоційних станів до та після формувального експерименту.

Через 6 місяців після завершення роботи у психокорекційних групах, а саме у листопаді 2011 року, було проведено повторне опитування учасників тренінгу для визначення стійкості змін що відбулися під час психокорекційної роботи. З цією метою ми запропонували частину методик, а саме: опитувальник «Анти-гемблінг», опитувальник «Визначення залежності від комп'ютерних ігор», метод репертуарних решіток Дж. Келлі «Репертуарний тест ситуаційних можливостей». В опитуванні погодилися прийняти участь 15 із 30 юнаків. Опитувальники заповнювалися як при безпосередній зустрічі, так і з використанням електронних носіїв.

Було з'ясовано, що у значного відсотку повторно досліджених юнаків за «Опитувальником для визначення залежності від комп'ютерних ігор» та опитувальником «Анти-гемблінг» показники на момент опитування нижче межі, починаючи з якої респонденти оцінюються як такі, що мають залежність. Значення середніх показників у групі опитаних через півроку юнаків свідчать про досить стійкі показники змін, що відбулися: відсутність статистично достовірної різниці між наведеними у табл. 3.5 показниками.

Таблиця 3.5

Результати повторного дослідження за опитувальниками для визначення залежності від комп'ютерних ігор та «Анти-гемблінг»

	Через 6 місяців після формувального експерименту		Результати після формувального експерименту		<i>p</i>
	\bar{x}	σ	\bar{x}	σ	
Опитувальник «Визначення залежності від комп'ютерних ігор»	4,7	0,97	5,0	1,3	0,44
Опитувальник «Анти-гемблінг»	5,4	1,7	6,0	1,7	0,36

Метод репертуарних решіток Дж. Келлі «Репертуарний тест ситуаційних можливостей» дозволив нам простежити наявність зв'язку між емоційними станами юнаків і конструктами, що представлені як соціально бажані або соціально рекомендовані та конструктами, які сприяють виникненню ігрової або комп'ютерної залежності. Ця інформація аналізувалася як при первинному обстеженні бланку репертуарних решіток, так і після вирахування показників насиченості та індексу різниці активності запропонованих конструктів.

Аналіз показників індивідуальної активності респондентів, зокрема показнику насиченості (пН) та індексу різниці активності (інРА) свідчить про достатньо високу стабільність у результатах обстеження юнаків з використанням методу репертуарних решіток Дж.Келлі «Тесту ситуаційних можливостей» (табл. 3.6).

Таблиця 3.6

Результати повторного дослідження за методом репертуарних решіток Дж. Келлі значень показників індивідуальної активності респондентів.

	Соціально схвалювані та рекомендовані конструкти				Конструкти, що сприяють виникненню ігрової або комп'ютерної залежності			
	Решітка А1		Решітка В1		Решітка А2		Решітка В2	
Групи	Результати після формування експерименту	Через 6 місяців після формування експерименту	Результати після формування експерименту	Через 6 місяців після формування експерименту	Результати після формування експерименту	Через 6 місяців після формування експерименту	Результати після формування експерименту	Через 6 місяців після формування експерименту
пН	9,3%	10%	18,3%	15%	3,0%	2,5%	6,5%	4,4%
інРА	81,7%	80%	75,8%	77,1%	18,3%	20%	24,2%	22,9%

Наведені у таблицях цифри свідчать про досить тривалий ефект від психокорекційної роботи. Але, на нашу думку, варто наголосити на важливих

моментах, які безпосередньо сприяли такому результату. Їх декілька: по-перше, юнаки, що приймали участь у психокорекційній роботі не належали до групи патологічних гравців, переважно це були за класифікацією Е. Джефнера випадкові, постійні та незначна кількість проблемних гравців. По-друге, юнаки, що не прийняли участь у повторному опитуванні, теоретично можуть становити групу ризику, і, в такому випадку можна говорити про тимчасовий результат, пов'язаний з ефектом присутності. Ми розглядаємо даний факт як одну з особливостей психокорекційної роботи з ігрозалежними юнаками. По-третє, формування загальної емоційної спрямованості особистості як характерної риси юнацького віку є невід'ємним від формування самосвідомості, діяльності та системи взаємостосунків, тому не можна навчити просто бути у гарному настрої та не потребувати такого замітника та стимулятора як азартні чи комп'ютерні ігри. Юнаки перебувають у стані активного пошуку себе та своїх можливостей. У психокорекційній програмі передбачено широкий перелік вправ як особистісної так і соціальної спрямованості, що дозволяють розвивати рефлексію, розуміти та контролювати власні емоційні стани. Цей факт підтверджується вибором соціально схвалюваних конструктів при заповненні репертуарних решіток. Але одним із важливих напрямків роботи ми вважаємо саме профілактику проблеми ігрозалежності, про що йтиметься у наступному параграфі.

Перейдемо до особливостей проведення окремих вправ та опису змін, що відбулися з учасниками програми КЕСТІ. Наведений опис певною мірою пояснить отримані кількісні показники до та після формувального експерименту.

Під час виконання вправ, пов'язаних з контролем психічних станів, вмінням утримувати увагу на внутрішніх переживаннях, зокрема вправи «Самосканер», у юнаків на початку роботи незвична форма завдань викликала певне емоційне напруження, яке знімалося аудиторією через сміх, вигуки з місць, юнаки озиралися по сторонах, саркастично коментували те, що відбувається. На нашу думку, в цьому випадку, така веселість маскувала

напругу, невпевненість та неготовність їх контролювати. З метою профілактики такого типу реагування перед другою спробою виконання вправи «Самосканер» було запропоновано по колу двома словами визначити власні емоційні стани під час виконання першої спроби. Перші відповіді були, переважно, не дуже впевнені. Іноді юнаки давали неоднозначну оцінку через те, що на цьому етапі їх відчуття були дуже розмиті та невловимі. Ми не коментували оціночні висловлювання, на кшталт, «казна-що!», але наполягали саме на усвідомленні та вербалізації емоційних станів. Врешті, юнаки почали називати такі емоційні стани як ніяковість, роздратування, сором, страх виглядати безглуздо в очах інших учасників і т. ін. Декілька учасників назвали увагу, зосередженість, спокій та фізичні відчуття, які виникли при виконанні вправи: потепління, свіжість, легкість, відчуття легкого поколювання в кінцівках. Цей досвід сприйнявся групою як новий та цікавий, та такий, що може бути відтворений іншими учасниками. Ми прагнули підбадьорювати успіхи тих, хто впорався із завданням, м'яко заохочували нерішучих. Юнаки почали експериментувати, шукаючи нові переживання. При наступних спробах коментарі учасників стали більш визначеними, що свідчить про набуття певної навички сприймати своє тіло «зсередини» та контролювати емоційні стани.

Під час групової роботи з вправою «Драбинка» учасники створили яскраві та виразні образи, які органічно вписалися до арсеналу групових, та індивідуальних прийомів розслаблення та мобілізації. Так, Ігор М. поділився з іншими юнаками досвідом використання запропонованої вправи в ситуації нервового напруження: обставини вимагали заспокоїтися та зібратися. Після цього деякі учасники забажали відтворити в пам'яті ланцюжок – драбинку слів та пов'язаних з ними емоційних станів.

Тонізуючий ефект гри «Політ наяву» виявляється досить швидко і зачіпає не тільки загальне самопочуття, а й емоційну сферу. «Вертикальний зліт» супроводжується, зазвичай, радісним збудженням, переживанням незвичайної легкості і свободи. Багато юнаків говорили про задоволення від

виконання цієї вправи та застосування її в повсякденному житті в якості «ранкової психічної зарядки», «ліків від поганого настрою» і т. ін.

Досить цікавими здалися учасникам вправи «Телепатія» та «Гіпноз». Зазвичай, під час виконання вправ, так званий «телепатичний вплив» виникав за рахунок концентрації уваги на власному тілі та викликаних навіюванням обманів сприйняття, коли несвідомо сприймаються ритми дихання «індуктора». Але під час обговорення по колу загальним надбанням групи стають всі стратегії релаксуючого впливу на інших. Обстановка гри і необхідність роботи «на партнера» вже є гарними додатковими стимулами, що спонукають «індуктора» різко нарощувати міць свого внутрішнього «генератора релаксації».

Перший успіх під час проведення вправи «Гіпноз» подіяв на учасників гри приголомшливо та загострив їх інтерес до власних можливостей. Юнаків, які зуміли «силою слова» змусити партнера впустити предмет, виявилось досить багато. Невдачі при виконанні спроби звичайно траплялись. Але, як пояснювали учасники, найчастіше вони пов'язані з недостатнім входженням «гіпнотизера» у свою роль. Труднощі в підборі потрібних слів, паузи в мові і невпевненість в голосі – все це заважало юнакам знаходитися «у грі» та здійснити вплив на партнера. Але успішна робота інших членів групи допомагала «гіпнотизеру» знайти необхідний настрій і домогтися свого в наступних спробах. Іноді той чи інший член групи все-таки «застрягав» на мертвій точці через помилкову впевненість в тому, що він «не знає формул».

Відкриття в собі «гіпнотичних» здібностей є важливим рубежем в просуванні кожного, хто вивчає аутотренінг, бо звільняє його від пут психологічної залежності. Руйнується міф, який підспудно виникає в багатьох членів групи про незвичайні здібності ведучого, який будь-якого може розслабити. «Чудеса» гетеротренінгу стають в ряд речей простих і звичайних. Як зазначає Ю. Пахомов, саме в цей момент багато учасників

вперше впевнено виходять на шлях серйозних і систематичних занять з релаксації [192].

Гра «Термометр» справила сильне враження на учасників як яскрава і несподівана демонстрація реальних можливостей людини в області релаксації. Помилки у визначенні більш нагрітої руки виникали або через низьку шкірну чутливість учасників, або із-за недоліків в роботі партнера. Ми підкреслювали залежність результатів кожної спроби саме від зусиль того, хто нагріває свою руку.

Зазначаємо, що вправи з аутогенного тренування в нашому тренінгу використовувалися саме як метод самовиховання, позбавлення шкідливих звичок та рис характеру.

Учасниками програми КЕСТІ були юнаки з різним рівнем освіти, світосприйняття, рівнем розвитку та глибиною проблеми ігрозалежності. Але дуже сприятливим для роботи фактором стала їх емоційність та юнацьке бажання спробувати себе в нових формах гри, якою вони вважали психокорекційну роботу. В групі виділялися юнаки з лідерськими якостями, серед яких був хлопець, завзятий гравець комп'ютерної гри типу «стратегія», а саме «Shogun 2: Total War». Для юнаків під час роботи в групі досить переконливим було звернення до досвіду японської культури: Олег Б. навів цитату з книги Д. Клавела «Сьогун»: «...думати про погане – дійсно легше за все... Думати про хороше, одначе, потребує зусиль. Це одна з тих речей, які дисциплінують, тренують». Як певний виклик юнаки сприйняли вправи на тренування навичок зосереджуватися на позитивних емоційних станах та утримувати їх у свідомості.

Запропоновані вправи, спрямовані на пошук яскравих емоційних вражень у буденному житті, передбачали активацію ольфакторних, зорових та смакових, слухових, тактильних рецепторів, пригадування, утворення та активне їх застосування. Фокусування уваги окремих органів відчуття на приємних переживаннях та повернення уваги юнаків до простих позитивних відчуттів стало будівельним матеріалом для більш складних емоційних

переживань. Простота виконання, з одного боку, зрозумілість та знайома територія для дослідження, з іншого, сприяли виникненню позитивних емоційних станів та їх усвідомлене утримання юнаками. Під час виконання вправ, пов'язаних з дослідженням запахів та смаків, деякі учасники пов'язували їх з переживаннями з дитинства та конкретними ситуаціями чи людьми. Якщо ці переживання мали амбівалентний зміст, ми пропонували продовжити пошук саме тих запахів чи смаків, які несуть лише позитивні емоції. Щоб продовжити приємні відчуття, отримані на заняттях, юнаки продовжували цю роботу поза ситуацією тренінгу. Так, Микола М., учасник психокорекційної групи, говорив про свій стан на наступних зустрічах: «Я, ніби, ходив з натягнутим на голову ковпаком і не бачив світу. Небо, вулиці, будинки, люди – все існувало завжди, але зараз, ніби, набуло нових форм, кольорів та змісту».

Напрацьований спосіб відреагування напруги – азартна або комп'ютерна гра – є інфантильними моделями реагування. Але, одночасно з тим, як юнаки усвідомлюють наявність ресурсів, здібностей, пригадують свої можливості, приходить відповідальність за своє життя.

У процесі роботи психокорекційної групи обов'язковим було налагодження соціальних контактів, соціальної взаємодії. Цьому сприяли, в першу чергу, спільні емоційні стани, які виникали в ході роботи. Робота в групі передбачала виконання окремих вправ у парах та трійках. В подібній ситуації важко заховатися за більш активних учасників тренінгу. При цьому учасники мікрогруп брали на себе відповідальність за винесення інформації на загальне коло, пам'ятаючи про безоціночне ставлення та конфіденційність.

Вправа «Про все найкраще» спочатку викликала певне напруження в групі, оскільки хвалити себе виявилось непростим завданням для учасників. Юнаки зазначали, що їм допомагали, по-перше, досвід попередньої вправи «Компліменти», по-друге, робота у двійках, коли не доводилося ніяковіти

перед усією групою, а напарник допомагав знайти необхідні слова та спрямовував пошук потрібних тем.

Змусила замислитися учасників тренінгу вправа «Що мені приносить задоволення». Виявилось, що задоволення від процесу азартної або комп'ютерної гри – є лише однією складовою від можливостей, про які вони згадали або дізналися під час роботи в корекційній групі. Юнаки усвідомили, що в них доволі часу для того, щоб отримувати задоволення від життя, але вони з різних причин не роблять цього.

Вправи, спрямовані на конструкцію майбутнього, а саме «Зростаючі цілі», «Моя улюблена робота», «Хочу навчитись», «Узгодження цілей» знайшли живий відгук учасників КЕСТІ. Виконуючи домашнє завдання, юнаки знаходили інформацію та обмінювалися координатами учбових закладів, вчителів, які допомагають оволодіти бажаними навичками або професією.

Окремо хочеться відмітити зміни, які відбувалися у стосунках учасників тренінгу та їх родин. Так, двоє учасників, пояснювали нехарактерний для себе вчинок, тим, що «захотіли продовжити переживати задоволення від ольфакторних, зорових та смакових рецепторів», зокрема вони приготували вечерю для сім'ї та сервірували стіл, чим дуже здивували своїх рідних.

Домашнє завдання «Неприємні справи» також було кроком до налагодження родинних стосунків, так як саме невиконання певних домашніх обов'язків часто було темою внутрішньородинних конфліктів. Але в юнаків змінилася оціночна складова: якщо раніше вони «протистояли зовнішньому впливу батьків», то тепер вони зайняли іншу, дорослу позицію, «самостійно» вирішили завершити незакінчені справи та відстежити емоційні стани після звільнення від неприємних обов'язків. При обговоренні з'ясувалось, що лише п'ятеро з шістнадцяти юнаків розцінюють свої емоції після виконання вправи як ейфорію, піднесення, яскраву радість; семеро учасників оцінюють емоційний стан як спокійне задоволення, відчуття рівноваги, впевненості; четверо учасників не виконали домашнього завдання на момент обговорення

але зазначили, що зробили ряд кроків на шляху завершення неприємної справи. Окремі юнаки зауважили, що не такою складною та невиконуваною виявилася незакінчена справа, і, що зараз вони можуть зізнатися в тому, що просто з різних причин саботували її виконання.

Завдання вправи «Дарувати радість» полягало в тому, щоб впродовж тижня постаратися доставити максимум приємних почуттів людям, які оточують юнаків – учасників КЕСТІ. Найближчими людьми в більшості учасників виявилася їх родина. Труднощі під час виконання переважно полягали в тому, що частина батьків виявилися не готовими серйозно ставитися до змін, які відбуваються з юнаками. Юнаки в групі сформулювали установку, яка полегшувала виконання завдання : «Я чоловік. Я маю сили та бажання дарувати радість іншим. Це мій власний вибір. Я ділюсь задоволенням і воно зростає». При обговоренні вправи юнаки говорили про позитивні емоційні стани при виконанні завдання, про більш сильні та приємні емоції під час дарування, ніж під час отримання подарунків.

Робота в психокорекційній групі дозволила її учасникам в атмосфері прийняття і взаємопідтримки опрацювати власні проблеми. Ігрозалежна поведінка була лише однією із складових тих питань, які потрібно вирішувати на цьому віковому етапі розвитку.

Впродовж участі в психокорекційній роботі юнаки набули навичок контролю власних емоційних станів, вмінь розуміти власне емоційне реагування в стресових ситуаціях, набули навичок знаходити джерела позитивних емоцій у щоденному побуті, поза ситуацією комп'ютерних та азартних ігор, почали налагоджувати стосунки в родині. Участь у груповій психокорекційній роботі стала для учасників суттєвим кроком на шляху формування свободи відповідальності на відміну від залежності як такої.

3.4. Психолого-педагогічні рекомендації з упередження ігрозалежності

Результати, одержані за допомогою проведення психодіагностичних заходів на констатувальному та формуальному етапах дослідження, вказують на те, що проблема ігрозалежності є, на сьогоднішній день, достатньо гострою та не може вичерпуватися лише роботою з юнаками на етапі вже сформованої ігрозалежності. Хоча наше дослідження, в першу чергу, присвячене проблемі психокорекції емоційних станів ігрозалежних, але проблема роботи з ігрозалежним юнацтвом, на нашу думку, є більш широкою та має включати обов'язкові питання з психопрофілактики та попередження девіантних проявів, в цілому, та, ігрозалежності, зокрема. В контексті дослідження мали місце соціальні запити щодо розробки та впровадження психолого-педагогічних рекомендацій з упередження ігрозалежності як одного з видів девіантної поведінки в юнаків.

На рівні Всесвітньої організації здоров'я під профілактикою маються на увазі науково обґрунтовані і своєчасно вжиті дії, спрямовані на:

- 1) запобігання можливих фізичних, психологічних чи соціокультурних колізій в окремих індивідів та груп ризику;
- 2) збереження, підтримку і захист нормального рівня життя і здоров'я людей;
- 3) сприяння їм у досягненні поставлених цілей і розкриття їхніх внутрішніх потенціалів.

Відповідно до установки ВОЗ, можна виділити первинну та вторинну профілактику. Обидва види профілактики й попередження емоційної нестійкості припускають необхідність як зовнішніх (певних організаційних заходів), так і внутрішніх, або власне психологічних, заходів.

Первинна профілактика передбачає комплекс заходів, спрямованих на попередження ігрозалежності серед широких верств населення, в цілому, та серед підлітків та юнацтва, зокрема.

У поняття первинної профілактики комп'ютерної та ігрової залежності ми включаємо комплекс профілактичних та виховних психолого-педагогічних заходів, що забезпечують стійкість до агресивного впливу інформаційного середовища. Такі міри дозволяють попередити загрозу формування залежності серед неповнолітніх.

Під вторинною профілактикою слід розуміти заходи, спрямовані на ранню діагностику вже існуючої проблеми, психокорекційні втручання з метою зупинити процес на початкових стадіях та не допустити патологічних форм розвитку ігрозалежності. Саме в такому контексті проходило наше дисертаційне дослідження : 1) розробка та впровадження комплексу методів для діагностики ігрозалежності юнаків; 2) розробка та впровадження заходів, спрямованих на психокорекцію емоційних станів, так як формування ігрозалежності відбувається на емоційному рівні.

Результати, одержані за допомогою проведення психодіагностичних заходів на констатувальному етапі дослідження, показали значну кількість осіб, які потребують кваліфікованої спеціалізованої допомоги з проблеми ігрозалежності. Наявність у патологічних гравців специфічного набору симптомів передбачає обов'язкові консультації з лікарем психотерапевтом, або психіатром, та можливе фармакологічне втручання. Юнаки з непатологічним рівнем ігрозалежності, яких в роботі ми описували як групу з наявністю ігрозалежності, в результаті контрольного етапу формувального експерименту продемонстрували певні позитивні зміни як у ставленні до гри, так і в усвідомленні своєї відповідальності за можливі наслідки.

Однак, можна стверджувати, що первинна профілактика забезпечує найбільш високу якість результату. Якщо первинна профілактика здійснюється за різними напрямками, із залученням спеціалістів різного профілю, то досягається найбільш повний ефект. Оскільки вторинна профілактика відбувається вже по факту існування ігрозалежності, то її

кінцевий результат може бути менш повним, ніж при первинній профілактиці.

На сучасному етапі розвитку вітчизняної науки закладені продуктивні підходи до створення теоретичної, методологічної та практичної бази превентивної психології та педагогіки, створені моделі профілактики хімічних залежностей в освітніх установах з підлітками групи соціального ризику (С. А. Белічева, Т. Ю. Больбот, І. П. Лисенко, Н. Ю. Максимова, Н. А. Сирота, Л. М. Шіпіціна, Л. Н. Юр'єва, В. М. Ялтонський та ін.), використовуються активні методи навчання, різноманітні тренінги, розв'язування психологічних ситуацій, робота з інноваційними методиками (В. В. Власенко, С. В. Васківська, Р. Р. Гаріфулін, П. П. Горностай, Л. В. Долинська, В. І. Карікаш, К. Н. Пилипенко, Н. І. Пов'якель, В. Ромек, , Г. Є. Улунова, В. М. Федорчук та ін.).

Стратегія первинної профілактики ігрової та комп'ютерної залежності передбачає початок втілення превентивних заходів на якнайбільш ранніх етапах розвитку людини. У вік сучасних технологій, які швидко розвиваються, доцільною може бути робота з батьками дошкільників, з молодшими школярами, підлітками. Це послідовність спеціальних профілактичних заходів, які здатні забезпечити необхідну психологічну підтримку. Вони спрямовані на формування особистісних ресурсів, що забезпечують розвиток у дітей та підлітків соціально-нормативного життєвого стилю з домінуванням здорового способу життя, дієвої установки на грамотне і відповідальне вміння користуватися мультимедійними засобами, а також на ресурси родини.

Зазначаємо, що традиційний проблемно-орієнтований підхід, в якому акценти робляться на негативних наслідках ігрової та комп'ютерної залежностей, не забезпечує досягнення поставленої мети. Проблема попередження ігрозалежності, яка базується лише на основі локалізації негативних наслідків, не усуває причини, що породжують психологічну та

особистісну деградацію, і спонукає дітей та підлітків знову і знову повертатися у світ віртуального спілкування, уникаючи реального. Ставити сьогодні питання про повне попередження розвитку комп'ютерної та ігрової залежності серед неповнолітніх абсолютно нереально. Тому, найбільш адекватною, на наш погляд, є стратегія стримування. Вона передбачає створення системи позитивної профілактики, яка орієнтується не на патологію, не на проблему та її наслідки, а на потенціал психологічного здоров'я, що захищає від виникнення проблем, освоєння і розкриття ресурсів психіки й особистості, підтримку особистості, допомоги їй в самореалізації власного життєвого призначення.

Модель психолого-педагогічної профілактики ігрової залежності в юнацтва включає психолого-педагогічну роботу з юнаками, в тому числі, з групи соціального ризику, врахування особливостей особистісних дезадаптивних рис, що сприяють формуванню ігрозалежності, мікросоціальне середовище, зокрема, роботу з сім'єю, теоретичну і методичну підготовку психологів, педагогів, соціальних працівників.

Зміст кожного напрямку профілактичної діяльності, сукупність методичного, діагностичного забезпечення процесу сприяють досягненню ефективних результатів профілактичної роботи в освітніх установах, а саме:: орієнтування підлітків на здоровий спосіб життя, на розвиток високоефективних поведінкових стратегій, особистісних ресурсів, креативних здібностей та комунікативних навичок; зниження рівня дезадаптації в підлітків; формування готовності підлітків, педагогів та батьків до взаємодії в рамках педагогічної профілактики ігрових залежностей. Сукупність педагогічних принципів, педагогічних профілактичних програм, форм і методів роботи з юнацтвом спрямована на попередження ігрових залежностей. Саме на це орієнтовані програми освітньої роботи з педагогами та батьками з метою попередження цілісного позитивного впливу на особистість.

Ми пропонуємо розглядати напрямки організації психолого-педагогічної профілактики ігрозалежності в рамках моделі, яка містить окремі чітко виражені напрямки роботи. У цьому випадку ми розглядаємо профілактику, в цілому, як основу для підтримання постійних зв'язків з особистістю ігрозалежного, засобом для виявлення його особливостей, мотивів його вчинків, створення позитивного фону для індивідуальних впливів і постійної корекції поведінки (рис. 3.5).

На практиці зазначена модель має наступну структуру:

1. Психолого-педагогічна просвіта як складова профілактики ігрозалежності передбачає єдність психосоціальних методів, спрямованих на поглиблення в населення (вчителів, вихователів, школярів, батьків, громадськості) знань щодо причин, перебігу, наслідків ігрозалежності. Психологічна просвіта – основний спосіб і, одночасно, одна з активних форм реалізації завдань психопрофілактичної роботи. Профілактика ігрозалежності передбачає використання самих різних способів, таких як :

- 1) вербальні (бесіда, лекція, тематичний семінар, виступ по радіо, на телебаченні);
- 2) публіцистика (друковані та електронні ЗМІ);
- 3) наочні (плакат, буклет, пам'ятка);
- 4) інтернет і розміщення тематичної інформації на web-сайтах тощо.

При цьому відбувається формування наукових установок і уявлень про ігрову та комп'ютерну залежність; громада отримує інформацію з цього питання; формується стійка потреба в застосуванні і використанні психологічних знань з метою ефективною соціалізації підростаючого покоління та з метою власного розвитку.

Необхідність глибокої, серйозної психологічної просвіти із вказаної проблеми вимагає тісної взаємодії всіх учасників процесу. Наприклад, низька мотивація в батьків в цьому питанні може призвести до того, що небезпека для дитини потрапити в групу ризику може суттєво зрости.



Рис. 3.5. Модель напрямків роботи з профілактики ігрозалежності.

2. Формування батьківської компетентності з проблеми ігрозалежної поведінки.

Батьківська компетентність в області ігрозалежної поведінки передбачає наявність знань про стилі виховання та особливості родинного спілкування, які можуть сприяти ігрозалежності. Батьки повинні знати фактори, що значно підвищують рівень можливого переходу від ситуативного бажання грати в комп'ютерні ігри та випадкових зустрічей з азартними іграми до формування патологічного гемблінгу. Фахівці наводять ці фактори за зниженням ступеня значущості: належність до постійних та проблемних гравців в юнацькому віці, чоловіча стать, делінквентність, зловживання ПАР, ранній початок азартних та комп'ютерних ігор,

батьківська історія гемблінгу або інших залежностей, низька шкільна успішність [62].

Два фактори, пов'язаних з групою проблемного гемблінгу: батьківська гемблінг-історія і низька шкільна успішність можуть більше стосуватися специфічних проблем ігрозалежності. Дослідники вважають, що група підвищеного ризику може мати тенденцію до виникнення пізніших проблем з азартною грою, які є вторинними в порівнянні з більш фундаментальною лінією делінквентного стилю життя.

Батькам потрібно виявити максимум терпіння та наполегливості, щоб підтримувати підлітка, юнака в подоланні життєвих труднощів, передавати досвід подолання кризових ситуацій, навчати вмінню регулювати свої емоції, будувати стосунки з однолітками, управляти своїм часом. Доречною в подібних ситуаціях є консультація фахівця-психолога або психотерапевта (виявлення можливих депресивних розладів), їх спільна психокорекційна робота, в тому числі спрямована на розв'язання сімейних конфліктів.

3. Розвивальна та психокорекційна робота, спрямована на психокорекцію емоційної сфери, формування соціально-значущих домагань, розвиток комунікативних навичок та рання діагностика ігрозалежності детально викладені в попередніх розділах дисертаційного дослідження. Зауважимо, що вправи та техніки, запропоновані в програмі КЕСТІ, спрямовані на розв'язання комплексу завдань та мають декілька цільових складових. Серед них такі, як особистісна, емоційна, мотиваційна, комунікативна, соціальна складові та інтеграційна частина. Психокорекційна програма містить послідовність спеціальних профілактичних заходів, які передбачають формування соціально-нормативного життєвого стилю з домінуванням здорового способу життя, дієвої установки на грамотне та відповідальне вміння користуватися мультимедійними засобами.

4. Соціально – правова політика держави по створенню нормативно-правової та законодавчої бази що до регулювання грального бізнесу.

15 травня 2009 року Верховна Рада прийняла Закон України «Про заборону грального бізнесу в Україні» [1]. Ми вважаємо, що законодавчі заходи на рівні держави і, зокрема, прийняття вказаного Закону, сприяли обмеженню появи нових гравців у середовищі юнацтва. Відразу після прийняття Закону велись розмови про створення спеціальних «гральних зон». Пропонувалося використувувати досвід європейських країн, де гральний бізнес існує, але держава його контролює та отримує податки.

12 червня 2011 року було прийнято поправку до вищеназваного Закону, в якій уточнюється поняття грального бізнесу, а саме: «гральний бізнес – діяльність, пов'язана з організацією, проведенням та наданням можливості доступу до азартних ігор у казино, на гральних автоматах, комп'ютерних симуляторах, у букмекерських конторах, в інтерактивних закладах, в електронному (віртуальному) казино незалежно від місця розташування серверу». В цій поправці також чітко визначено категорію азартних ігор.

В Україні ігровий бізнес, на сьогоднішній день, знаходиться «у підпіллі», про яке знають як правоохоронці, так і більшість громадян. Він нікуди не зникав. Індустрія ігрового бізнесу передбачає отримання надприбутків, й тому розважальні заклади працюють, відбувся лише перехід на комп'ютерну техніку, а гральні установи тепер мають іншу назву. В так званих «інтерактивних комп'ютерних клубах» пояснюють, що тут використувувати безпосередньо інтернет для передачі електронної пошти або пошуку інформації вам навряд чи захочеться, так як година користування коштує від 50 гривень та більше. В таких клубах пропонується «високотехнологічний» відпочинок: те, що раніше мало вивіску «Казино», зараз приховується під назвою «інтерактивні інтернет-розваги».

Таким чином, лише спільні зусилля держави, психологів, педагогів, родини, небайдужої громади будуть дієвими в роботі з попередження та профілактики ігрової та комп'ютерної залежності.

Висновки до третього розділу

Виходячи з отриманих результатів констатувальної частини дослідження й врахуванням психологічних та вікових особливостей досліджуваних було розроблено психологічну модель корекції та профілактики ігрозалежності юнаків, на її основі створено програму тренінгових психотехнологій.

Завданням роботи на цьому етапі виступали активізація та розвиток індивідуальних якостей та психічних функцій особистості, що сприяють розвитку та формуванню вмій відреагування негативних емоційних станів, самоконтролю, релаксації, розвитку самосвідомості, вибору системи цінностей, мети й сенсу, формуванню свободи відповідальності, усвідомленню та прийняттю себе й своєї системи саморегуляції в структурі особистості юнаків.

Тренінгова робота була спрямована на профілактику та подолання проявів ігрової залежності юнаків, за рахунок розвитку вмій розпізнавати та контролювати свої емоційні стани, формування здорового способу життя та вироблення антидевіантного імунітету, втілення адекватних життєвих цілей та усвідомлення можливостей їх реалізації.

Порівняльний аналіз результатів дослідження емоційних станів ігрозалежних юнаків до та після формувального впливу із залученням різних методів та методик дослідження дозволив зробити наступні висновки.

Спостерігається статистично значуща позитивна динаміка показників, які свідчать про зменшення проявів ігрозалежності, зниження негативних емоційних станів та зростання позитивного емоційного стану, набуття навичок контролю емоційних станів, зниження непрямой агресії та проявів

делінквентності, зростання позитивного ставлення до майбутнього, покращення родинних стосунків.

Узагальнення отриманих результатів з вивчення складових когнітивно-рефлексивного, поведінкового соціального блоків у ігрозалежних юнаків після впровадження програми формування експерименту показало, що відбувається позитивна динаміка факторів, які є попередніми умовами формування емоційних станів.

Найбільш суттєвими були зміни в когнітивно-рефлексивному блоці. Найменш статистично значущими були зміни даних поведінкового блоці. Крім того, з більшими складнощами відбувалися та були кількісно меншими зміни, пов'язані з визначенням родинних стосунків, зокрема ставлення до батька, матері, родини.

Виявлено, що, загалом, юнаки, які мають схильність до ігрозалежності, успішно проходять процеси, пов'язані з набуттям навичок усвідомлення, контролю за емоційними станами, вмінь знаходити та утримувати позитивні емоційні стани, як під час психокорекційної роботи, так і поза ситуацією тренінгової групи. Однак, можна спостерігати певні труднощі, з якими стикаються ігрозалежні юнаки, а саме: наявність сильних емоційних вражень, пов'язаних з азартними або комп'ютерними іграми, які не піддалися когнітивному опрацюванню або не знайшли співвідносних за силою та емоційним наповненням замінників, і неподоланий страх перед відповідальністю за власне життя в соціумі. Тобто, можна відзначити, що психокорекція емоційних станів ігрозалежних юнаків сприяє формуванню свободи відповідальності як за власні емоційні стани, так і за майбутнє доросле життя замість свободи всюдозволеності.

Таким чином, узагальнення та психологічний аналіз усіх отриманих результатів стосовно зв'язку емоційних станів юнаків з виникненням ігрозалежної поведінки, підтвердили припущення дисертаційного дослідження. Описано та впроваджено модель напрямків роботи з профілактики ігрозалежності. Визначено, що застосування програми тренінгових

психотехнологій з використанням програми КЕСТІ дозволяє корегувати емоційні стани ігрозалежних юнаків, що сприяє зменшенню проявів ігрозалежної поведінки. Запропоновано низку психолого-педагогічних методів та прийомів психопрофілактичної роботи з упередження та запобігання ігрозалежності юнаків, яка включає ранню діагностику ігрозалежності; розвивальну та психокорекційну роботу, що спрямована на психокорекцію емоційної сфери; формування соціально-значущих домагань, розвиток комунікативних навичок психолого-педагогічну просвіту; формування батьківської компетентності з проблеми ігрозалежної поведінки.

Результати, що надані в розділі, опубліковані в наступних працях автора:

1. Мотрук Т. О. Аналіз результатів корекції негативних емоційних станів ігрозалежних юнаків / Т. О. Мотрук // Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія 12. Психологічні науки : зб. наук. праць. – К. : НПУ імені М. П. Драгоманова, 2012. – № 37 (61). – С. 100–104.

2. Мотрук Т. О. До питань про психокорекцію емоційних станів ігрозалежних юнаків / Т. О. Мотрук // Наукові пошуки : зб. наук. праць молодих учених. Вип. 3. – Суми : СумДПУ імені А. С. Макаренка, 2012. – С. 102.

3. Мотрук Т. О. Програма психологічної корекції емоційних станів ігрозалежних юнаків (КЕСТІ) / Т. О. Мотрук. – Суми : Вид-во СумДПУ імені А. С. Макаренка, 2012. – 72 с.

4. Мотрук Т. О. Технологія застосування репертуарних решіток при діагностиці проблеми ігрозалежності молоді / Т. О. Мотрук // Практична психологія у системі вищої школи : монографія / [за ред. Т. В. Бушуєвої, С. О. Ставицької] ; авт. кол. каф. практи. психології та психотерапії. – К. : НПУ імені М. П. Драгоманова, 2012. – С. 246–263.

ВИСНОВКИ

У дисертації наведено теоретичне узагальнення та експериментальне вивчення особливостей проявів емоційних станів ігрозалежних юнаків, що виявилось у визначенні факторів ризику у процесі формування ігрозалежності юнаків, психокорекційних заходів, спрямованих на емоційні стани як вирішальний фактор формування ігрозалежності; розроблено психологічну модель корекції та профілактики ігрозалежності юнаків, здійснено її експериментальне впровадження.

1. Емоційні стани є окремим видом психічних станів, який пов'язаний з внутрішніми процесами та лежить в основі формування емоцій. Вони є чинниками формування ігрозалежності та виступають системоутворюючим фактором, що взаємопоєднує особистісні, поведінкові і соціальні прояви ігрозалежних юнаків.

Юнацький вік – це особливий період психічного розвитку особистості. Він є визначальним під час формування різних адикцій, у тому числі ігрозалежності. В юнацькому віці відбувається формування загальної емоційної спрямованості особистості, закріплення власної ієрархії цінностей. Цей етап розвитку має свої сильні сторони і переваги та ресурси утримання юнаків від здійснення адиктивних спроб.

Ігрозалежність ми розглядаємо як термін, в якому одночасно йдеться про ігрову та комп'ютерну залежності. Перед початком гри в ігрозалежних юнаків можуть спостерігатися як позитивні, так і негативні емоційні стани, такі, як ейфорія, тривога, інтерес, провина, самотність, роздратування, цікавість, страх, агресія, образа, жалість до себе. Інтегруючим напрямком дослідження адиктивної поведінки, зокрема ігрозалежності, є психологічний напрямок, у межах якого існують різні підходи до трактування причин ігрозалежності. Психокорекційні методи подолання адиктивної поведінки та ігрозалежності обов'язково містять техніки, спрямовані на корегування емоційних станів ігрозалежних.

Психокорекція емоційних станів ігрозалежних юнаків передбачає поєднання підходів до корекції емоційних станів, ігрозалежності як форми адиктивної поведінки та врахування особливостей вікового періоду – юнацтва.

2. Результати емпіричного дослідження свідчать про актуальність проблеми ігрозалежності для юнацького віку: більше чверті опитуваних юнаків мають ознаки ігрозалежності. Юнаки з наявністю ігрозалежності мають особистісні відмінності порівняно з юнаками, в яких ігрозалежність не була виявлена, серед яких: схильність до адиктивної поведінки, схильність до подолання норм і правил, слабкий контроль емоційних реакцій, схильність до непрямой агресії, проблемні стосунки в родині, негативне ставлення до майбутнього.

3. Ігрозалежним юнакам притаманний специфічний комплекс негативних емоційних станів: самотність, нудьга, роздратування, негативізм, образа, смуток, тривога, що доводить наше припущення про провідну роль негативних емоційних станів у формуванні ігрозалежності.

4. Особистісна та поведінкова специфіка юнаків з наявністю ігрозалежності (схильність до адиктивної поведінки, зокрема ігрозалежності, особливості емоційного відреагування) зумовили необхідність пошуку додаткових специфічних способів діагностики. З цією метою вперше у вітчизняній практиці застосовано репертуарні решітки Дж. Келлі «Решітки залежності». За допомогою репертуарних решіток підтверджено тезу про визначальну роль емоційних станів у формуванні ігрозалежності та припущення дисертаційного дослідження про ключову роль негативних емоційних станів у формуванні ігрозалежності. Одержані позитивні результати доводять ефективність застосування методики репертуарних решіток у діагностиці емоційних станів ігрозалежних юнаків.

5. Ефективною щодо корекції та попередження ігрозалежної поведінки є психологічна модель корекції і профілактики ігрозалежності юнаків. На її засадах розроблено та впроваджено програму з психокорекції

емоційних станів ігрозалежних юнаків (КЕСТІ), наведено психолого-педагогічні рекомендації щодо попередження ігрозалежності як одного з видів девіантної поведінки в юнаків. Результат психокорекційної роботи досягається через систему методів, прийомів, засобів та психотехнологій, що дозволяє впливати як безпосередньо на емоційні стани, так і на попередні умови їх формування (когнітивно-рефлексивний, поведінковий та соціальний блоки), завдяки чому спостерігається зменшення проявів ігрозалежності, набуття навичок контролю емоційних станів, формування навичок знаходити яскраві позитивні переживання поза грою, зниження непрямой агресії та проявів делінквентності, зростання позитивного ставлення до майбутнього, покращення родинних стосунків.

Проведене дослідження не вичерпує всіх аспектів проблеми. Перспективи подальшої науково-дослідної роботи вбачаємо у вивченні емоційних станів особистості та проблеми психокорекції ігрозалежності юнацтва й інших вікових групах, а саме: в підлітків, молоді, людей зрілого віку, дослідженні окремих емоційних станів як чинників виникнення ігрозалежності, розробці та впровадженні психолого-педагогічних рекомендацій щодо попередження ігрозалежності як одного з видів девіантної поведінки, а також апробації розробленої психокорекційної програми для роботи з іншими проявами адиктивної поведінки.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Закон України «Про заборону грального бізнесу в Україні» : від 15 травня 2009 року №1334-VI // Відомості Верховної Ради України (ВВР). – К. : Парлам. вид-во, 2009, №38, С. 536.
2. Агибалова Т. В. Психотерапия пациентов с зависимостью от азартных игр / Т. В. Агибалова , О. Ж. Бузик , Е. Н. Динов // Материалы I Российского национального конгресса по наркологии с международным участием. Москва, 2009. – С. 134.
3. Адлер А. Практика и теория индивидуальной психологии / Альфред Адлер. – СПб. : Питер, 2003. – 265 с.
4. Азартная игра – разновидность патологической зависимости и ее лечение методом духовно ориентированной психотерапии в форме целебного зорока / Г. И. Григорьев, С. Г. Григорьев, Е. В. Волгушева [и др.] // Вестник психотерапии. – 2005. – № 13 (18). – С. 130–140.
5. Александров Ю. И. Единая концепция сознания и эмоций: экспериментальная и теоретическая разработка / Ю. И. Александров // Первая Российская конференция по когнитивной науке : Казань, тез. докл. / 9–12 окт. 2004 г. – Казань : КГУ, 2004. – С. 14– 15.
6. Ананьев Б. Г. Человек как предмет познания / Б. Г. Ананьев. – М. : Наука, 1967. – 166 с.
7. Анохин П. К. Эмоции / П. К. Анохин // Психология эмоций. Тексты [под ред. В. К. Вилюнаса, Ю. Б. Гиппенрейтер]. – М. : Изд-во Моск. ун-та, 1984. – С. 172–178.
8. Арзуманов Ю. Л. О медицинских аспектах игромании. Методы выявления, реабилитации и профилактики / Ю. Л. Арзуманов // Наркология. – 2004. – № 4. – С. 13–19.

9. Арзуманов Ю. Л. О медицинских аспектах игромании. Методы выявления, реабилитации и профилактики / Ю. Л. Арзуманов. Игромания. Мифы и реальность : мат. конф. // Наркология, – 2004. – № 4 – С. 15.
10. Ахрямкина Т. А. Ребенок и компьютерная зависимость [Электронный ресурс] Т. А. Ахрямкина – Режим доступа : <http://ito.edu.ru/2006/Samara/IX/IX-0-2.html>.
11. Балабанова Л. М. Категория нормы в психологии студенческого возраста (теоретико-методологический аспект) : / Университет внутренних дел МВД Украины / Л. М. Балабанова. – Х. : Консум, 1999. – 239 с.
12. Башкуева М. Д. Игры, которые вас разоряют / Мария Башкуева. – СПб. : Вече, 2007. – 176 с.
13. Беличева С. А. Превентивная психология / С. А. Беличева. – М. : Ред.-изд. центр консорциума «Социальное здоровье России», – 1994. – 218 с.
14. Берак О. Л. Пути формирования эмоциональной регуляции личности студента / О. Л. Берак, Н. В. Тугорская // Вестник высшей школы. – 1987. – № 1 – С. 33–38.
15. Берн Э. Игры, в которые играют люди. Люди, которые играют в игры / Эрик Берн. – М. : ФАИР-ПРЕСС, 2000. – 480 с.
16. Бех І. Д. Від волі до особистості / Іван Дмитрович Бех. – К. : Україна-Віта, 1995. – 202 с.
17. Бігун Н.І. Психологічні умови особистісного розвитку підлітків з депресивними розладами : Монографія / Н.І. Бігун. – Кам'янець-Подільський : ПП Медобори – 2006, 2001. – 160 с.
18. Бігун Н.І. Розвиток функцій особистісної саморегуляції підлітків з депресивними станами // Міжнародний науковий форум : соціологія, психологія, педагогіка, менеджмент. – Вип. 10 : збірник наукових праць. – Київ: Вид-во НПУ імені М.П. Драгоманова, 2012. – С. 215–221.
19. Бігун Н.І. Наукові інтерпретації психологічних механізмів виникнення депресивних станів у підлітків // Гуманітарний вісник ДВНЗ

«Переяслав-Хмельницький ДПУ імені Григорія Сковороди» : збірник наукових праць. – Переяслав-Хмельницький, 1012. – Вип.25. – С. 208–213.

20. Бодалев А. А., Общая психодиагностика / А. А. Бодалев, В. В. Столин, В. С. Аванесов. – СПб. : Речь, 2000. – 440 с.

21. Божович Л. И. Пролемы формирования личности: Избранные психологические труды / Л. И. Божович; под ред. Д. И. Фельдштейна. – М., Воронеж : АПСН, 1996. – 352 с.

22. Божович Л. И. Психологические закономерности формирования личности в онтогенезе / Л. И. Божович // Вопросы психологии. – 1976. – № 6. – С. 36–41.

23. Божович Л. И. Психологический анализ условий формирования и строения гармонической личности / Л. И. Божович // Психология формирования и развития личности. – М. : Наука, 1981. – С. 257–284.

24. Бондарчук О.І. Психологія девіантної поведінки : [курс лекцій] / О. І. Бондарчук. – К. : МАУП, 2006. – 88 с.

25. Боришевский М. И. О саморегуляции поведения подростков в процессе учебной деятельности / М. И. Боришевский, С. Д. Максименко // Вопросы психологии. – 1977. – № 3. – С. 57 – 64.

26. Боришевський М. Й. Психологія самосвідомості: історія, сучасний стан та перспективи дослідження / М. Й. Боришевський. – К. : Либідь, 1999. – 162 с.

27. Боулби Дж. Привязанность / Дж. Боулби; пер. с англ., общ. ред. и вступ. ст. Г В. Бурменской – М. : Гардарики, 2003. – 477 с.

28. Братусь Б. С.,. Психология, клиника и профилактика раннего алкоголизма / Б. С. Братусь, П. И. Сидоров – М. : Изд-во МГУ, 1984. – 146 с.

29. Бузик О. Ж. Зависимость от азартных игр: клинические проявления, особенности течения, лечение : дис. ... доктора мед. наук : 14.00.45 / Бузик Олег Жанович – 264 с.

30. Булах І. С. Психологія особистісного зростання підлітка : [монографія] / Ірина Сергіївна Булах. – К. : НПУ імені М. П. Драгоманова, 2003. — 340с.
31. Бурлаков И. В. Homo Gamer: Психология компьютерных игр / И. В. Бурлаков. – М. : Класс, 2000. – 144 с.
32. Бурлачук Л. Ф. Психодиагностика / Леонид Фокич Бурлачук. – СПб. : Питер, 2003. – 352 с.
33. Бурлачук Л. Ф. Словарь-справочник по психодиагностике / Л. Ф. Бурлачук, С. М. Морозов. – СПб. : Питер, 2000. – 528 с.
34. Бухановский А. О. Интегративная психотерапия в комплексном лечении больных, страдающих патологической страстью к азартным играм / А. О. Бухановский, В. В. Мадорский, В. А. Солдаткин // Наркология: ежемесячный научно-практический журнал. – 2008. – № 2. – С. 40–46.
35. Бушуєва Т. В. Методологічні питання розвитку психодіагностики в системі практичної психології /Т. В. Бушуєва // Практична психологія в системі вищої школи : [монографія] / [за ред. Т.В. Бушуєвої, С.О.Ставицької] – К. : НПУ імені М. П. Драгоманова, 2012. – С. 11–22.
36. Бушуєва Т. В. Теоретико-методологічні засади розробки психодіагностичних технологій / Т. В. Бушуєва // Практична психологія в системі вищої освіти: теорія, результати досліджень, технології : [монографія] / [за редакцією проф. Н. І. Пов'якель] – К. : НПУ імені М. П. Драгоманова, 2009. – С. 40–54.
37. Вакулич Т. М. Психологічні чинники запобігання Інтернет-залежності підлітків : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук : спец. 19.00.07 «Педагогічна та вікова психологія» / Т. М. Вакулич. – К., 2006. – 19 с.
38. Варій М. Й. Загальна психологія : підручник [для студ. психол. і пед. спец.] / М. Й. Варій. –К. : Центр учбової л-ри, 2007. – 968 с.
39. Вачков И. В. Основы технологии группового тренинга : Психотехника / И. В. Вачков. – М. : Ось-89, 2000. – 224 с.

40. Великий тлумачний словник сучасної української мови / [уклад. і голов. ред. В. Т. Бусел]. – К. : Ірпінь : ВТФ «Перун», 2004. – 1440 с.
41. Википедия. Свободная энциклопедия. Игровая зависимость . [Электронный ресурс] / Википедия. Свободная энциклопедия. – Режим доступа :
http://ru.wikipedia.org/wiki/игровая_зависимость
42. Винникотт Д. В. Разговор с родителями / Дональд Вудс Винникотт, пер. с англ. М. Н. Почукаевой, В. В. Тимофеева. – М. : Класс, 2007. – 96 с.
43. Винникотт Д. В. Семья и развитие личности. Мать и дитя / Дональд Вудс Винникотт. – СПб. : Прайм-ЕВРОЗНАК, 2004 – 256 с.
44. Вікова психологія / [за ред. Г.С. Костюка]. – К : Рад. шк., 1976. – 295 с.
45. Вікова та педагогічна психологія : навч. посіб. / [О. В. Скрипченко, Л. В. Долинська, З. В. Огороднійчук та ін.]. – К. : Просвіта, 2001. – 416 с.
46. Вундт В. М. Психология душевных волнений [Электронный ресурс] / В. М. Вундт. – Б-ка РГИУ, 2006. – Режим доступа :
http://www.i-u.ru/biblio/archive/vundt_psi .
47. Выготский Л. С. Конкретная психология человека / Л. С. Выготский // Вестник МГУ. Серия Психология. – 1986, – № 1. – 54 с.
48. Выготський Л. С. Собрание починений : в 6 т. / Л. С. Выготский. – М : Педагогика, 1981. – Т. 4 – 432 с.
49. Гарифуллин Р. Р. Кодирование личности от алкогольной и наркотической зависимости. Манипуляции в психотерапии / Рамиль Рамзиевич Гарифуллин. – Ростов н/Д. : Феникс, 2004. – 256 с. (Серия «Психологический практикум»).
50. Горбатков А. А. Позитивные и негативные эмоции: взаимосвязь и ее зависимость от уровня субъективного развития индивида / А. А. Горбатков // Психологический журнал. – 2001. – № 1. – С. 61–70.

51. Грушин Б. Творческий потенциал свободного времени / Б. Грушин. – М. : Профиздат, 1990. – 153 с.
52. Даренский И. Д. Болезненное пристрастие к азартным играм // И. Д. Даренский, В.С. Акопян. Аддиктология. – 2006. – № 5. – С. 54–57.
53. Державна служба статистики України. Розподіл постійного населення України за статтю та віком станом на 1 січня 2011 року : стат. зб. [Електронний ресурс]. Київ – 2011. Режим доступу: http://ukrstat.org/uk/metod_polog/metod_doc/2011/288/288.pdf
54. Дети социального риска и их воспитание [учеб.–метод. пособие] / [под науч. ред. Л. М. Шипициной]. – СПб. : Речь, 2003. –144 с..
55. Джемс У. Что такое эмоция? / У. Джемс // Психология эмоций. Тексты [под ред. В. К. Виллюнаса, Ю. Б. Гиппенрейтер].– М. : Изд-во Моск. университета, 1984. – С. 83–93.
56. Джеффнер Е. С. Азарт и типы игроков [Электронный ресурс] // Е. С. Джеффнер, пер. с англ. Вл. Кукка. – Режим доступа : <http://forum.cgm.ru/16841-post26.html>.
57. Динов Е. Н. Психотерапия в комплексном лечении больных игровой зависимостью : автореф. дис. на соискание ученой степени канд. мед. наук : спец. 14.01.27 «наркологи́я»– М., 2010. – 22 с.
58. Додонов Б. И. Эмоция как ценность / Борис Игнатьевич Додонов. – М. : Политиздат, 1978. – 272 с.
59. Долинська Л. В. Ускладнене спілкування в учнів шкіл-інтернатів : навч.-метод. посіб. / Л. В. Долинська, Г. Є. Улунова – К. : НПУ імені М. П. Драгоманова, 2005. – 119 с.
60. Дружинин В. Н. Экспериментальная психология : учеб. для вузов / В. Н. Дружинин. – 2-е изд., доп. – СПб. : Питер, 2003. – 319 с.
61. Егоров А. Ю. Нехимические (поведенческие) аддикции / А. Ю. Егоров // Аддиктология. – 2005. – № 1. – С. 65–67.

62. Ениколопов С. Психологические проблемы патологического влечения к азартным играм / С. Ениколопов, Д. Умняшкина // Вопросы психологии. – 2007. – № 3. – С.82–99.

63. Ермолаев О. Ю. Математическая статистика для психологов : учеб. / О. Ю. Ермолаев. – М. : Моск. психол.-соц. ин-т : Флинта, 2003. – 336 с.

64. Ерохина М. С. Игровые технологии в работе с детьми групп риска [метод. пособие] / М. С.Ерохина, Е. И. Середа. – Псков : ГИМЕНЕЙ, 2006. – 142 с.

65. Жалость к себе [Электронный ресурс] / Википедия. Свободная энциклопедия. – Режим доступа к энцикл. : http://ru.wikipedia.org/wiki/Жалость_к_себе

66. Завьялов В. Ю. Психологические аспекты формирования алкогольной зависимости / В. Ю. Завьялов – Новосибирск : Наука, Сибир. отд., 1988. – 198 с.

67. Зайцев В. В. Патологическая склонность к азартным играм – новая проблема российской психиатрии / В. В. Зайцев // Социальная и клиническая психиатрия. – 2000. – № 3. – С. 52–58.

68. Зайчикова Т. В. Соціально-психологічні детермінанти синдрому «професійного вигорання» у вчителів : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук : спец. 19.00.05 «Соціальна психологія» / Т. В. Зайчикова. – К., 2005. – 20 с.

69. Занюк С. С. Психологія мотивації та емоцій / С. С. Занюк. – Луцьк : РВВ Волин. держ. ун-ту, 1997. – 180 с.

70. Иванов М. Влияние ролевых компьютерных игр на формирование психологической зависимости человека от компьютера / М. Иванов // Психология зависимости : хрестоматия [сост. К. В.Сельченко]– Минск : Харвест, 2005. – 592 с. – (Библиотека практической психологии).

71. Играть по-русски. Психодрама в России: истории, смыслы, символы : [коллективная монография] / [сост. Е. В. Лопухина,

Е. Л. Михайлова] – М. : Класс, 2003. – 320 с. – (Библиотека психологии и психотерапии; вып. 105).

72. Изард К. Э. Психология эмоций / Кэррол Э. Изард / пер. с англ. А. Татлыбаевой – СПб. : Питер, 2008. – 460 с.

73. Ильин Е. П. Психофизиология состояний человека / Евгений Павлович Ильин. – СПб. : Питер, 2005. – 412 с.

74. Ильин Е. П. Эмоции и чувства / Евгений Павлович Ильин – СПб. : Питер, 2001. – 752 с

75. Каплан Г. И. Клиническая психиатрия. Из синопсиса по психиатрии : в 2 т. / Г. И. Каплан, Б. Дж. Седок. – М : Медицина, 1994. – 540 с.

76. Карпенко Н. В. Психологічні детермінанти страхів та шляхи їх подолання у дошкільників : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07 / Карпенко Наталія Володимирівна. – К., 1997. – 249 с.

77. Клиническая психология : учеб. / [под ред. Д. Б. Карвасарского] – 2-е изд. – СПб. : Питер, 2006. – 960 с.

78. Клинические особенности игромании // Т. Н. Дудко, М. А. Мягкова, Л. Ф. Панченко [и др.] – Наркология. – 2006. – № 10. – С. 43–48.

79. Кляйн М. Зависть и благодарность. Исследование бессознательных источников / М. Кляйн. – СПб. : Б.С.К., 1997.– 96 с.

80. Кон И. С. Психология старшеклассника / Игорь Семенович Кон. – М. : Просвещение, 1982. – 208 с.

81. Короленко Ц. П. Семь путей к катастрофе : деструктивное поведение в современном мире / Ц. П. Короленко, Т. А. Донских. Новосибирск : Наука, 1990. – 224 с.

82. Короленко Ц. П. Социодинамическая психотерапія / Ц. П. Короленко, Н. В. Дмитриева. – М. : Академический проект, Екатеринбург, Деловая книга, 2002. – 460 с.

83. Костандов Э. Л. Влияние отрицательных эмоций на восприятие / Э. Л. Костандов // Вопросы психологии. – 1973. – № 6. – С. 60–72.

84. Костюк Г. С. Навчально-виховний процес і психічний розвиток особистості / Григорій Силович Костюк. – К. : Рад. шк., 1989. – 608 с.
85. Косякова О. О. Возрастные кризисы / Ольга Олеговна Косякова. – Ростов н/Д. : Феникс, 2007. – 224 с.
86. Котляров А. В. Другие наркотики, или HomoAddictus : человек зависимый / Андрей Владимирович Котляров. – М. : Психотерапия, 2006. – 480 с.
87. Крамер Д. Маски авторитарности: Очерки о гуру / Джоэл Крамер, Диана Олстед : пер. с англ. Т. В. Науменко. – М. : Прогресс-Традиция, 2002. – 408 с.
88. Кристалл Г. Нарушение эмоционального развития при аддиктивном поведении / Г. Кристалл // Психология и лечение зависимого поведения / [под ред. С. Даулинга, пер. с англ. Р. Р. Муртазина]. – М. : Класс, 2007. – 232 с. – (Библиотека психологии и психотерапии, вып. 85).
89. Крушельницька Я. В. Фізіологія і психологія праці : підруч. / Я. В. Крушельницька. – К. : КНЕУ, 2003. – 367 с.
90. Кузікова С. Б. Теорія і практика вікової психокорекції / Світлана Борисівна Кузікова. – 2-ге вид., стер. – Суми : ВТД Університетська книга, 2008. – 384 с.
91. Кулагина И. Ю. Возрастная психология. Развитие ребенка от рождения до 17 лет / Ирина Юрьевна Кулагина. – М. : УРАО, 1998. – 176 с.
92. Лагутин В. А. История одной любви : у истоков зависимого поведения / В. А. Лагутин // Феномен залежності : соціальні та психологічні аспекти : Третя Всеукр. наук.-практ. конф. в рамках проекту : «Психоаналіз і суспільство», Дніпропетровськ, 2008 р., – С. 45–49.
93. Лазарус Р. Теория стресса и психофизиологические исследования / Р. Лазарус // Эмоциональный стресс / [под ред. Л. Леви] . – Л. : Медицина, 1970.– С.178–208.

94. Лебедько В. Механизмы человеческих зависимостей и стратегии освобождения от них (на примере наркомании) / В. Лебедько, О. Баранник. – СПб. : Питер, 1999. – 256 с.
95. Левин К. Динамическая психология. Избранные труды / Курт Левин, сост., пер. с нем. и англ. яз. и науч. ред. Д. А. Леонтьева, Е. Ю. Патяевой. – М. : Смысл, 2001. – 570 с.
96. Левитов Н. Д. О психических состояниях человека / Николай Дмитриевич Левитов. – М. : Просвещение, 1964. – 344 с.
97. Леонтьев А. А. Ключевые идеи Л. С. Выготского – вклад в мировую психологию XX столетия / А. А. Леонтьев // Психологический журнал – 2001. – Т. 22, № 4. – С.2–8.
98. Леонтьев А. Н. Потребности, мотивы и эмоции / А. Н. Леонтьев // Психология эмоций. Тексты [под ред. В. К. Вилюнаса, Ю. Б. Гиппенрейтер]. – М. : Изд-во Моск. ун-та, 1984. – С. 162–172.
99. Лидерс А. Г. Групповой психологический тренинг со старшеклассниками и студентами / А. Г. Лидерс. – М. : Этерна, 2009. – 416 с.
100. Липер Р. У. Мотивационная теория эмоций / Р. У. Липер // Психология эмоций. Тексты [под ред. В. К. Вилюнаса, Ю. Б. Гиппенрейтер]. – М. : Изд-во Моск. ун-та, 1984. – С. 138–152.
101. Лисенко І. П. Динаміка і корекція патопсихологічних симптомомкомплексів у осіб, залежних від алкоголю та наркотиків : дис... доктора психол. наук : 19.00.04 / Лисенко Ірина Павлівна. – К., 2003. – 433 с.
102. Лушин П. В. Личностные изменения как процесс : теория и практика / П. В. Лушин. – Одесса : Аспект, 2005. – 334 с.
103. Лушин П. В. О психологи человека в переходный период : Как выживать, когда везде все рушится? / П. В. Лушин. – К. : Наук. світ, 2007. – 207 с.
104. Макдугалл Дж. Театры тела: Психоаналитический подход к лечению психосоматических расстройств / Дж. Макдугалл ; пер. с фр.

А. В. Россохин, А. Н. Багрянцева – М. : Когито-центр, 2007. – 215 с. – (Библиотека психоанализа).

105. Максименко С. Д. Генеза здійснення особистості / С. Д. Максименко. – К : Вид-во ТОВ «КММ», 2006. – 240 с.

106. Максимова Н. Ю. Виховна робота з соціально дезадаптованими школярами : метод. рек./ Наталія Юріївна Максимова. – К : ІЗМН, 1997. – 52 с.

107. Максимова Н. Ю. Психологія адиктивної поведінки / Наталія Юріївна Максимова. – К. : ВПЦ Київ. ун-т, 2002. – 308 с.

108. Малкина-Пых И. Г. Возрастные кризисы / И. Г. Малкина-Пых. – М. : Эксмо, 2005. – 896 с. – (Справочник практического психолога).

109. Малыгин В. Л. Клиника и динамика психических расстройств у лиц с патологической зависимостью от игры / В. Л. Малыгин, Б. Д. Цыганков // Наркология. – 2006. – № 9 (57). – С. 59–63.

110. Международная классификация болезней 10-й редакции (МКБ-10). 1994 г [Электронный ресурс] – Режим доступа : [\[http://www.mkb10.ru/\]](http://www.mkb10.ru/)

111. Менделевич В. Д. Психология девиантного поведения / Владимир Давыдович Менделевич. – М. : Медпресс, 2001. – 432 с.

112. Меннингер К. Война с самим собой / Карл Меннингер. – М. : ЭКСМО-Пресс, 2000. – 480 с.

113. Мілютіна К. Л. Теорія та практика психологічного тренінгу / Катерина Леонідівна Мілютіна. – К. : МАУП, 2004. – 192 с.

114. Моляко В. А. Стратегии решения новых задач в процессе творческой деятельности / В. А. Моляко // Одаренный ребенок. – 2002. – № 4. – С. 33–43.

115. Мудрик А. В. Социализация в «смутное время» / А. В. Мудрик. – М : Знание, 1991. – 78 с.

116. Нейдхард Д. Властелин эмоций: Как сохранить спокойствие в любой ситуации / Нейдхард Д., Вейнштейн М., Конри Р. – СПб. : Питер-Пресс, 1997. – 208 с.

117. Никифоров Г. С. Самоконтроль человека : [монографія] / Г. С. Никифоров. – Л. : ЛГУ, 1989. – 192 с.
118. Новотна М. А. Структурні компоненти психологічної схильності до ігрової комп'ютерної залежності у пубертаті / М. А. Новотна // Наука і освіта. – 2006. – № 5–6. – С. 70–72.
119. Носенко Е. І. Емоційний інтелект: концептуалізація феномену, основні функції : [монографія] / Е. І. Носенко, Н. В. Коврига. – К. : Вища шк., 2003. – 126 с.
120. Обухова Л. Ф. Детская (возрастная) психология : учеб. / Людмила Филлиповна Обухова. – М. : Росс. пед. агентство, 1996. – 374 с.
121. Ольшанникова А. Е. Эмоции и воспитание / А. Е. Ольшанникова. – М. : Знание, 1983. – 80 с.
122. Ольшевская О. И. Роль и значение эмоций / О. И. Ольшевская. – Минск : Беларусь, 1968. – 80 с.
123. Орлов Г. Л. Активный отдых как фактор развития личности / Г. Л. Орлов, А. Б. Букреев. – М., 1991. – 222 с.
124. Орлов Г. Л. Свободное время – условие развития человека и мера общественного богатства / Г. Л. Орлов. – Свердловск, 1989. – 105 с.
125. Осипова А. А. Общая психокоррекция. / А. А. Осипова. – М. : Сфера, 2002. – 510 с.
126. Особистісні кризи студентського віку : зб. наук. ст. / [ред. Т. М. Титаренко]. – Луцьк : Вежа : Волин. держ. ун-т імені Лесі Українки, 2001. – 112 с.
127. Павлова І. Г. Становлення емоційної зрілості в підлітковому та юнацькому віці: автореф. дис. на здобуття наукового ступеня канд. психол. наук : 19.00.07 «Педагогічна та вікова психологія» / І. Г. Павлова. – О., 2005. – 19 с.
128. Панок В. Основи практичної психології : підручник / В. Панок, Т. Титаренко, Н. Чепелева та ін. – 3-тє вид., стереотип. – К. : Либідь, 2006. – 536 с.

129. Патологическая склонность к азартным играм. Методология, распространенность, диагностика и лечение / В. В. Зайцев, В. И. Евдокимов // Медико-биологические и социально-психологические проблемы безопасности в чрезвычайных ситуациях. – 2008. – № 2. – С. 67–74.

130. Пекрун Р. Эмоциональные расстройства / Р. Пекрун // Клиническая психология [под ред. М. Перре, У. Баумана]. – СПб. : Питер. 2002. – 1312 с. – (Серия «Мастера психологии»).

131. Пиаже Ж. Избранные психологические труды / Жан Пиаже. – М. : МПА, 1994. – 680 с.

132. Пилипенко К. В. Формування емоційної стійкості у майбутніх практичних психологів засобами тренінгових психотехнологій / К. В. Пилипенко // Особистість: проблеми та перспективи : зб. наук. праць за матеріалами конф. «Проблеми духовного оновлення особистості в трансформаційний період», (Кривий Ріг, 24 кв. 2010 р.). – Кривий Ріг : КФ ЗНУ, 2010. – С. 13–17.

133. Платонов К. К. Краткий словарь системы психологических понятий / К. К. Платонов. – М. : Высш. шк., 1984. – 174 с.

134. Пов'якель Н. І. Акмеологія становлення регулятивних компонентів професійної діяльності практичного психолога / Н. І. Пов'якель // Психологія : зб. наук. праць. – К : НПУ, 1999. Вип. 4 (7) – С. 224–230.

135. Пов'якель Н. І. Професійна рефлексія психолога-практика / Н. І. Пов'якель // Практична психологія та соціальна робота. – 1998. – № 6–7. – С. 3–6.

136. Пов'якель Н. І. Професіогенез саморегуляції мислення практичного психолога : [монографія] / Н. І. Пов'якель. – К. : НПУ імені М. П. Драгоманова, 2003. – 295 с.

137. Пов'якель Н. І. Саногенне мислення як технологія психологічної культури саморегуляції у підтримці професійного здоров'я психолога-практика / Н. І. Пов'якель // Теорія і практика допомоги особистості в

психологічному консультуванні і психотерапії / [редкол. : З. Ф. Сіверс, Е. В. Белкіна, І. А. Слободнюк та ін.] – К. : КМПУ імені Б. Д. Грінченка, 2005. – С. 94-96.

138. Повьякель Н. И. Практическая психология конфликта : учебное пособие / Н. И. Повьякель, Г. В. Ложкин. – К. : МАУП, 2002. – 256 с.

139. Попова Н. Е. Роль аффективных и когнитивных механизмов в успешности деятельности / Н. Е. Попова // Эмоционально-волевая регуляция поведения и деятельности : тезисы. – Симферополь, 1986. – С. 27–28.

140. Посохова В. В. Соціально-психологічні особливості формування життєвих планів Інтернет-залежної молоді : автореф. дис. на здобуття наукового ступеня канд. психол. наук : 19.00.05 «Соціальна психологія» / В. В. Посохова. – К., 2006. – 20 с.

141. Похилько В. И. Техника репертуарных решеток в экспериментальной психологии личности / В. И. Похилько, Е. О. Федотова // Вопросы психологии. – 1984. – № 3. – С. 151–157.

142. Практикум по психологии состояний : учеб. пособие / [ред. проф. А. О. Прохорова]. – СПб. : Речь. – 480 с.

143. Практическая психодиагностика. Методики и тесты / [под ред. Д. Я. Райгородского] – Самара : Бахрам-М, 2002. – 672 с.

144. Предупреждение подростковой и юношеской наркомании / Березин С. В., Лисецкий К. С., Назаров Е. А. и др.; ред. С. В. Березина, К. С. Лисецкого. – М. : Ин-тут психотерапии, 2001. – 256 с.

145. Психические состояния / [сост. и общая ред. Л. В. Куликов]. – СПб. : Питер. 2000. – 512 с.

146. Психічне забезпечення психічного і фізичного здоров'я : [навчальний посібник] / М. С. Корольчук, В. М. Крайнюк, А. Ф. Косенко, Т. І. Кочергіна за заг. ред. М. С. Корольчук. – К. : Фірма «ІНКОС», 2002. – 271 с.

147. Психология и лечение зависимого поведения / [под ред. С. Даулинга]. – М. : Класс, 2007. – 232 с.

148. Психологія особистості та міжособистісних стосунків : діагностичний практикум / [уклад. О. В. Скрипченко, М. В. Левченко, І.С. Булах та ін.]. – К. : НПУ, 1994. – 72 с.
149. Рейковский Я. Экспериментальная психология эмоций / Януш Рейковский. – М. : Прогресс, 1979. – 392 с.
150. Ремшмидт Х. Подростковый и юношеский возраст. Проблемы становления личности / Х. Ремшмидт, пер. с нем. Н. Лойдиной. – М. : Мир, 1994. – 320с.
151. Рогов Е. И. Эмоции и воля / Е. И. Рогов. – М. : ВЛАДОС, 1999. – 240 с.
152. Роджерс К. Р. К науке о личности / К. Р. Роджерс // История зарубежной психологии : тексты / [отв. ред. : П. Я.Гальперина, А. Н.Ждан]. – МГУ, 1986. – С. 200–230.
153. Роджерс К. Р. О групповой психотерапии / Карл Рэнсом Роджерс – М. : Гиль-Эстель, 1993. – 191 с.
154. Роджерс К. Р. Взгляд на психотерапию. Становление человека / Карл Рэнсом Роджерс ; общ. ред. и предисл. Е. И. Исениной. – М. : Прогресс, 1998. – 480 с.
155. Роджерс К. Р. Консультирование и психотерапия. Новейшие подходы в области практической работы / Карл Рэнсом Роджерс ; пер. с англ. А. Б. Фенько. – М. : Эксмо-Пресс, 2000. – 464 с.
156. Ромек В. Тренинг уверенности в межличностных отношениях / Владимир Ромек, Елена Ромек. – М. : Речь, 2007. – 175 с.
157. Рубинштейн С. Л. Эмоции / С. Л. Рубинштейн // Психология эмоций. Тексты [под ред. В. К. Вилюнаса, Ю. Б. Гиппенрейтер]. – М. : Изд-во Моск. ун-та, 1984. – С. 152–162.
158. Рудестам К. Групповая психотерапия / Кьел Рудестам ; пер. А. Голубев, Л. Трубицына, Э. Дикий. – СПб. : Питер, 1999. – 384 с.
159. Руководство по аддиктологии / [под ред. проф. В.Д. Менделевича]. – СПб. : Речь, 2007. – 768 с.

160. Савчин М. В. Вікова психологія / М. В.Савчин, Л. П.Василенко. – К. : Академвидав, 2011. – 360 с.
161. Савчин М. В. Моральна свідомість та самосвідомості особистості як предмет психологічного аналізу / М. В. Савчин // Моральна свідомість та самосвідомість особистості : [монографія] / [за ред. проф. М. В. Савчина, доц. І. М.Галяна]. – Дрогобич, 2009. – С. 12–26.
162. Санникова О. П. Феноменология личности / О.П. Санникова. – О. : СМІЛ, 2005. – 257 с.
163. Санникова О. П. Эмоциональная регуляция и активность общения / О. П. Санникова // Вопросы психологии. – 1984. – № 3. – С. 124–128.
164. Сапогова Е. Е. Психология развития человека / Елена Евгеньевна Сапогова. – М. : Аспект-пресс, 2001. – 460 с.
165. Сидоренко Е. В. Методы математической обработки в психологии / Е. В. Сидоренко. – СПб. : Речь, 2000. – 350 с.
166. Симонов П. В. Информационная теория эмоций / П. В. Симонов // Психология эмоций. Тексты [под ред. В. К. Вилюнаса, Ю. Б. Гипшенрейтер]. – М. : Изд-во Моск. ун-та, 1984. – С. 178–186.
167. Сирота Н. А. Копинг-поведение и психопрофилактика психосоциальных расстройств у подростков / Н. А. Сирота, В. М. Ялтонский // Обозрение психиатрической. и медицинской психологии. – 1994. – №1. – С. 63 – 74.
168. Сирота Н. А. Преодоление эмоционального стресса подростками. Модель исследования / Н. А.Сирота, В. М. Ялтонский // Обозрение психиатрической. и медицинской психологии. – 1993. – № 1. – С. 53–59.
169. Словопедія. Словник англiцизмiв. Гемблiнг [Електронний ресурс] – Режим доступу :
[<http://slovopedia.org.ua/46/53395/302152.html>]
170. Слюсарь В. В. Роль мiкросоцiальної середy в генезе делинквентного поведiння подросткiв / В. В. Слюсарь, Л. М. Гайчук,

Т. А. Серик // Актуальні питання дитячої психіатрії в Україні : матеріали республік. конф. дит. психіатрів [«Реформа психіатричної допомоги дитячому населенню України»]. – Х., 1999. – Вип. 2. – С. 204–206.

171. Советная Н. В. Кризисно-реабилитационная психологическая помощь при игровой зависимости на основе духовно ориентированной психотерапии в форме целебного зорока : автореф. дис. на соискание ученой степени канд. мед. наук : 19.00.04 «Медицинская психология» / Наталья Викторовна Советная. – СПб., 2008. – 24 с

172. Солдаткин В. А. Патологическое влечение к азартным играм: клиничко-динамическая модель развития / В. А. Солдаткин, А. О. Бухановский // XVI съезд психиатров России. – М., 2005. – С. 370.

173. Соломон Э. Демон полуденный. Анатомия депрессии / Эндрю Соломон ; пер. с англ. А. Дорман – М. : Добрая книга, 2004. – 672 с.

174. Сонди Л. Учебник экспериментальной диагностики влечений : глубинно-психологическая диагностика и ее применение в психопатологии, психосоматике, судебной психиатрии, криминологии, психофармакологии, профессиональном, семейном и подростковом консультировании, характерологии и этнологии / Л. Сонди. – М. : Когнито-Центр, 2005. – 557 с.

175. Старшенбаум Г. В. Аддиктология: психология и психотерапия зависимостей / Г. В. Старшенбаум. – М. : Когнито-Центр, 2006. – 367 с. – (Клиническая психология).

176. Старшенбаум Г. В. Тренинг навыков практического психолога : интерактивный учебник: игры, тесты, упражнения / Г. В. Старшенбаум. – М. : Изд-во Ин-та психотерапии, 2006. – 416 с.

177. Сучасний тлумачний словник української мови: 6000 слів / [за ред. В. В. Дубічинського]. – Х. : Школа, 2009. – 832 с.

178. Тарасова Т. Б. Психологічні особливості студентства : навч.-метод. посіб. для магістрантів / Тетяна Борисівна Тарасова. – Суми : СумДПУ імені А. С. Макаренка, 2004. – 48 с.

179. Томчук С. М. Генеза негативних психічних станів молодших школярів та їх корекція : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук : спец. 19.00.07 «Педагогічна та вікова психологія» / Томчук Сергій Михайлович. – К., 2006. – 20 с.

180. Улунова Г. Є. Психологічна корекція ускладненого спілкування в учнів шкіл-інтернатів : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук : спец. 19.00.07 «Педагогічна та вікова психологія» / Улунова Ганна Євгеніївна. – К., 2006. – 20 с.

181. Фейдимен Д. Личность: теории, эксперименты, упражнения / Д.Фейдимен, Р. Фрейджер. – СПб : Прайм-ЕВРОЗИАК, 2002. – 864 с.

182. Фельдштейн Д. И. Психология развития личности в онтогенезе / Давид Иосифович Фельдштейн. – М. : Педагогика, 1989. – 208 с.

183. Фенихель О. Психоаналитическая теория неврозов / Отто Фенихель ; пер. с англ., вступ. ст. А. Хавина. – М. : Академический проспект, 2004. – 848 с.

184. Фетискин Н. П. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп / Фетискин Н. П., Козлов В. В., Мануйлов Г. В. – М : Ин-т психотерапии, 2002. – 490 с.

185. Фонарев А. Р. Развитие личности в процессе профессионализации / А.Р. Фонарев // Вопросы психологии. – 2004. – № 6. – С. 72–83.

186. Фопель К. Технология ведения тренинга / К. Фопель – М : Генезис, 2004. – 268 с.

187. Франкл В. Человек в поисках смысла : сб. / Виктор Франкл ; пер. с англ. и нем. Д. А. Леонтьева, М. П. Папуша, Е. В. Эйдмана. – М : Прогресс, 1990. – 368 с.

188. Франселла Ф. Новый метод исследования личности: Руководство по репертуарным личностным методикам / Фей Франселла, Дональд Баннистер ; под. ред. Ю. М. Забродина, В. И. Похилько. – М. : Прогресс, 1987. – 236 с.

189. Фрейд З. «Я» и «Оно». Труды разных лет : в 2 т. / Зигмунд Фрейд. – Тбилиси : Мерани, 1991. Т.1 – 400 с.
190. Хрестоматия по возрастной психологии : учеб. пособие для студ. / [сост. Л. М. Семенюк; под ред. Д. И. Фельдштейна]. – 2-е изд. – М. : Ин-т практ. психологии, 1996. – 304 с.
191. Хрестоматия по психологии / [под ред. Петровского А. В.] – 2-е изд., перераб. и доп. – М. : Просвещение, 1987. – 448 с.
192. Цзен Н. Психотренинг : игры и упражнения / Николай Цзен., Юрий Пахомов. – М. : Класс, 1999. – 272 с.
193. Чебыкин А. Я. Проблема эмоциональной устойчивости / Алексей Яковлевич Чебыкин. – Одесса : Южноукр. пед. ун-т имени К. Д. Ушинского, 1995. – 195 с.
194. Чебыкин А. Я. Теория и методика эмоциональной регуляции учебной деятельности / Алексей Яковлевич Чебыкин. – Одесса : Астро-Принт, 1999. – 158 с.
195. Чебыкин А. Я. Исследование эмоциональной устойчивости и психологические механизмы ее формирования у спортсменов / А. Я. Чебыкин, Л. М. Аболин // Психологический журнал. – 1984. – Т. 5, №4. – С. 83–89.
196. Четвериков Д. В. Психологические механизмы и структура аддиктивного поведения личности : дис. ... доктора психол. наук : 19.00.01 / Четвериков Дмитрий Владимирович. – Новосибирск, 2002. – 385 с.
197. Шаповаленко И. В. Возрастная психология / И. В. Шаповаленко – М. : Гардарики, 2004. – 349 с.
198. Шах М. О. Психологічні особливості чоловіків, які страждають на гашишну залежність : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук : спец. 19.00.04 «Медична психологія» / М. О. Шах. – Х., 2008. – 20 с.
199. Шевченко Н. Ф. Практикум із психологічної допомоги соматичним хворим : [навчальний посібник] / Н. Ф. Шевченко. – Запоріжжя : Інсервіс, 2003. – 56 с.

200. Шевченко Н. Ф. Формування професійної свідомості практичних психологів у системі вищої освіти : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня д-ра психол. наук: 19.00.07 «Педагогічна та вікова психологія» / Наталія Федорівна Шевченко. – К., 2006. – 32 с.

201. Шемчук Н. В. О комплексном клинико-психологическом подходе к игровой зависимости / Н. В. Шемчук, Д. С. Ошевский // XVI съезд психиатров России. – М., 2005. – С. 378.

202. Шипицина Л. М. Основные теоретические и практические направления первичной профилактики злоупотребления психоактивными веществами / Л. М. Шипицина, Л. С. Шпилень, Н. А. Гусева // Наркология. 2002. – № 8. – С. 5–8.

203. Шмелев А. Г. Мир поправимых ошибок / А. Г. Шмелев // Вычислительная техника и ее применение. Компьютерные игры. – 1988. – № 3. – С. 16–84.

204. Шмырева О. И. Психологическая модель преодоления неблагоприятных эмоциональных состояний у подростков : автореф. дис. на соискание ученой степени.. канд. псих. наук : 19.00.13 «Психология развития, акмеология» / Ольга Ивановна Шмырева ; Воронеж, 2005 – 24 с.

205. Шрайнер К. Как снять стресс : 30 способов улучшить свое самочувствие за 3 минуты / Кристиан Шрайнер, пер. с англ. и предисл. Ю. В. Пахомова. – М : Прогресс, 1993. – 272 с.

206. Штепа О. С. Пропріум зрілої особистості / О. С. Штепа // Практична психологія та соціальна робота. – 2004. – № 2. – С. 26–32.

207. Щеглов Ф. Г. Игровая зависимость: рецепты удачи для игроков / Феликс Германович Щеглов. – СПб. : Речь, 2007. – 448 с.

208. Эллис А. Психотренинг по методу Альберта Эллиса / Альберт Эллис ; пер. с англ. Л. Царук. – СПб. : Питер, 1999. – 242 с.

209. Эльконин Б. Д. Кризис детства и основания проектирования форм детского развития / Б. Д. Эльконин. – М. : Тривола, 1994. – 252 с.

210. Эмоциональный стресс в этиологии и патогенезе психических и психосоматических заболеваний / Бачериков Н. Е., Воронцов М. П., Петрюк И. Т., Цыганенко А. Я. – Х. : Основа, 1995. – 276 с.

211. Эпидемиологические, диагностические и терапевтические аспекты патологического пристрастия к азартным играм [Электронный ресурс] / В. Н. Казаков С. И. Табачников, О. Е. Шульц [и др.] // Психиатрия и неврология – 2007. – С 215. – Режим доступа к журн. :

<http://novosti.mif-ua.com/archive/issue-1298/article-1362/>

212. Эпидемиология употребления наркотических веществ / Кохен Г., Флеминг Н. Ф., Глеттер К. А., Хаджиги Д. В. [и др.] // Наркология, пер. с англ. Е. М. Еропкиной, М. Ю. Еропкина; ред. Н. И. Новиков., – М. ; СПб. : БИНОМ – Невский диалог, 1998. – С. 27–50.

213. Эриксон Э. Идентичность: юность и кризис / Эрик Эриксон ; пер. с англ.; общ. ред. и предисл. А. В. Толстых. – М. : Прогресс, 1996. – 344 с.

214. Эткинд А. М. Эмоциональные компоненты самоотчетов и межличностных суждений / А. М. Эткинд // Вопросы психологи. – 1981–№ 2. – С. С. 106–112.

215. Юнг К. Г. Стадии жизни [Электронный ресурс] / Карл Густав Юнг. – Режим доступа : <http://www.jungland.ru/node/1814>

216. Юнг К. Г. Тэвистокские лекции: Аналитическая психология: ее теория и практика / Карл Густав Юнг ; пер. с англ. и предисл. В. И. Менжулина – К. : Синто, 1995. – 326 с.

217. Юрьева Л. Н. Компьютерная зависимость : формирование, диагностика, коррекция и профилактика : [монография] / Л. Н. Юрьева, Т. Ю. Больбот. – Днепропетровск : Пороги, 2006. – 196 с.

218. Юсупов И. М. Психология взаимопонимания / И. М. Юсупов. – Казань : Татар. книжное изд-во, 1991. – 191 с.

219. Юсупов В. В. Психологическая диагностика зависимого поведения : риск развития, методы раннего выявления / В. В. Юсупов, В. А. Корзунин. – СПб. : Речь, 2007. – 128 с.

220. Язневич М. В. Репертуарные решетки / М. В. Язневич // Социология : энцикл. / [сост. А. А. Грицанов, В. Л. Абушенко, Г. М. Евелькин и др.]. – Минск : Книжный дом, 2003. – 1312 с.

221. Якобсон П. М. Психология чувств / П. М. Якобсон. – М. : АПН РСФСР, 1958. – 384 с.

222. Ямницький В. М. Психологічні особливості й механізми групового психотренінгу / В.М.Ямницький // Науковий вісник Південноукраїнського державного педагогічного університету імені К. Д. Ушинського. – Вип. 11–12. –Одеса, 2002. – С. 189–197.

223. Ямницький В. М. Психологічні чинники розвитку життєтворчої активності особистості в дорослому віці : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня д-ра психол. наук : спец. 19.00.07 «Педагогічна та вікова психологія» / Ямницький Вадим Маркович. – К., 2005. – 40 с.

224. Alessi S. M. Pathological gambling severity is associated with impulsivity in a delay discounting procedure [Text] / S. M. Alessi, N. M. Petry // Behavioral Processes. –2003, – Vol. 64. – P. 345–354.

225. Amiot C. E., Motivations to identify with social groups: A look at their positive and negative consequences [Text] / C. E. Amiot, S. Sansfaçon, // Group Dynamics: Theory, Research and Practice. – 2011. – Vol. 15, № 2 – P. 105–127.

226. Bandura A. Cervonep self-evaluative and self-efficacy mechanisms in the motivational effects of goal system [Text] / A. Bandura // Journal of Personality and Social Psychology. – 1983. – Vol. 45. – P. 1017 – 1028.

227. Blanco C. A Pathological gambling: addiction or compulsion [Text] / C. Blanco, P. Moreyra, E.V. Nunes // Semin. Clin. Neuropsychiatry. 2001. – Vol. 6. – № 3. – P. 167–176.

228. Blaszczynski A. A pathways model of problem and pathological gambling [Text] / A. Blaszczynski, L. Nower // Addiction. – 2002 May. – Vol. 97. – № 5. – P. 487–499.

229. Cavedini P. Frontal lobe dysfunction in pathological gambling [Text] / P.Cavedini, G.Riboldi, R. Keller // *Biol. Psychiatry.* – 2002. – Vol. 51, № 4. – P. 334–341.

230. Comings D. E. A study of the dopamine D2 receptor gene in pathological gambling [Text] / Comings D. E. Rosenthal R. J, Lesieur H. R. // *Pharmacogenetics.* – 1996. – Vol. 6. – P. 223–234.

231. DeCaria C. Diagnosis, neurobiology and treatment of pathological gambling [Text] / DeCaria C., Hollander E., Grossman R. // *Journal of Clinical Psychiatry.* – 1996. – Vol. 57. – P. 80–84.

232. Dickson L. M. The Prevention of gambling problems in youth: a conceptual framework [Text] / Dickson L. M., Derevensky J. L., Gupta R. // *Journal of gambling Studies.*– 2002. – Vol. 18, №. 2. – P. 34–38.

233. Dislich F. X. Convergence of direct, indirect, and objective risk-taking measures in gambling: The moderating role of impulsiveness and self control. *Zeitschrift für Psychologie* [Text] / Dislich F. X., Zinkernagel A., Ortner T. M., & Schmitt M // *Journal of Psychology.* – 2010. – Vol. 218, № 1. – P. 20–27.

234. Griffiths M. D. The role of cognitive bias and skill in fruit machine gambling [Text] // Marc Griffiths. – *British Journal of Psychology.* – 1994. – Vol. 85. – P. 351–369.

235. Han D. H. Bupropion sustained release treatment decreases craving for video games and cue-induced brain activity in patients with internet video game addiction [Text] / D. H. Han, J. W. Hwang, P. F. Renshaw // *Experimental and Clinical Psychopharmacolog.* – 2010. – Vol. 18, № 4. – P. 297–304.

236. Hodgins D. C. Retrospective and prospective reports of precipitants to relapse in pathological gambling [Text] / D. C. Hodgins, N. el-Guebaly // *Journal of consulting and clinical psychology.*– 2004. – Vol. 72, №. 1. – P. 72–80.

237. Kelly G. I. *The Psychology of Personal Constructs* / G. I. Kelly. – Vols 1 and 2. Norton, New York, 1955. – 1082 p.

238. Ladouceur R. Prevalence of problem gambling: a replication study 7 years later [Text] / R. Ladouceur, C. Jacques, F. Ferland, I. Giroux // *Can J Psychiatry*. – 1999. – Vol. 44. – P. 802–804.

239. Ledgerwood D. M. Subtyping pathological gamblers based on impulsivity, depression and anxiety [Text] / D. M. Ledgerwood, N. M. Petry // *Psychology of Addictive Behaviors*. – 2010. – Vol. 24, № 4, – P. 680–688.

240. Lewin M. The Impact of Kurt Lewin's Life on the Place of Social Issues in this Work [Text] / M. Lewin // *The Heritage of Kurt Lewin: Theory, Research, and Practice / Journal of Social Issues*. 1992. – Vol. 48, № 2, – P. 15-31.

241. Makhlof-Norris F. Articulation of the conceptual structure in obsessional neurosis / F. Makhlof-Norris, H. G. Jones, H. Norris // *British Journal of social and clinical Psychology*. – 1970. – № 9. – P. 264–274.

242. Malkin D. An empirical investigation into some aspects of problem gambling. [Text] / D. Malkin. – Sydney, University of Western Australia. – 1981. – 34 p.

243. Michalczuk R. Impulsivity and cognitive distortions in pathological gamblers attending [Text] / R. Michalczuk, H. Bowden-Jones, A. Verdejo-Garcia // *Michalczuk R. et al. – Psychol Med*. – 2011. – № 29. – P. 1–11.

244. Miller W. R.. Motivational Interviewing: Preparing People To Change Addictive Behavior [Text] / W. R. Miller, S. Rollnick. – New York: Guilford Press, 1991.

245. Petry N. M. Do coping skills mediate the relationship between cognitive-behavioral therapy and reductions in gambling in pathological gamblers? [Text] / N. M. Petry, M. D. Litt, R. Kadden, D. M. Ledgerwood // *Addiction*. – 2007. – Vol. 102. – P. 1280–1291.

246. Petry N. M., Roll J. M: A behavioral approach to understanding and treating pathological gambling [Text] / N. M. Petry, J. M Roll:// *Seminars in Clinical Neuropsychiatry*. – 2001. – Vol. 6. – P. 177–183.

247. Potenza M. N. The neurobiology of pathological gambling [Text] / M. N. Potenza // *Semin. Clin. Neuropsychiatry*. – 2001. – Vol. 6. – № 3. – P. 217–226.

248. Ratelle C. When passion leads to problematic outcomes: A look at gambling [Text] /C. Ratelle. et. al. // J. Gambling Studies. – 2004. – Vol. 20. № 2. – P. 105–119.

249. Skinner B. F. Science and Human Behavior [Text] / B. F. Skinner – New York: Alfred A. Knopf, 1974.

250. Taber J. I. The prevalence and impact of major life stressors among pathological gamblers [Text] / J. I. Taber, R. A. McCormick, L. F. Ramirez // International Journal of Addictions. – 1987. – Vol. 22 – P. 71–79.

251. Tonigan J. S. Spirituality and the 12 – Step programs: A guide for clinicians. In: Miller W. R., ed. Integrating Spirituality Into Treatment: Resources for Practitioners [Text] / J. S. Tonigan, R. T. Toscova, G. J. Connors // Washington D C: American Psychological Association, 1999.

252. Toriello P. J. Controlled drinking; a proposed model for increasing counselor competency using an ethical framework [Text] / P. J. Toriello, R. T. Hewes, D. S. Koch // Alcoholism Treatment Quarterly. – 1997. – Vol. 15 (4) – P. 33–46.

253. Winters K. Treatment issues pertaining to pathological gamblers with a comorbid disorder / K. Winters, M. Kushner // Journal of gambling Studies, 2003. – Vol. 19.– № 3.– P. 21–25.

254. Winters K. Prospective Study of Youth Gambling Behaviors / K. Winters, R. Stinchfield, A. Botzet // Psychology of Addictive Behaviors. – 2002. – № 1. – P. 3–9.

ДОДАТКИ

Додаток Б

Опитувальник «Визначення залежності від комп'ютерних ігор»

1	Я відчуваю труднощі, стаю дратівливим, сумую коли виникає необхідність перервати гру.	
2	Я можу принести в жертву час, який раніше проводив з родиною, друзями за для комп'ютерних ігор.	
3	Я знаходжусь в гарному настрої переважно тоді, коли граю в комп'ютерні ігри.	
4	Часто через комп'ютерної ігри я нехтував сном.	
5	Особисто для мене, комп'ютерні ігри служать провідним засобом для зняття стресу.	
6	Бували випадки, коли після комп'ютерної гри в мене виникали головні болі.	
7	Часто в звичайному житті я відчуваю порожнечу, дратівливість, пригніченість, які зникають під час гри за комп'ютером.	
8	Я вважаю, що за допомогою комп'ютерних ігор я можу досягати життєвих цілей, вирішувати певні проблеми.	
9	Бували випадки, коли після тривалих комп'ютерних ігор в мене виникали порушення апетиту, травлення, випорожнень.	
10	В мене виникають проблеми в навчанні, на роботі через комп'ютерної гри, але я маю продовжувати гру.	
11	Бували випадки, коли через комп'ютерні ігри я нехтував харчуванням.	
12.	Я відчуваю потребу проводити за грою все більше часу.	
13	Бували випадки, коли через комп'ютерні ігри я нехтував особистою гігієною.	
14.	Часто у комп'ютерних іграх я повністю відволікався від реальної дійсності, переносячи увагу цілком у світ гри.	
15.	Після комп'ютерних ігор в мене може виникати сухість слизової оболонки очей.	
16.	В мене виникають проблеми в сім'ї, у стосунках з близькими людьми через комп'ютерні ігри, але я продовжую грати.	
17.	Комп'ютерні ігри - провідний засіб досягнення комфорту.	

Додаток В

Опитувальник «Анти – гемблінг»

1	Чи буває, що ви відчуваєте провину, сором, після того, як ризикуєте ?	
2	Чи бувало, що люди міняли свою думку про вас через ваші ризиковані вчинки?	
3	Чи траплялося вам піддавати ризику свою роботу (навчання) ?	
4	Чи траплялося вам піддавати ризику благополуччя своєї родини?	
5	Чи можна сказати, що ви почуваєте себе бадьорим, активним, працездатним частіше в грі, чим у житті?	
6	Чи можна сказати, що ви граєте в азартні ігри більше й частіше, в порівнянні з минулим роком ?	
7	Чи відчуваєте ви почуття провини, сорому після програшу в грі?	
8	Якщо ви виграєте, то вважаєте це «своєю заслуженою перемогою» ?	
8	Ви часто ризикуєте, щоб щось довести?	
10	Чи можна сказати, що проведений час в азарті - краща частина вашого життя?	
11	Ви думаєте про гру, ігрові комбінації, коли не граєте ?	
12	Спокуса гри - найбільша спокуса вашого життя?	
13	Вам доводиться приховувати або зменшувати свою любов до гри й свої витрати на гру?	
14	Чи можна тимчасово пожертвувати тим, що не пов'язане із грою, заради гри?	
15	Чи можна сказати, що гра (нехай тимчасово) рятує вас від неприємностей життя?	
16	Чи можна сказати, що перешкоди до гри викликають у вас сильну агресію, внутрішній дискомфорт?	
17	Чи буває так, що ви робите ризиковані дії, щоб компенсувати матеріальний збиток ?	
18	Чи буває так, що після ризикованої дії ви відчуваєте себе краще, комфортніше ?	
19	У вас виникає бажання, думки продовжити гру після виграшу або програшу?	
20	У вас є спеціальні гроші «для гри» ?	
21	Чи бувало, що ви грали в борг?	
22	Чи можна сказати, що невдачі й придбання у вашому житті пов'язані в основному із грою?	
23	Чи буває, що ви граєте довше, ніж планували?	
24	Чи буває, що ви програєте все, що маєте?	
25	Чи буває, що проблеми, неприємності викликають бажання пограти?	

Додаток Г

Розподіл імплікацій в репертуарних решітках (за конструктами та елементами репертуарних решіток)

N=524

Конструкти	Решітка А1								Решітка В1							
	І група n=390				ІІ група n=134				І група n=390				ІІ група n=134			
	абсол. кільк.	середн	%	ранг	абсол. кільк.	середн	%	ранг	абсол. кільк.	середн	%	ранг	абсол. кільк.	середн	%	ранг
Члени родини	1085	2,78	29,1	1	404	3,01	26,0	1	1299	3,33	19,7	2	616	4,59	18,7	2
Значущі інші	205	0,18	5,5	5	112	0,83	7,2	5	241	0,61	3,6	10	226	1,68	6,8	6
Друг, кохана	865	4,21	23,2	2	295	2,21	19,0	2	1889	4,84	28,7	1	649	4,84	19,7	1
Наодинці з собою	660	0,76	17,3	3	259	1,94	16,7	3	1104	2,83	16,8	3	562	4,19	17,1	3
Займаючись спортом, фізкультурою	217	0,32	5,8	4	123	0,92	7,9	4	413	1,05	6,2	5	294	2,19	8,9	4
Кінотеатри, концерти	98	0,45	2,6	10	54	0,40	3,4	10	335	0,859	5,1	6	207	1,54	6,2	8
Читання книг	126	1,28	3,4	9	58	0,43	3,7	9	303	0,77	4,6	8	161	1,20	4,9	9
У подорожах	146	1,16	3,9	8	77	0,57	4,9	7	321	0,82	4,9	7	220	1,64	6,7	7
Захоплення	168	1,15	4,5	6	109	0,81	7,0	6	435	1,12	6,6	4	238	1,77	7,2	5
Удосконалюю чи знання у професійній сфері	154	0,91	4,1	7	64	0,48	4,1	8	247	0,63	3,7	9	126	0,94	3,8	10
	3724				1555				6587					3299		

Додаток Г. Продовження

Конструкти	Решітка А2								Решітка В2							
	І група n=390				ІІ група n=134				І група n=390.				ІІ група n=134			
	абсол. кільк.	Середн	%	ранг	абсол. кільк.	середн	%	ранг	абсол. кільк.	середн	%	ранг	абсол. кільк	середн	%	ранг
Ігри з поглядом «з очей» «свого» комп'ютерного героя.	27	0,07	13,8	3	85	0,63	14,0	3	105	0,26	18,6	2	306	2,28	16,9	1
Ігри з виглядом «з очей» на «свого» комп'ютерного героя	19	0,02	9,7	4	66	0,49	10,8	4	47	0,12	8,3	5	191	1,42	10,6	5
Ігри - стратегії	28	0,13	14,4	2	95	0,70	15,6	2	76	0,19	13,4	3	299	2,23	16,6	2
Аркади.	11	0,01	5,6	7	40	0,29	6,6	8	29	0,07	5,1	7	163	1,21	9,0	7
Головоломки	7	0,01	3,6	9	44	0,32	7,2	7	44	0,11	7,8	6	164	1,22	9,1	6
Ігри на швидкість реакції	15	0,07	7,7	5	52	0,38	8,5	5	52	0,13	9,2	4	192	1,43	10,6	4
Комп'ютерні варіанти ігрового репертуару казино	2	0,02	1,0	10	36	0,27	5,9	9	15	0,04	2,6	10	90	0,67	4,9	9
В Інтернет - контактах	63	0,5	32,3	1	110	0,8	18,1	1	152	0,39	26,9	1	236	1,76	13,1	3
В гральних автоматах	14	0,09	7,2	6	34	0,25	5,6	10	21	0,05	3,7	9	51	0,38	2,8	10
Казино	9	0,05	4,6	8	47	0,35	7,7	6	23	0,058	4,1	8	114	0,85	6,3	8
	195				609				564				1806			

Додаток Г. Продовження

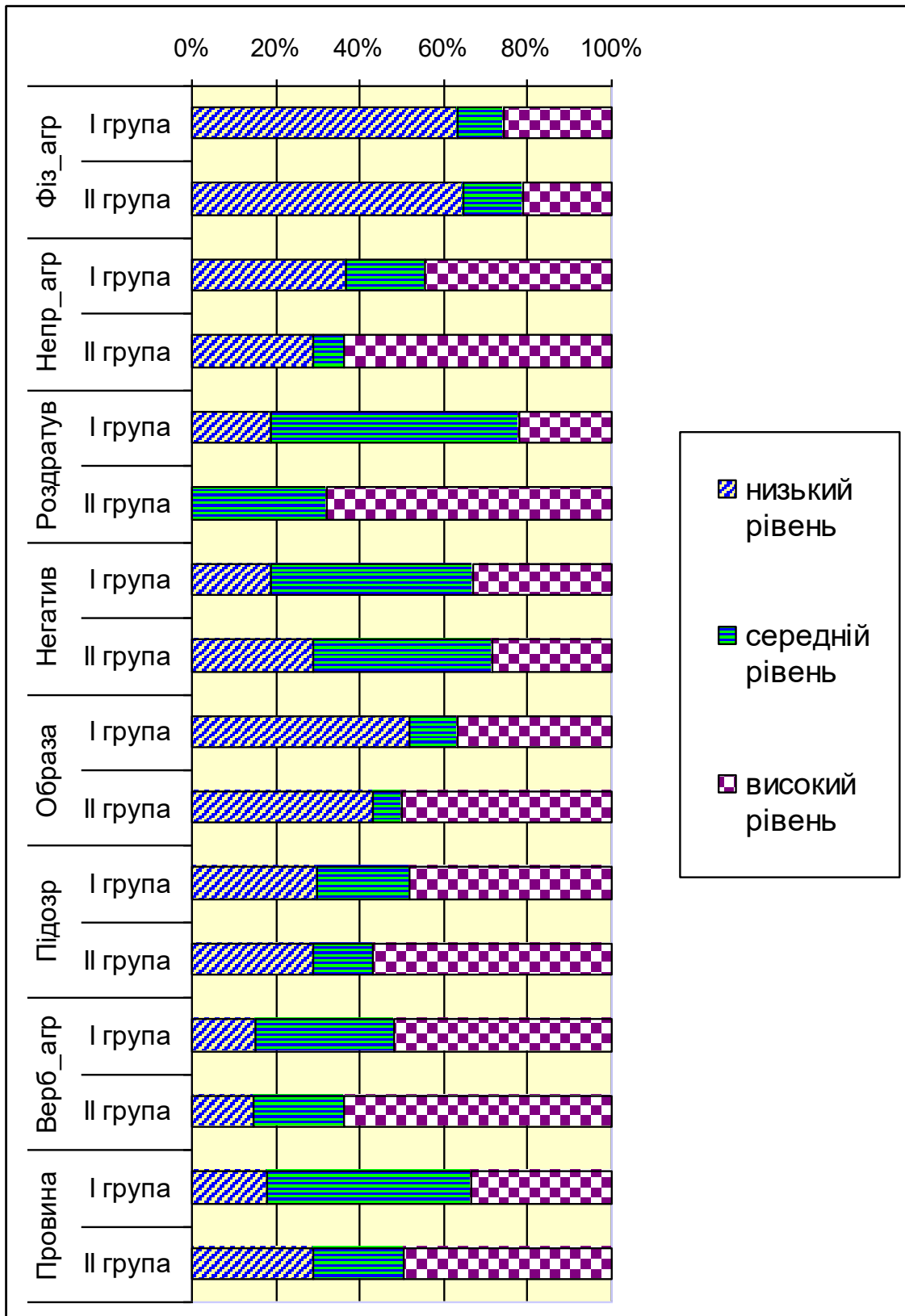
Елементи	Решітка А1								Решітка А2							
	І група n=390				ІІ група n=134				І група n=390.				ІІ група n=134			
	абсол. кільк.	середн	%	ранг	абсол. кільк.	середн	%	ранг	абсол. кільк.	середн	%	ранг	абсол. кільк	середн	%	Ранг
З боргами	349	0,89	9,3	6	164	1,22	10,5	4	24	0,06	12,3	2	72	0,53	11,8	4
З бідністю, непостійними доходами	296	0,84	7,9	8	140	1,04	9,0	6	19	0,04	9,7	5	53	0,39	8,7	6,5
З несподіваним фінансовим прибутком	381	1,28	10,2	4	160	1,19	10,2	5	15	0,04	7,7	8	53	0,39	8,7	6,5
З алкоголем	135	0,35	3,6	11	71	0,52	4,6	11	23	0,06	11,8	3	34	0,25	5,6	5,6
З наркотиками	89	0,65	2,4	12	30	0,22	1,9	12	3	0,01	1,5	12	13	0,09	2,1	2,1
З ревністю	372	4,17	9,9	5	105	0,78	6,7	9	10	0,02	5,1	9	38	0,28	6,2	6,2
нерозумінням	344	0,92	9,2	7	130	0,97	8,4	8	17	0,04	8,7	7	46	0,34	7,6	7,6
Брехнею (доводилось говорити неправду)	264	0,76	7,1	9	131	0,97	8,4	7	18	0,04	9,2	6	73	0,54	11,9	11,9
Проблеми з батьками	391	1,48	10,5	3	174	1,29	11,2	2	22	0,05	11,3	4	57	0,42	9,5	9,5
Проблеми з роботою, навчанням	469	1,19	12,6	1	196	1,46	12,6	1	28	0,07	14,4	1	75	0,55	12,3	12,3
Проблеми з правопорушенням	219	0,46	5,9	10	83	0,62	5,3	10	6	0,01	3,1	11	22	0,164	3,6	3,6
Проблеми зі здоров'ям	415	1,89	11,1	2	171	1,27	11,0	3	10	0,02	5,1	10	73	0,54	12,0	12,0
	3724				1555				195				609			

Додаток Г. Продовження

Елементи	Решітка В1								Решітка В2							
	І група (n=390)				ІІ група (n=134)				І група (n=390).				ІІ група (n=134)			
	абсол. кільк.	Середн	%	ранг	абсол. кільк.	середн	%	ранг	абсол. кільк.	середн	%	ранг	абсол. кільк.	середн	%	ранг
Самотність	525	1,34	7,9	3	245	1,82	7,4	4	58	0,11	10,3	2	203	1,51	11,2	2
Стрес	350	0,66	5,3	7	137	1,02	4,2	13	24	0,06	4,3	5	112	0,83	6,	4
Сором	316	0,90	4,8	11	143	1,06	4,3	11	23	0,05	4,1	6,5	68	0,50	3,7	13,5
Нудьга	414	1,31	6,3	5	269	2,01	8,2	3	72	0,18	12,8	1	251	1,87	13,9	1
Страх	287	0,69	4,4	16	127	0,94	3,8	15	7	0,01	1,2	18	73	0,541	4,0	11
Тривога	304	1,05	4,6	14	197	1,47	6,0	6	21	0,05	3,7	8	86	0,64	4,8	9
Печаль	341	1,12	5,2	8	161	1,27	4,9	10	16	0,04	2,8	11,5	90	0,67	5,0	7
Смуток	319	0,93	4,8	10	181	1,35	5,5	8	11	0,02	1,9	15,5	88	0,65	4,9	8
Почуття провини	359	1,12	5,5	6	185	1,38	5,6	7	11	0,02	1,9	15,5	72	0,53	4,0	12
Ніяковіття	236	0,65	3,6	18	125	0,93	3,8	16,5	16	0,04	2,8	11,5	45	0,33	2,5	18
Безпомічність	296	1,25	4,5	15	125	0,93	3,8	16,5	8	0,02	1,4	17	63	0,47	3,5	16
Неспокій	308	1,04	4,7	13	137	1,02	4,2	14	13	0,03	2,3	14	64	0,48	3,5	15
Подразливість	264	0,85	4,0	17	114	0,85	3,5	18	15	0,03	2,6	13	52	0,38	2,9	17
Розпач	315	1,19	4,8	12	139	1,03	4,2	12	19	0,04	3,3	9	68	0,50	3,8	13,5
Цікавість	596	1,89	9,1	1	328	2,44	9,9	1	56	0,14	9,9	3	178	1,33	9,8	3
Радість	562	0,94	8,5	2	273	2,03	8,3	2	18	0,04	3,2	10	109	0,81	6,0	5,5
Емоційний комфорт	455	0,8	6,9	4	236	1,76	7,2	5	23	0,05	4,1	6,5	109	0,81	6,0	5,5
Ейфоричний стан	340	0,74	5,2	9	177	1,32	5,4	9	25	0,06	4,4	4	75	0,56	4,2	10
	6587				3299				564				1806			

Додаток Г

Розподіл рівнів показників та форм агресії у юнаків групи з відсутністю (I) та наявністю (II) ігрозалежності



Додаток Д

Динаміка змін показників емоційних станів та попередніх умов
формування емоційних станів

	Групи	Групові статистики					Розподіл відповідей за рівнями прояву показників					
		ДоКЕСТІ		ПіслКЕСТІ		p	До КЕСТІ %			Після КЕСТІ %		
		\bar{x}	σ	\bar{x}	σ		низьк	помі	висок	низьк	помірн	висок
Страх	Екс	27,2	10,5	18,	7,8	0,01	89,6	10,4	0	93,4	6,6	0
	К	26,0	4,8	26,	5,8	1	86,5	13,5	0	85,9	14,1	0
Смуток	Екс	31,8	8,3	25,	3,2	0,01	88,1	9,7	2,2	89,5	10,5	0
	К	32,1	5,9	29,	5,5	0,54	86,4	10,6	3	87,1	9,9	2
Радість	Екс	9,6	2,2	12,	2,7	0,05	70,7	22,2	7,1	24,2	48,5	27,
	К	10,2	3,4	10,	3,5	1	71,3	20,7	6,3	70,2	25,3	4,5
Презирство	Екс	4,8	2,2	4,7	1,8	0,05	55,6	44,4	0	77,3	22,7	0
	К	4,4	0,4	3,8	0,8	0,67	56,7	43,3	0	56,5	43,5	0
Сором	Екс	5,1	1,4	5,1	2,1	1	66,7	33,3	0	72,6	27,3	0
	К	4,5	1,3	4,5	2,2	1	63,3	34,6	0	63,4	35,6	0
Тривожність	Екс	39,8	8,5	35,	6,8	0,05	10,5	43,2	46,3	31,1	57,8	11,
	К	36,5	12,9	35,	8,2	0,8	9,8	42,5	46,5	9,7	45,6	8,7
Самотність	Екс	24,0	7,5	19,	6,7	0,05	29	39,5	31,5	28,9	57,7	14,
	К	25,5	6,8	25,	7,8	1	29,5	40	32,5	28,6	41,4	32
Роздратованість	Екс	60,8	13,2	51,	15,2	0,05	0	31,9	68,1	25,6	37,7	37,
	К	58,5	16,2	58,	12,3	1	1	33	66	0	32,2	65,
Негативізм	Екс	62,5	18,5	55,	12,4	0,01	29	42,6	28,4	33,3	48,9	17,
	К	63,6	18,4	63,	15,7	1	28	42,6	29,4	27	43,5	28,
Образа	Екс	58,2	22,1	51,	15,2	0,05	43	7,3	49,7	51,1	35,6	13,
	К	58,8	19,5	57,	16,5	0,8	42	8,4	48,6	41	9,1	48,
Под_норм_прав	Екс	54,5	9,7	50,	5,5	0,05	71,6	28,4	0	82,2	17,8	0
	К	55,3	7,7	53,	5,2	0,76	70,5	28,5	1	70,5	29,5	0
Адикт_пов	Екс	51,9	8,6	51,	8,6	1	64,5	35,5	0	73,3	26,7	0
	К	51,3	6,7	50,	6,1	0,9	65,2	35,4	1	66,2	33,8	0
Агрес_насилъ	Екс	45,4	9,5	45,	6,3	1	64,5	35,5	0	75,6	24,4	0
	К	46,3	8,5	46,	5,8	1	62,9	36,1	0	62,9	36,1	0
Контр_емоц	Екс	53,4	9,5	48,	8,5	0,05	50,3	49,7	0	64,4	35,6	0
	К	53,8	7,8	51,	5,9	0,7	49,8	50,2	0	50,3	49,7	0
Делінкв	Екс	49,2	6,9	45,	5,8	0,05	64,5	35,5	0	71,1	28,9	0
	К	48,1	5,4	47,	6,7	0,8	63,2	36,8	0	64,5	35,5	0
Непр_агресія	Екс	68,1	19,4	53,	12,2	0,01	29	7,1	63,9	33,3	60	6,7
	К	67,7	21,1	66,	13,3	0,8	28,5	8,4	63,1	29	7,1	63,
Ставл_батька	Екс	4,4	2,4	5,5	1,5	0,01	57,7	4,4	37,9	40	6,7	53,
	К	3,6	2,3	3,2	2,4	0,8	58,5	5,4	36,1	57,7	4,4	37,
Ставл_майбутнього	Екс	5,1	2,4	6,5	2,4	0,01	48,8	8,8	42,4	28,9	11,1	60
	К	4,7	2,3	4,5	1,4	0,8	47,8	9,8	42,4	48,5	8,9	42,
Ставл_родини	Екс	4,5	2,7	5,9	2,3	0,01	37,3	0	62,7	20	2,2	77,
	К	4,2	1,8	4,1	1,5	0,95	36,8	0	63,2	37,4	0	62,
Ставл_матері	Екс	5,1	2,4	6,3	1,5	0,05	39,6	0	60,4	20	15,6	64,
	К	4,9	2,1	4,5	1,8	0,8	41,1	0	58,9	40,3	2	57,

Додаток Е

Розподіл даних юнаків з відсутністю (І) та наявністю (ІІ)

ігрозалежності за рівнями вираженості показників схильності до адиктивної поведінки (за методикою «Діагностика схильності до поведінки що відхиляється» А. Н. Орел та методикою «Діагностика показників та форм агресії» А. Басса та А. Дарки

Групи	І група			ІІ група		
	низький рівень	середній рівень	високий рівень	низький рівень	середній рівень	високий рівень
Под_норм_правил	70,50%	29,50%	0	71,60%	28,40%	0
Адикт_поведінка	70,50%	29,50%	0	64,50%	35,50%	0
Самоп_само руйнування	85,20%	14,80%	0	78,70%	21,30%	0
Схильн_агрес_насилль	88,90%	11,10%	0	64,50%	35,50%	0
Контроль емоцій	70,50%	29,50%	0	50,30%	49,70%	0
Делінквентність	85,20%	14,80%	0	64,50%	35,50%	0
Фізична агресія	63,1%	11,1%	25,8%	64,50%	14,20%	21,30%
Непряма агресія	36,9%	18,8%	44,3%	29%	7,10%	63,90%
Роздратування	18,8%	59,1%	22,1%	0%	31,90%	68,10%
Негативізм	18,8%	48%	33,2%	29%	42,60%	28,40%
Образа	52%	11,1%	36,9%	43%	7,10%	49,70%
Підозрілість	29,9%	22,1%	48%	29%	14,20%	56,80%
Вербальна агресія.	15,1%	33,2%	51,7%	14,80%	21,30%	63,90%
Провина	17,80%	48,50%	33,70%	29%	21,30%	49,70%

Додаток Є

Тематичний план програми психологічної корекції емоційних станів ігрозалежних юнаків (КЕСІ)

№ п/п	Теми занять	Трива- лість
1.	ЗАНЯТТЯ 1. Знайомство Мета: знайомство учасників групи, підписання первинного контракту, вироблення правил групової роботи, створення атмосфери розкутості, довіри та психологічної безпеки	5
2.	ЗАНЯТТЯ 2. Я та мій світ Мета: набуття навичок саморегуляції емоцій, дослідження почуттів та тілесних відчуттів, переведення тілесних сигналів на рівень свідомості	4
3.	ЗАНЯТТЯ 3. Знайомство з емоціями Мета: продовження вивчення внутрішнього світу учасників, активізація поняття «емоції і почуття», збагачення словника емоцій, гармонізація та піднесення емоційного стану учасників	4
4.	ЗАНЯТТЯ 4. Яскравий світ емоцій Мета: розширення знань учасників про почуття та емоції, розвиток здатності безоціночного сприймання людей	5
5.	ЗАНЯТТЯ 5. Яскравий світ емоцій (продовження) Мета: тренування навичок зосереджувати увагу на сприйнятті тілесних відчуттів, зняття комплексів замкнутості, відчуженості, підняття загального емоційного тону	4
6.	ЗАНЯТТЯ 6. Смак життя Мета: розвиток навичок утримування уваги на смакових відчуттях та усвідомлення почуття насолоди від виконання щоденних звичних дій	5
7.	ЗАНЯТТЯ 7. Смак життя (продовження) Мета: набуття навичок саморегуляції емоцій, дослідження почуттів та тілесних відчуттів, переклад тілесних сигналів на рівень свідомості	4
8.	ЗАНЯТТЯ 8. Яскравий світ і я у ньому Мета: розвиток уміння отримувати задоволення від навколишнього світу, утримання уваги, впевненості у власних силах	5

9.	ЗАНЯТТЯ 9. Приємні зустрічі Мета: набуття навичок володіння прийомами усвідомлення емоційних станів у ситуації «тут і зараз»; раціональне осмислювання ситуацій, які викликають зміну емоційних станів	4
10.	ЗАНЯТТЯ 10. Розмова з собою Мета: формування здорового способу життя та вироблення антидевіантного імунітету	5
11.	ЗАНЯТТЯ 11. Помилки – джерело ресурсів Мета: формування здорового способу життя та вироблення антидевіантного імунітету, набуття навичок релаксації	4
12.	ЗАНЯТТЯ 12. Життя прекрасне Мета: розвиток взаєморозуміння, вміння знаходити сильні сторони своєї особистості, формування навичок само підкріплення	5
13.	ЗАНЯТТЯ 13. Володіння ситуаціями Мета: розвиток навичок саморегуляції емоцій, дослідження почуттів і тілесних відчуттів, переведення тілесних сигналів на рівень свідомості	4
14.	ЗАНЯТТЯ 14. Я створюю мету Мета: усвідомлення власних мотивів, вибір переваг, системи цінностей, мети й сенсу; розвиток навичок саморегуляції емоцій	5
15.	ЗАНЯТТЯ 15. Зона відповідальності Мета: розвиток групової відповідальності, розвиток навичок колективної самоорганізації, обмін інформацією	4
16.	ЗАНЯТТЯ 16. Зона відповідальності (продовження) Мета: розвиток групової відповідальності, розвиток навичок колективної самоорганізації, обмін інформацією	5
17.	ЗАНЯТТЯ 17. Інтеграційне Мета: інтеграція досвіду, отриманих знань і навичок, соціалізація учасників та вихід із тренінгу	5
УСЬОГО:		77

Додаток Ж

Динаміка змін результатів схильності до ігрозалежності серед юнаків
до та після формувального експерименту (програма SPSS Statistics 17.0)

Групповые статистики

	До_та_після_форм	N	Среднее	Стд. отклонение	Стд. ошибка среднего
Комп_зал_Експ	1,00	30	7,1000	2,92846	,53466
	2,00	30	4,9000	1,12495	,20539
Азартн_ігри_Експ	1,00	30	9,2333	3,62637	,66208
	2,00	30	6,0667	1,68018	,30676
Комп_зал_Контр	1,00	30	7,0667	2,40593	,43926
	2,00	30	6,7000	2,54816	,46523
Азартн_Контр	1,00	30	7,8000	2,89351	,52828
	2,00	30	7,7333	2,92355	,53376

Критерий для независимых выборок

		Критерий равенства дисперсий Ливиня		t-критерий равенства средних						
									95% доверительный интервал разности средних	
		F	Знч.	t	ст.св.	Значимость (2-сторонняя)	Разность средних	Стд. ошибка разности	Нижняя граница	Верхняя граница
Комп_зал_Експ	Предполагается равенство дисперсий	16,804	,000	3,841	58	,000	2,20000	,57275	1,05351	3,34649
	Равенство дисперсий не предполагается			3,841	37,376	,000	2,20000	,57275	1,03989	3,36011
Азартн_ігри_Експ	Предполагается равенство дисперсий	8,054	,006	4,340	58	,000	3,16667	,72969	1,70603	4,62731
	Равенство дисперсий не предполагается			4,340	40,902	,000	3,16667	,72969	1,69291	4,64042
Комп_зал_Контр	Предполагается равенство дисперсий	,011	,916	,573	58	,569	,36667	,63983	-,91410	1,64743
	Равенство дисперсий не предполагается			,573	57,810	,569	,36667	,63983	-,91419	1,64752
Азартн_Контр	Предполагается равенство дисперсий	,000	,993	,089	58	,930	,06667	,75099	-1,4366	1,56993
	Равенство дисперсий не предполагается			,089	57,994	,930	,06667	,75099	-1,4366	1,56994

Додаток З

Динаміка змін показників насиченості в результаті формувального експерименту, виявлена за допомогою репертуарних решіток

(програма SPSS Statistics 17.0)

Групповые статистики

	До_Піс ля_КЕС ті	N	Среднее	Стд. отклонение	Стд. ошибка среднего
Експ_А1	1,00	30	9,3000	2,32156	,42386
	2,00	30	14,3000	4,26501	,77868
Експ_В1	1,00	30	13,1000	4,14612	,75698
	2,00	30	18,3000	2,96706	,54171
Експ_А2	1,00	30	3,8000	1,58702	,28975
	2,00	30	3,0000	,93808	,17127
Експ_В2	1,00	30	7,4033	1,89054	,34516
	2,00	30	6,2167	1,44940	,26462
Контр_А1	1,00	30	8,1000	2,05862	,37585
	2,00	30	8,9000	2,14878	,39231
Контр_В1	1,00	30	9,6000	2,17700	,39746
	2,00	30	10,2000	1,78885	,32660
Контр_А2	1,00	30	4,1000	1,69136	,30880
	2,00	30	4,5000	1,53892	,28097
Контр_В2	1,00	30	7,8000	1,90607	,34800
	2,00	30	7,9333	1,83366	,33478

Додаток 3. Продовження

Критерий для независимых выборок

	Критерий равенства дисперсий Ливиня	t-критерий равенства средних								
								95% доверительный интервал разности средних		
		F	Знч.	t	ст.св.	Значимость (2-сторонняя)	Разность средних	Стд. ошибка разности	Нижняя граница	Верхняя граница
Эксп_А1	Предполагается равенство дисперсий	25,781	,000	-	58	,000	-5,00000	,88657	-6,77466	-3,22534
	5,640									
	Равенство дисперсий не предполагается			-		,000	-5,00000	,88657	-6,78586	-3,21414
	5,640	44,798								
Эксп_В1	Предполагается равенство дисперсий	8,158	,006	-	58	,000	-5,20000	,93084	-7,06328	-3,33672
	5,586									
	Равенство дисперсий не предполагается			-		,000	-5,20000	,93084	-7,06741	-3,33259
	5,586	52,531								
Эксп_А2	Предполагается равенство дисперсий	9,832	,003	2,377	58	,021	,80000	,33658	,12626	1,47374
	2,377									
	Равенство дисперсий не предполагается			47,060		,022	,80000	,33658	,12291	1,47709
Эксп_В2	Предполагается равенство дисперсий	1,414	,239	2,728	58	,008	1,18667	,43493	,31606	2,05727
	2,728									
	Равенство дисперсий не предполагается			54,337		,009	1,18667	,43493	,31481	2,05852
Контр_А1	Предполагается равенство дисперсий	,291	,591	-	58	,146	-,80000	,54330	-1,88753	,28753
	1,472									
	Равенство дисперсий не предполагается			-		,146	-,80000	,54330	-1,88757	,28757
	1,472	57,894								
Контр_В1	Предполагается равенство дисперсий	1,844	,180	-	58	,248	-,60000	,51444	-1,62975	,42975
	1,166									
	Равенство дисперсий не предполагается			-		,248	-,60000	,51444	-1,63058	,43058
	1,166	55,899								
Контр_А2	Предполагается равенство дисперсий	,347	,558	-,958	58	,342	-,40000	,41749	-1,23570	,43570
	-,958									
	Равенство дисперсий не предполагается			57,490		,342	-,40000	,41749	-1,23586	,43586
Контр_В2	Предполагается равенство дисперсий	,101	,752	-,276	58	,783	-,13333	,48289	-1,09994	,83327
	-,276									
	Равенство дисперсий не предполагается			57,913		,783	-,13333	,48289	-1,09997	,83330

Додаток И

Динаміка змін індексів різниці активності в результаті формувального експерименту, виявлена за допомогою репертуарних решіток

(програма SPSS Statistics 17.0)

Групповые статистики

	ДО_піс ля_КЕС ті	N	Среднее	Стд. отклонение	Стд. ошибка среднего
Експ_А1	1,00	30	71,2000	15,95660	2,91326
	2,00	30	81,7000	14,83714	2,70888
Експ_В1	1,00	30	64,7000	17,36890	3,17111
	2,00	30	75,8000	12,87296	2,35027
Експ_А2	1,00	30	28,9000	8,63537	1,57660
	2,00	30	18,3000	4,33780	,79197
Експ_В2	1,00	30	35,3000	8,74931	1,59740
	2,00	30	24,2000	7,89255	1,44098
Контр_А1	1,00	30	69,1000	13,55227	2,47430
	2,00	30	72,3000	16,29263	2,97461
Контр_В1	1,00	30	65,2000	12,89437	2,35418
	2,00	30	64,3000	13,20133	2,41022
Контр_А2	1,00	30	25,9000	7,98904	1,45859
	2,00	30	27,8000	6,74174	1,23087
Контр_В2	1,00	30	36,0000	9,39552	1,71538
	2,00	30	35,7267	8,51165	1,55401

Додаток І. Продовження

Критерий для независимых выборок

	Критерий равенства дисперсий Ливиня	t-критерий равенства средних								
									95% доверительный интервал разности средних	
		F	Знч.	t	ст.св.	Значимость (2-сторонняя)	Разность средних	Стд. ошибка разности	Нижняя граница	Верхняя граница
Эксп_А1	Предполагается равенство дисперсий	,101	,752	-2,639	58	,011	-10,50000	3,97808	-18,46299	-2,53701
	Равенство дисперсий не предполагается			-2,639	58	,011	-10,50000	3,97808	-18,46389	-2,53611
Эксп_В1	Предполагается равенство дисперсий	1,210	,276	-2,812	58	,007	-11,10000	3,94712	-19,00101	-3,19899
	Равенство дисперсий не предполагается			-2,812	58	,007	-11,10000	3,94712	-19,01527	-3,18473
Эксп_А2	Предполагается равенство дисперсий	11,257	,001	6,008	58	,000	10,60000	1,76433	7,06830	14,13170
	Равенство дисперсий не предполагается			6,008	58	,000	10,60000	1,76433	7,04130	14,15870
Эксп_В2	Предполагается равенство дисперсий	,421	,519	5,160	58	,000	11,10000	2,15130	6,79371	15,40629
	Равенство дисперсий не предполагается			5,160	58	,000	11,10000	2,15130	6,79274	15,40726
Контр_А1	Предполагается равенство дисперсий	1,753	,191	-,827	58	,412	-3,20000	3,86917	-10,94498	4,54498
	Равенство дисперсий не предполагается			-,827	58	,412	-3,20000	3,86917	-10,95045	4,55045
Контр_В1	Предполагается равенство дисперсий	,071	,790	,267	58	,790	,90000	3,36917	-5,84413	7,64413
	Равенство дисперсий не предполагается			,267	58	,790	,90000	3,36917	-5,84421	7,64421
Контр_А2	Предполагается равенство дисперсий	,975	,327	-,996	58	,324	-1,90000	1,90854	-5,72036	1,92036
	Равенство дисперсий не предполагается			-,996	58	,324	-1,90000	1,90854	-5,72266	1,92266
Контр_В2	Предполагается равенство дисперсий	,096	,757	,118	58	,906	,27333	2,31462	-4,35988	4,90655
	Равенство дисперсий не предполагается			,118	58	,906	,27333	2,31462	-4,36084	4,90751

Додаток І

Порівняльна діагностика учасників програми КЕСТІ через 6 місяців після формувального експерименту (програма SPSS Statistics 17.0)

1 група – результати учасників психокорекційної програми КЕСТІ через 6 місяців після завершення формувального експерименту;

2 група – результати учасників психокорекційної програми КЕСТІ відразу після завершення формувального експерименту.

Групповые статистики

	Повт_о пит_та _рез_ форм_ експ	N	Среднее	Стд. отклонение	Стд. ошибка среднего
Комп_зал_Експ	1,00	15	4,6667	,97590	,25198
	2,00	15	5,0000	1,36277	,35187
Азартн_ігри_Експ	1,00	15	5,4000	1,76473	,45565
	2,00	15	6,0000	1,77281	,45774

Критерий для независимых выборок

		Критерий равенства дисперсий Ливиня		t-критерий равенства средних						
									95% доверительный интервал разности средних	
		F	Знч.	t	ст.св.	Значимость (2-сторонняя)	Разность средних	Стд. ошибка разности	Нижняя граница	Верхняя граница
Комп_зал_Експ	Предполагается равенство дисперсий	,375	,545	- ,770	28	,448	-,33333	,43278	- 1,21985	,55318
	Равенство дисперсий не предполагается			- ,770	25,369	,448	-,33333	,43278	- 1,22401	,55734
Азартн_ігри_Експ	Предполагается равенство дисперсий	,000	1,000	- ,929	28	,361	-,60000	,64587	- 1,92300	,72300
	Равенство дисперсий не предполагается			- ,929	27,999	,361	-,60000	,64587	- 1,92300	,72300

