

**Особенности возможных Я и ценностных ориентаций у лиц с различными проявлениями игровой компьютерной активности**

© 2024 Сырöseва Екатерина Андреевна\*,

\* студент направления подготовки «Психология» Пензенского государственного университета (г. Пенза), email: [kate.syroseva@gmail.com](mailto:kate.syroseva@gmail.com)

**Аннотация:** Статья посвящена изучению специфики Возможного Я и ценностных ориентаций у лиц с различными проявлениями игровой компьютерной активности. **Представлены результаты** теоретического анализа проблемного поля Возможного Я и ценностных ориентаций, а также результаты эмпирического исследования проведенного автором.

**Ключевые слова:** Возможное Я, ценностные ориентации, игровая активность, геймеры.

**Features of Possible Selves and Value Orientations in People with Different Manifestations of Computer Gaming Activity**

© 2024 Ekaterina Andreevna Syroseva\*,

\*student majoring in Psychology at Penza State University (Penza), email: [kate.syroseva@gmail.com](mailto:kate.syroseva@gmail.com)

**Annotation:** The paper is devoted to the study of the specifics of the Possible Self and value orientations in individuals with various manifestations of computer gaming activity. The results of the theoretical analysis of the problem field of the Possible Self and value orientations, as well as the results of the empirical study conducted by the author are presented.

**Key words:** Possible Selves, value orientations, gaming activity, gamers.

Представления о субъективном будущем влияют на деятельность в настоящем и позволяют переосмыслить полученный опыт. Оценка вероятности реализации возможностей основывается на ранее сделанных выборах, достигнутых целях и опыте. Возможные Я позволяют нам лучше понять свои неясные желания и цели, которые определяют нашу мотивацию, именно поэтому данный компонент представляет все больший интерес в последние годы.

В условиях быстро меняющегося мира, включая технологические и социальные изменения, осознание своих Возможных будущих Я позволяет адаптироваться к новым условиям и находить новые возможности для роста.

Таким образом, исследование Возможного Я способствует более глубокому пониманию мотиваций и целей индивидов. В условиях динамичного цифрового мира это знание может быть особенно полезно для улучшения взаимодействия между человеком и технологиями.

В условиях современного цифрового мира, где компьютерные игры стали неотъемлемой частью досуга для многих людей, особенно важно понять, как геймеры формируют свои ценности и представления о себе. Согласно исследованию аналитической компании DFC Intelligence, в компьютерные игры играют 3,7 миллиарда человек, что составляет почти половину населения Земли. Из них 10%, или 300 миллионов человек, являются активными геймерами[6]. В России, по данным Всероссийского центра изучения общественного мнения (ВЦИОМ), 23% населения играют в компьютерные игры [2].

Однако, несмотря на широкое распространение компьютерных игр, недостаточно изучено, как люди с разной игровой активностью формируют свои ценности и представления о себе в будущем.

В 1986 году Х. Маркус и П. Нуриус впервые подробно и содержательно описали феномен Возможного Я. Они определили Возможное Я как

представление человека о том, каким он хотел бы стать, мог бы стать или боится стать в будущем [Василевская и др., 2016].

Возможные Я позволяют нам лучше понять свои неясные желания и цели, которые определяют нашу мотивацию, а также обращает внимание на нашу эмоциональную жизнь [Maier, 2024].

Как пишет В.Ю. Костенко, Возможные Я создают основу для формирования мотивации и эмоционального отклика, которые влияют на восприятие себя в настоящем. В то же время, отражая побуждения к действию, они действуют как фильтр, определяющий поведение в будущем, и задают направление деятельности [Костенко, 2016].

В ходе некоторых исследований было обнаружено, что чем более детально проработано и сбалансировано Возможное Я человека, тем больше вероятность того, что оно будет влиять на его поведение [Markuset al., 2015].

Исследования показывают, что люди не реализуют весь спектр своих Возможных Я, а выбирают те из них, которые помогают им достичь желаемого образа себя в будущем. Этот фактор имеет большее значение, чем сбалансированность Возможных Я [Bietal., 2015].

Анализ ценностей в контексте представлений о себе в будущем позволяет лучше понять, как наши внутренние установки влияют на нашесамовосприятие и мотивацию.

Рассматривая ценности как основу мировоззрения и идеалов игроков, можно понять, почему люди погружаются в виртуальный мир. Это позволяет установить причинно-следственные связи между ценностями и уходом людей в виртуальную реальность [Финагина, 2023].

В рамках данного исследования была выдвинута гипотеза о том, что: существуют особенности Возможных Я и ценностных ориентаций, обусловленные различной игровой компьютерной активностью.

В качестве диагностического инструментария выступили:

1. Анкета для выявления игровой активности.

2. Методика «Ценностные ориентации» М. Рокича (адаптация Д. А. Леонтьева).

3. Методика диагностики Возможных Я (автор: К. Хукер; перевод и модификация В.Ю. Костенко и М.М. Гришутиной).

Исследование проводилось на базе ФГБОУ ВО ПГУ. Выборку нашего исследования составили 32 человека (16 играющих и 16 не играющих в компьютерные игры) в возрасте от 18 до 23 лет.

Диагностика психологических особенностей участников исследования проводилась в онлайн-формате. Испытуемым были предоставлены бланки методик в Google Формах. После сбора данных результаты были проанализированы, и на основе теоретического изучения проблемы и полученных данных были сделаны определённые заключения.

1) По результатам анкетирования было выявлено, что:

Большинство испытуемых не проводят всё своё свободное время за компьютерными играми, но могут играть ежедневно или почти каждый день. Некоторые участники могут проводить за компьютерными играми достаточно большое количество времени, что может указывать на значимость компьютерных игр как части их досуга.

Участники исследования не испытывают ярко выраженного стремления играть в компьютерные игры, так как это уже является частью их привычной жизни. Однако реальное общение с друзьями для них важнее, чем совместная игра в компьютер.

Большинство испытуемых проводят время за компьютерными играми, чтобы отвлечься от реальных жизненных проблем и расслабиться.

В целом можно сказать, что компьютерные игры являются важной частью досуга для большинства испытуемых, но не настолько значимой, чтобы полностью заменить другие виды деятельности. Участники исследования иногда могут терять контроль и посвящать играм больше времени, чем планировали.

2) По методике «Ценностные ориентации» было выявлено следующее:

Из терминальных ценностей (табл.1) для группы играющих характерны такие ценности как: 1) здоровье; 2) любовь; 3) материально обеспеченная жизнь; 4) интересная работа; 5) наличие хороших и верных друзей; 6) познание.

Таблица 1 – Сравнительные результаты терминальных ценностей по методике «Ценностные ориентации» (среднее значение)

Ценность	Играющие	Не играющие	Уэмп.
Активная деятельная жизнь	9,3	9,7	125
Жизненная мудрость	10,1	9,3	105
Здоровье	6,1	7,9	115
Интересная работа	7,6	8,4	113
Красота природы и искусства	12,1	11,7	116,5
Любовь	6,4	6,4	119,5
Материально обеспеченная жизнь	7,3	7,6	125
Наличие хороших и верных друзей	8,7	7,4	111,5
Общественное признание	10,4	12,1	105
Познание	8,8	9,7	95,5
Продуктивная жизнь	10	11,3	111,5
Развитие	9,9	7,3	85
Удовольствия	11	13,2	107,5
Свобода	9,8	8,6	109
Счастливая семейная жизнь	9,5	8,9	120
Счастье других	10,9	13,7	80*
Творчество	11,9	10,6	106
Уверенность в себе	10,6	7,4	80*

\*различия статистически достоверны ( $p \leq 0,05$ )

Группа лиц, не играющих в компьютерные игры, характеризуется значимостью 1) любви; 2) развития; 3) наличия хороших и верных друзей; 4) уверенности в себе; 5) материально обеспеченной жизни; 6) здоровья.

Как можно заметить, ценность здоровья у геймеров она находится на 1 месте, а у неиграющих на 6. Это может быть связано, например, с тем, что играющие в компьютерные игры, часто могут испытывать дискомфорт в теле, напряжение, проблемы со зрением из-за частого нахождения за компьютером, поэтому для них так важно поддерживать свое здоровье.

Из инструментальных ценностей (табл.2) для геймеров характерными являются: 1) воспитанность; 2) независимость; 3) ответственность; 4) жизнерадостность; 5) образованность; 6) самоконтроль.

Таблица 2 – Сравнительные результаты инструментальных ценностей по методике «Ценностные ориентации» (среднее значение)

Ценность	Играющие	Неиграющие	УЭмп
Аккуратность	8,8	11,3	90
Воспитанность	6,1	9,8	77,5*
Высокие запросы	11,1	12,1	117
Исполнительность	9,3	11,2	99,5
Жизнерадостность	8,1	9	109,5
Независимость	7,3	9,1	104
Непримиримость к недостаткам	11,7	13,4	91,5
Образованность	8,6	8,6	126
Ответственность	7,4	7,3	126,5
Рационализм	10,4	7,5	86,5
Самоконтроль	8,7	6,6	99
Смелость в отстаивании своего мнения	10,8	7,8	83*
Твердая воля	11,4	9,1	97
Терпимость	11,6	11,2	112

Честность	9,1	8,3	119
Чуткость	9,2	10,8	105,5
Широта взглядов	10	7,9	101
Эффективность в делах	11,4	10	104

\*различия статистически достоверны ( $p \leq 0,05$ )

Для лиц, не играющих в компьютерные игры значимы следующие ценности: 1) самоконтроль; 2) ответственность; 3) рационализм; 4) смелость в отстаивании собственного мнения; 5) широта взглядов; 6) честность.

Здесь также можно заметить разницу ценности самоконтроля – у геймеров она на 6 месте, а у неиграющих на 1. Возможно, для геймеров самоконтроль важен, но не является первостепенным. Это может быть связано с тем, что игры часто предполагают активное участие и эмоциональную вовлеченность, где самоконтроль может быть не так необходим, как в других сферах жизни.

У неиграющих людей ценность самоконтроля занимает первое место, это может указывать на то, что они придают этому качеству наивысший приоритет. В повседневной жизни, работе или учебе самоконтроль может быть сильно важен для достижения успеха и поддержания здоровых отношений.

Ценность жизнерадостности может быть связана с возможностью отвлечься от реальности и погрузиться в мир игры, где часто присутствуют яркие и захватывающие события. Воспитанность и независимость также могут быть связаны с необходимостью взаимодействовать с другими игроками и принимать решения самостоятельно.

Ценность образованности может быть результатом того, что многие игры требуют определённых знаний и навыков, что может стимулировать интерес к обучению и саморазвитию.

Следует сказать о том, что только 4 ценности имеют статистически достоверный уровень: счастье других ( $U_{эмп}=80, p \leq 0,05$ ), уверенность в себе ( $U_{эмп}=80, p \leq 0,05$ ), смелость в отстаивании своего мнения ( $U_{эмп}=83, p \leq 0,05$ ),

воспитанность ( $U_{\text{эмп}}=77,5, p \leq 0,05$ ). То есть из нашего выдвинутого списка ценностей, которые являются наиболее важными, действительно значимые отличия будут в воспитанности и уверенности в себе. Это может быть связано, например, с небольшой выборкой испытуемых. Расчет уровня значимости производился по критерию Манна-Уитни, исходя из табличных значений ( $p \leq 0,05$ )=83.

3) На основе результатов методики диагностики «Возможных Я» было выявлено, что лица, играющие в компьютерные игры, имеют более ограниченные представления о будущем, возможно, это может быть связано с узким кругом интересов или малым разнообразием активности. Было замечено соответствие предпочитаемых категорий Возможных Я с наиболее важными ценностями.

Общее количество желаемых Возможных Я в группе играющих составило 42, а в группе не играющих в компьютерные игры – 59. Количество нежелательных Возможных Я так же отличается, у играющих оно составляет 41, у неиграющих – 52.

Среди ответов на вопрос об одном наиболее предпочтительном Возможном Я, играющие люди чаще всего выбирали желаемые Возможные Я, связанные со следующими категориями: «Успех» – 31% (5 человек); «Я» – 25% (4 человека); «Профессиональная деятельность» – 25% (4 человека); «Социум и связь с ним» – 13% (2 человека); «Учёба» – 6% (1 человек).

У лиц, не играющих в компьютерные игры: «Успех» – 50% (8 человек); «Профессиональная деятельность» – 25% (4 человека); «Навыки» – 13% (2 человека); «Я» – 6% (1 человека); «Учеба» – 6% (1 человек).

Как можно заметить, у неиграющих преобладает категория «Успех», а вместо «Социума и связи с ним» – «Навыки». Возможно, они придают большое значение достижению успеха, видя его как результат усилий и достижений.

У играющих преобладает категория «Я», можно предположить, что игры способствуют развитию самосознания и рефлексии. Это может указывать на

меньшую значимость личностных составляющих в представлениях о будущем у неиграющих.

Отсутствие категории «Социум» у неиграющих связано с их интересами и взаимодействием с окружающими, сосредоточенными на работе, хобби и обучении. Они могут не испытывать потребности в социальных взаимодействиях, так как в целом проводят в социуме больше времени, нежели геймеры.

Категории «Профессиональная деятельность» и «Учеба» равны по значениям, предполагая их равную важность для обеих групп испытуемых, в целом это может быть связано с тем, что все испытуемые являются студентами, для которых свойственно размышлять о своем профессиональном становлении и результатах обучения.

Среди ответов на вопрос об одном наиболее нежелательном Возможном Я, играющие люди чаще всего выбирали желаемые Возможные Я, связанные со следующими категориями: «Материальное благополучие» – 25% (4 человека); «Здоровье» – 25% (4 человека); «Социум и связь с ним» – 19% (3 человека); «Я» – 13% (2 человека); «Профессиональная деятельность» – 13% (2 человека); «Учёба» – 6% (1 человек).

У лиц, не играющих в компьютерные игры: «Социум и связь с ним» – 27% (4 человека); «Неуспех» – 13% (2 человека); «Профессиональная деятельность» – 13% (2 человека); «Здоровье» – 13% (2 человека); «Учёба» – 13% (2 человека); «Материальное благополучие» – 7% (1 человек); «Место жительства» – 7% (1 человек); «Я» – 7% (1 человек).

Можно заметить, что испытуемые, играющие в компьютерные игры, больше обеспокоены своим материальным благополучием (здесь мы можем наблюдать некоторую связь с аналогичной ценностью), а более конкретно – остаться без определенного места жительства. Это может указывать на то, что материальное благополучие и стабильность играют важную роль в жизни

испытуемых. Они могут испытывать страх перед неопределённостью и потерей стабильности, что может быть связано с абсолютно различными факторами.

Также они больше, чем неиграющие обеспокоены своим здоровьем. Возможно, играющие люди осознают важность здоровья и боятся потерять его или оказаться в ситуации, когда их здоровье ухудшится. Это можно связать с тем, что частое времяпровождение за компьютером может способствовать как раз ухудшению здоровья. Здесь мы можем заметить связь с результатами по методике «Ценностные ориентации», где мы также обнаружили, что играющие в компьютерные игры лица больше ценят своё здоровье.

В ходе анализа было выявлено, что испытуемые в равной степени оценивают свою способность воплотить желаемые Возможные Я в жизнь, вероятность их воплощения, важность и частоту размышлений о них. Это может указывать на то, что испытуемые имеют реалистичные ожидания относительно своих возможностей и готовы работать над достижением своих целей.

Таким образом, по результатам проведенного исследования можно сделать вывод, что существуют некоторые различия в формировании ценностных ориентаций и Возможных Я у групп лиц с различной игровой компьютерной активностью. Лица, не играющие в компьютерные игры обладают более широким кругом представлений о своих желаемых и нежелательных Возможных Я, по сравнению с группой играющих.

#### **Литература:**

1. Василевская Е.Ю. Возможные я: обзор зарубежных исследований / Е.Ю. Василевская, О.Н. Молчанова // Психология. ЖурналВШЭ. –2016. – №4. – С.801-815.
2. ВЦИОМ. Новости: Стоп игра?! Проблемы российского онлайн-гейминга [Электронный ресурс] // ВЦИОМ. Новости: сайт. – Режим доступа: <https://wciom.ru/analytical-reviews/analiticheskii-obzor/stop-igra-problemy-rossiiskogo-onlain-geiminga> (дата обращения: 27.10.2024).

3. Костенко В.Ю. Возможное я: подход Хейзел Маркус / В.Ю. Костенко // Психология. ЖурналВШЭ. – 2016. – Т. 13. – №2. – С.421-430.
4. Финагина А.В. Ценностные ориентации в субкультуре геймеров / А.В. Финагина // Вестник Тверского государственного технического университета. Серия: Науки об обществе и гуманитарные науки. – 2023. – №2. – С.67-70.
5. Bi, C., & Oyserman, D. Left behind or moving forward? Effects of possible selves and strategies to attain them among rural Chinese children. *Journal of Adolescence*, 2015, vol. 44, pp. 245-258.
6. DFC: Global game audience reaches 3.7 billion // GamesIndustry.biz: сайт. – Режимдоступа: <https://www.gamesindustry.biz/dfc-global-game-audience-reaches-37-billion> (датаобращения: 27.10.2024).
7. John T. Maier Why to Start Considering Your Possible Selves / John T. Maier [Электронныйресурс] // psychologytoday.com: сайт. – URL: <https://www.psychologytoday.com/intl/blog/philosophy-and-therapy/202401/the-philosophy-of-possible-selves> (датаобращения 17.11.2024).
8. Markus, H., & Ruvolo, A. Possible selves: Personalized representations of goals. In L. A. Pervin (Ed.), *Goal concepts in personality and social psychology*. London/New York: Psychology Press, 2015, pp. 211-241.

#### **References:**

1. Vasilevskaya E.Yu. Vozmozhnye ya: obzor zarubezhnyh issledovanij / E.Yu. Vasilevskaya, O.N. Molchanova // Psihologiya. ZhurnalVShE. –2016. – №4. – S.801-815.
2. VCIOM. Novosti: Stop igra?! Problemy rossijskogo onlajn-gejminga [Elektronnyj resurs] // VCIOM. Novosti: sajt. – Rezhim dostupa: <https://wciom.ru/analytical-reviews/analiticheskii-obzor/stop-igra-problemy-rossiiskogo-onlain-geiminga> (data obrashcheniya: 27.10.2024).
3. Kostenko V.Yu. Vozmozhnoe ya: podhod Hejzel Markus / V.Yu. Kostenko // Psihologiya. ZhurnalVShE. – 2016. – Т. 13. – №2. – S.421-430.

4. Finagina A.V. Cennostnye orientacii v subkul'ture gejmerov / A.V. Finagina // Vestnik Tverskogo gosudarstvennogo tekhnicheskogo universiteta. Seriya: Nauki ob obshchestve i gumanitarnye nauki. – 2023. – №2. – S.67-70.
5. Bi, C., & Oyserman, D. Left behind or moving forward? Effects of possible selves and strategies to attain them among rural Chinese children. *Journal of Adolescence*, 2015, vol. 44, pp. 245-258.
6. DFC: Global game audience reaches 3.7 billion // GamesIndustry.biz: sajt. – Rezhimdostupa: <https://www.gamesindustry.biz/dfc-global-game-audience-reaches-37-billion> (dataobrashcheniya: 27.10.2024).
7. John T. Maier Why to Start Considering Your Possible Selves / John T. Maier [Elektronnyj resurs] // [psychologytoday.com](https://www.psychologytoday.com): sajt. – URL: <https://www.psychologytoday.com/intl/blog/philosophy-and-therapy/202401/the-philosophy-of-possible-selves> (dataobrashcheniya 17.11.2024).
8. Markus, H., & Ruvolo, A. Possible selves: Personalized representations of goals. In L. A. Pervin (Ed.), *Goal concepts in personality and social psychology*. London/New York: Psychology Press, 2015, pp. 211-241.