**Содержание**

Введение

1. Информационная среда и ее воздействие на психику человека

1.1 Виды информационно-психологического воздействия

1.2 Определение понятия информационно-психологической безопасности

2. Классификация методов психологического воздействия

2.1 Психологическая зависимость от компьютерных игр

2.2 Механизм формирования психологической зависимости от ролевых компьютерных игр

Заключение

Литература

**Введение**

Сегодня уже нет никакого сомнения в том, что наступивший XXI век является веком информации и научных знаний. Развитие глобального процесса информатизации общества, который охватывает все развитые и многие развивающиеся страны мирового сообщества, в том числе и Россию, приводит к формированию новой информационной среды обитания людей и нового, информационного уклада жизни и профессиональной деятельности.

Информационная сфера, являясь системообразующим фактором жизни общества, активно влияет на состояние политической, экономической, оборонной и других составляющих безопасности Российской Федерации.

Состояние информационной среды общества оказывает весьма существенное влияние на состояние психики людей, стереотипы их поведения в обществе и личной жизни, на их моральные нормы, нравственные критерии и духовные ценности.

Это влияние стало особенно заметным в последние десятилетия XX века, когда информационно-коммуникативные процессы в обществе значительно усилились благодаря его всеобщей информатизации, а переход от тоталитарного государства к демократическому породил во многих странах, в том числе и в России, усиление хаотических процессов в информационной сфере. В связи с этим в последние 5-7 лет в обществе начала осознаваться новая глобальная проблема — информационно-психологической безопасности.

**1. Информационная среда и ее воздействие на психику человека**

**1.1 Виды информационно-психологического воздействия**

В зависимости от применяемой информационной техники выделяют несколько средств информационно-психологического воздействия: устное воздействие, в том числе и с применением акустических средств усиления голоса и шумовых эффектов; воздействие, связанное с применением печатной продукции; воздействие с использованием телевидения и радиосвязи; воздействие, основанное на применении компьютерных технологий и Интернета.

Важно отметить, что Уголовный кодекс Российской Федерации не предусматривает меры борьбы с сайтами, содержащими информацию, которая может отрицательно влиять на психику, поведение и духовное здоровье подрастающего поколения. В связи с этим существует необходимость совершенствования законодательства в области информации для обеспечения защиты несовершеннолетних от компьютерных преступлений, от нежелательной по содержанию информации, а также ограничения самими Интернет-ресурсами доступа к такого рода информации детей.

В последние годы потенциал самого компьютера оказывает на систему образования намного меньшее влияние, чем, например, «примитивные модели поведения», которые насаждаются в компьютерных играх и выхолощенный рекламный стиль сообщений «экранной культуры» сети Интернет. Интернетизация массированно воздействует на психику, модификацию поведения индивидумов.

С другой стороны, Интернет имеет возможность занять определенное место в системе образования, выступая фактором повышения ее эффективности и модернизации. В настоящее время в науке делаются первые шаги по педагогическому осмыслению проникновения новых коммуникационных технологий (НКТ) в образование.

В данный момент уже не вызывает сомнений тот факт, что воздействие, которое может Интернет оказать на личность пользователя, является более глубоким и системным, чем воздействие любой другой технологической системы.

**1.2 Определение понятия информационно-психологической безопасности**

Во многих исследованиях посвященных проблемам информационной безопасности основное внимание уделяется проблемам информационной безопасности государств, экономических и юридических структур, информационных систем т.п. (5;13;11;10 и др.). К сожалению, за этими многообразными проявлениями мира людей обычно теряется сам человек – личность. Но ведь именно развитие личности, раскрытие ее творческого потенциала являются высшей целью прогресса, решающим оправданием его издержек, и именно личность должна стать предметом первейшей заботы и защиты от возможных угроз, в том числе информационных.

Сегодня информационный поиск в сети «Интернет» дает более 2,5 тыс. сайтов, где упоминается категория «психологическая безопасность». Анализ их содержания позволяет выделить два направления исследований: психологическая безопасность в информационной сфере; и психологическая безопасность, как средство защиты от деструктивных культов и тоталитарных сект.

По определению Вице-президента Академии информатизации образования, доктора технических наук, профессора, главного научного сотрудника Института проблем информатики Российской академии наук под «информационно-психологической безопасностью в настоящее время принято понимать состояние защищенности граждан, их отдельных групп и социальных слоев, а также населения в целом от негативных информационно-психологических воздействий».

**2. Классификация методов психологического воздействия**

Существуют различные классификации методов психологического воздействия. Специалисты различают такие виды как:

1. самопроизвольные воздействия, обусловленные технологическими режимами функционирования тех или иных информационных систем (например, электромагнитные излучения коммуникационной, компьютерной или телевизионной техники);

2. преднамеренные воздействия на личность с целью явного или скрытого побуждения к определенным действиям (психотропные; информационно-пропагандистские; психоаналитические; нейролингвисти- ческие; психотронные.

Исследователи отмечают их следующие основные особенности: высокий профессионализм в организации таких воздействий, которые могут быть подготовлены только лицами, имеющими специальные психологические знания и опыт; использование новых форм и средств скрытого воздействия на индивидуальное, групповое и массовое сознание людей (так называемых психологических технологий); появление в последние годы психофизического (психотропного) оружия, т. е. техногенных средств, использование которых может оказать дистанционное воздействие на психические функции и работу физиологических органов и систем человека. Подробнее мы рассмотрим психологическое воздействие компьютерных игр на человека.

**2.1 Психологическая зависимость от компьютерных игр**

Можно выделить четыре стадии развития психологической зависимости от компьютерных игр, каждая из которых имеет свою специфику. Применительно к этому аспекту напомним, что все теоретические выкладки основаны на изучении влияния ролевых компьютерных игр, однако возможность их распространения на другие игры и виды компьютерной деятельности не исключена.

**1. Стадия легкой увлеченности**. После того, как человек один или несколько раз поиграл в ролевую компьютерную игру, он начинает «чувствовать вкус», ему начинает нравится компьютерная графика, звук, сам факт имитации реальной жизни или каких-то фантастических сюжетов. Кто-то всю жизнь мечтал пострелять из ручного пулемета, кто-то — посидеть за рулем Ferrari или за штурвалом боевого истребителя.

Компьютер позволяет человеку с довольно большой приближенностью к реальности осуществить эти мечты. Начинает реализовываться неосознаваемая потребность в принятии роли. Человек получает удовольствие, играя в компьютерную игру, чему сопутствуют положительные эмоции. Природа человека такова, что он стремится повторить действия, доставляющие удовольствие, удовлетворяющие потребности. Вследствие этого человек начинает играть уже не случайным образом очутившись за компьютером, стремление к игровой деятельности принимает некоторую целенаправленность. Однако специфика этой стадии в том, что игра в компьютерные игры носит скорее ситуационный, нежели систематический характер. Устойчивая, постоянная потребность в игре на этой стадии не сформирована, игра не является значимой ценностью для человека.

**2. Стадия увлеченности**. Фактором, свидетельствующим о переходе человека на эту стадию формирования зависимости является появление в иерархии потребностей новой потребности — игра в компьютерные игры. На самом деле новая потребность лишь обобщенно обозначается нами как потребность в компьютерной игре. На самом деле структура потребности гораздо более сложная, ее истинная природа зависит от индивидуально-психологических особенностей самой личности. Иными словами, стремление к игре — это, скорее, мотивация, детерминированная потребностями бегства от реальности и принятия роли.

Игра в компьютерные игры на этом этапе принимает систематический характер. Если человек не имеет постоянного доступа к компьютеру, т.е. удовлетворение потребности фрустрируется, возможны достаточно активные действия по устранению фрустрирующих обстоятельств.

**3. Стадия зависимости**. По данным Шпанхеля, всего 10-14% игроков являются «заядлыми», т.е. предположительно находятся на стадии психологической зависимости от компьютерных игр.

Эта стадия характеризуется не только сдвигом потребности в игре на нижний уровень пирамиды потребностей, но и другими, не менее серьезными изменениями — в ценностносмысловой сфере личности. По данным А.Г. Шмелева, происходит интернализация локуса контроля, изменение самооценки и самосознания.

Зависимость может оформляться в одной из двух форм: *социализированной* и *индивидуализированной*.

Социализированная форма игровой зависимости отличается поддержанием социальных контактов с социумом (хотя и в основном с такими же игровыми фанатами). Такие люди очень любят играть совместно, играть с помощью компьютерной сети друг с другом. Игровая мотивация в основном носит соревновательный характер. Эта форма зависимости менее пагубна в своем влиянии на психику человека, чем индивидулизированная форма.

Различие в том, что люди не отрываются от социума, не уходят «в себя»; социальное окружение, хотя и состоящее из таких же фанатов, все же, как правило, не дает человеку полностью оторваться от реальности, «уйти» в виртуальный мир и довести себя до психических и соматических нарушений.

Для людей с индивидуализированной формой зависимости такие перспективы гораздо более реальны. Это крайняя форма зависимости, когда нарушаются не только нормальные человеческие особенности мировоззрения, но и взаимодействие с окружающим миром. Нарушается основная функция психики — она начинает отражать не воздействие объективного мира, а виртуальную реальность. Эти люди часто подолгу играют в одиночку, потребность в игре находится у них на одном уровне с базовыми физиологическими потребностями. Для них компьютерная игра — это своего рода наркотик. Если в течение какого-то времени они не «принимают дозу», то начинают чувствовать неудовлетворенность, испытывают отрицательные эмоции, впадают в депрессию. Это клинический случай, психопатология или образ жизни, ведущий к патологии. В связи с этим мы не будем в этой работе подробно останавливаться на этом, т.к. этот вопрос требует отдельного изучения.

**4. Стадия привязанности**. Эта стадия характеризуется угасанием игровой активности человека, сдвигом психологического содержания личности в целом в сторону нормы. Отношения человека с компьютером на этой стадии можно сравнить с не плотно, но крепко пришитой пуговицей. Т.е. человек «держит дистанцию» с компьютером, однако полностью оторваться от психологической привязанности к компьютерным играм не может. Это самая длительная из всех стадий — она может длиться всю жизнь, в зависимости от скорости угасания привязанности. Компьютерные игры имеют не большую историю, однако случаев полного угасания зависимости единицы. Человек может остановиться в формировании зависимости на одной из предыдущих стадий, тогда зависимость угасает быстрее. Но если человек проходит все три стадии развития психологической зависимости от компьютерных игр, то на этой стадии он будет находиться длительное время. Определяющим здесь является тот факт, до какого уровня произойдет спад величины зависимости после прохождения максимума. Чем спад сильнее, тем меньше по времени будет угасать зависимость. Однако есть основания предположить, что полностью зависимость не пройдет никогда, но мы не можем подтвердить это экспериментально. Следует отметить также и такой факт, как возможное кратковременное возрастание игровой зависимости, вследствие появления новых интересных игр. После того, как игра «постигается» человеком, сила зависимости возвращается на исходный уровень.

Таким образом, разбиение процесса формирования игровой зависимости на стадии представляется нам важным шагом на пути исследования феномена кибераддикции, т.к. предполагает типологизацию аддиктов, исходя из их фиксации на определенной стадии зависимости.

Что же касается изучения игровой зависимости методом построения аналогий с наркотической зависимостью, то можно считать этот метод вполне разумным и весьма эффективным, поскольку аналогии действительно имеют место быть. Однако при этом подходе необходимо учитывать специфику игровой зависимости, связанную с неизбежностью ее произвольного угасания.

**2.2 Механизм формирования психологической зависимости от ролевых компьютерных игр**

Процесс механизма «затягивания» человека в игровую зависимость основан на частично неосознаваемых стремлениях, потребностях: уход от реальности и принятие роли.

Эти механизмы работают независимо от сознания человека и характера мотивации игровой деятельности, включаясь сразу после знакомства человека с ролевыми компьютерными играми и начала более или менее регулярной игры в них. Т.е. независимо от того, чем руководствуется человек и что им движет, когда он первое время начинает играть в компьютерные игры, включаются механизмы формирования зависимости, и в дальнейшем та потребность, на которой основан превалирующий механизм, принимает первостепенное значение в мотивации игровой деятельности. Итак, рассмотрим последовательно каждый из этих механизмов.

**Уход от реальности**. Основой этого механизма является потребность человека в «отстранении» от повседневных хлопот и проблем, своеобразная трансформация потребности в сохранении энергии. Мы не случайно употребляем термин «уход от реальности», а не «уход от социума», о котором упоминают некоторые авторы работ по сходной тематике. Дело в том, что мы имеем в виду не просто среду, общество, социум, а объективную реальность в целом. Уйти от социума можно посредством самых разнообразных способов, включая неролевые компьютерные игры. Однако уйти от реальности можно только лишь «погрузившись» в другую реальность — виртуальную.

Психологические аспекты механизма основаны на естественном стремлении человека избавиться от разного рода проблем и неприятностей, связанных с повседневной жизнью. Ролевая компьютерная игра — это простой и доступный способ моделирования другого мира или таких жизненных ситуаций, в которых человек никогда не был и не будет в реальности. Это простой способ пожить в другой жизни, где нет проблем, нет работы, на которую нужно ходить каждый день, нет хлопот по зарабатыванию денег на жизнь и т.д. В этом смысле может показаться, что ролевые компьютерные игры служат средством снятия стрессов, снижения уровня депрессии, т.е. своего рода терапевтическим методом. Однако использование ролевых игр в таком качестве под вопросом, хотя и представляется вполне возможным. На практике же, люди обычно злоупотребляют этим способом ухода от реальности, теряют чувство меры, играя длительное время. Вследствие этого возникает опасность не временного, а полного отрешения от реальности, образование очень сильной психологической зависимости от компьютера.

Процесс благотворного влияния ролевых игр представляется следующим образом: человек на время «уходит» в виртуальность, чтобы снять стресс, отвлечься от проблем и т.д. А в патологических клинических случаях происходит наоборот: человек на время «выходит» из виртуальности в реальный мир, чтобы не забыть, как он выглядит, и удовлетворить физиологические потребности. Остальная часть пирамиды потребностей сдвинута в виртуальную реальность и удовлетворяется там. Реальный мир начинает казаться чужим и полным опасностей, потому что человек не может в реальном мире делать все то, что ему дозволено в виртуальном. Один компьютерный аддикт, который увлекается в основном играми типа 3D-Action («трехмерное действие», вид «из глаз») сказал: «Когда я встаю из-за компьютера и выхожу на улицу, мне не хватает оружия, которое есть у меня в игре. Без него я чувствую себя беззащитным, поэтому стараюсь побыстрее прийти домой и снова сесть играть» Т.е. мы видим, что постоянный уход от реальности приводит к усилению этого стремления, к появлению устойчивой потребности бегства от реальности. Здесь мы находим аналогии с наркотиками и наркотической зависимостью: с каждой принятой дозой сила зависимости увеличивается; с каждым часом игры зависимость от нее усиливается и вскоре для человека становится невозможным обходиться без компьютерной игры.

**Принятие роли**. В основе лежит потребность в игре как таковой, которая свойственна человеку. А также стремление к принятию роли компьютерного персонажа, которая позволяет человеку удовлетворять потребности, по каким-то причинам не способные удовлетвориться в реальной жизни.

Ролевые игры, особенно в детском возрасте, являются частью познавательной деятельности человека. Все дети играют в игры, сознательно принимая на себя роль взрослых, удовлетворяя бессознательную потребность в познании окружающего мира. С возрастом ролевые игры замещаются интеллектуальными и человек очень редко имеет возможность принять на себя роль другого человека, хотя подсознательная потребность в этом сохраняется: шофер хочет взглянуть на мир глазами летчика, мужчина — побыть в роли женщины, отвергнутый обществом неудачник мечтает хотя бы минуту побыть лидером. Потребность в познании мира — это видоизмененный исследовательский инстинкт, унаследованный людьми от животных. Предположительно, эта потребность находится в области бессознательного, т.к. в большинстве случаев частично или полностью не осознавается человеком. Однако неосознанность потребности не говорит о ее отсутствии или слабости как мотивирующего фактора; скорее наоборот, бессознательные потребности оказывают большее влияние на наше поведение, чем осознаваемые.

Исследовательский инстинкт у животных и познавательная потребность у человека являются достаточно мощными мотивирующими факторами и нередко полностью определяют поведение. Животное, ведомое исследовательским инстинктом, забывает об опасности и может погибнуть ради этой жажды познания. Т.е. исследовательский инстинкт животного может подавлять даже очень мощный инстинкт самосохранения. Это доказывают и сторонники когнитивной психологии; для них познавательная потребность — основная движущая сила развития личности и источник активности. Ролевая игра — это весьма эффективный способ познавательной деятельности. В процессе ролевой игры удовлетворяется неосознаваемая познавательная потребность, в следствие чего человек получает удовольствие.

Сам механизм образования зависимости основан на вытекающей из этого потребности в принятии роли. После того, как человек один или несколько раз поиграл в компьютерную игру, он понимает, что его компьютерный герой и сам виртуальный мир позволяют удовлетворить те потребности человека, которые не удовлетворены в реальной жизни. Этого компьютерного героя уважают, с его мнением считаются, он сильный, может убить сотню врагов сразу, он — супермен, и для человека очень приятно входить в роль этого персонажа, чувствовать себя им, т.к. в реальной жизни такие ощущения испытать большинство людей не имеют возможности. Далее, чем больше человек играет, тем все больше он начинает чувствовать контраст межу «им реальным» и «им виртуальным», что еще больше притягивает человека к ролевой компьютерной игре и отстраняет от реальной жизни. Игра превращается в средство компенсации жизненных проблем, личность начинает реализовываться в игровом мире, а не в реальном. Безусловно, это влечет ряд серьезных проблем в развитии личности, в формировании самосознания и самооценки, а также высших сфер структуры личности. В этой работе мы не будем останавливаться на влиянии компьютерных игр на личность человека, поскольку этот вопрос требует дополнительных научных исследований.

Таким образом, существует два основных психологических механизма образования зависимости от ролевых компьютерных игр: потребность в уходе от реальности и в принятии роли другого. Они всегда работают одновременно, но один из них может превосходить другой по силе влияния на формирование зависимости. Оба механизма основаны на процессе компенсации негативных жизненных переживаний, а следовательно есть основания предположить, что они не будут работать, если человек полностью удовлетворен своей жизнью, не имеет психологических проблем и считает свою жизнь счастливой и продуктивной. Однако таких людей очень немного, поэтому большинство людей будем считать потенциально предрасположенными к формированию психологической зависимости от ролевых компьютерных игр.

**Заключение**

Проблема влияния компьютера на человека очень обширна и многогранна. Одно из самых сильных воздействий по силе и глубине своего влияния на личность человека, а также по психологическим механизмам формирования зависимости имеют компьютерные игры. В этом отношении первое место занимают ролевые игры, которые и представляют наибольший интерес в научных исследованиях.

1. Ролевые игры необходимо отделять от неролевых, т.к. эти они существенно различаются по мотивации игровой деятельности, причинам формирования зависимости в силе влияния на психику человека.

2. Исходя из этого психологическая классификация компьютерных игр должна быть основана на разделении игр на ролевые и неролевые, а не на степени включенности разных психических функций.

3. При рассмотрении формирования психологической зависимости от компьютерных игр следует учитывать ее специфику — резкое уменьшение величины зависимости после прохождения «максимума», в связи с чем игровую зависимость нельзя в полной мере сравнивать с другими формами зависимостей.

4. Уход от реальности и потребность в принятии роли — может быть не все, но основные потребности, на которых основан механизм образования психологической зависимости от компьютерных игр.

Итак, человечество погружается в компьютеры и компьютерные сети, с каждым днем все больше и больше людей (особенно детей) становятся психологически зависимыми от компьютерных игр. Мы должны задуматься над этим уже сегодня. Разные научные дисциплины должны объединится в исследовании этой области, а психология должна стать во главе этих работ — работ по исследованию психологических аспектов взаимодействия человека с компьютером.

**Литература**

1. Богомолова Н.Н. Социальная психология печати, радио и телевидения. М., 2004.
2. Матвеева Л.В., Аникеева Т.Я., Мочалова Ю.В. Психология телевизионной коммуникации. М., 2005.
3. Фомичева Ю.В., Шмелев А.Г., Бурмистров И.В. Психологические корреляты увлеченности компьютерными играми // Вестник МГУ. Сер 14. Психология. 2001. №3. С. 27-39.
4. Шапкин С.А. Компьютерная игра: новая область психологических исследований // Психологический журнал, 2007. №1, с. 86-102.
5. Эльконин Д.Б. Психология игры. М., 1978.