

Бойченко М. М.

магістрант спеціальності 053 «Психологія» кафедри педагогіки та психології професійної освіти Національного авіаційного університету, м. Київ, Україна

Шевцова О. М.

кандидат психологічних наук, доцент кафедри педагогіки та психології професійної освіти Національного авіаційного університету,
м. Київ, Україна

ОСОБЛИВОСТІ МЕХАНІЗМІВ ПСИХОЛОГІЧНОГО ЗАХИСТУ ТА КОПІНГ-СТРАТЕГІЙ ГЕЙМЕРІВ ДОРОСЛОГО ВІКУ

Анотація. У статті висвітлено проблематику використання геймерами копінг-стратегій як адаптивних механізмів особистості. Представлено особливості прояву копінг-стратегій геймерів дорослого віку та охарактеризовано вплив психологічних особливостей геймерів на вибір копінг-стратегій.

Boichenko Mykyta, Shevtsova Olena FEATURES OF DEFENSE MECHANISMS AND COPING STRATEGIES OF ADULT GAMERS

Abstract. The article describes the problem of using coping strategies by gamers as adaptive mechanisms of personality. The features of the manifestation of adult gamers coping strategies are presented and the influence of the psychological characteristics of the gamers on the choice of coping strategies is characterized.

Сучасний світ нерозривно пов'язаний із новими інформаційними технологіями, що трансформують увесь соціальний простір, вбудовуються в процес соціалізації практично на всіх його етапах, а їх активне використання стає для людини новим способом опосередкування всієї системи своїх уявлень і переживань. Особливості взаємовідносин з інформаційною реальністю стають відображенням життя людини та її продовженням. У цьому процесі глобальної трансформації культурно-історичного розвитку людини під впливом нових інформаційних технологій постає питання проте, як змінюються у зв'язку з цим механізми адаптації особистості до важких життєвих ситуацій, при цьому особлива увага надається копінг-стратегіям, адже в цілому зміни в процесах соціального розвитку людини за дані новими інформаційними

технологіями й стає очевидним той факт, що реакція людини на виникаючі труднощі становить їх невід'ємну частину.

В останні роки проблема використання копінг-стратегій як адаптивних механізмів особистості активно досліджується психологами всього наукового світу. Дослідженнями означеної проблеми аки в різні часи серед зарубіжних дослідників займалися такі вчені як Л. Мерфі, Н. Хаан, Р. Лазарус, С. Фолкман, Дж. Амірхан, К. Хорні, Ч. Карвер, С. Браун, Р. МакКрай, П. Коста, С. Ченг, М. Чеунг, а також російські та вітчизняні: Є. Чехлатий, Б. Карвасарський, О. Ісаєва, Т. Гордєєва, О. Расказова, Т. Крюкова, Г. Коритова, В. Ташликов, Н. Сирота, В. Ялтонский, Т. Данилова.

У зв'язку зі стрімким розвитком не лише інформаційних технологій, а й ролі ігрової індустрії в житті людини, виникає нова соціальна група – геймери. Проблему детального вивчення психологічних особливостей геймерів порушували такі зарубіжні дослідники як Дж. Фенг, М. Д. Гріффітс, Т. Квандт, С. Грін, Д. Бавільєр, Р. Вей, Дж. Бек, М. Уейд, А. Сакамото, Л. Ловелле, К. Андерсен, а також російські: А. Аветисова, О. Войскунський, Н. Богачева, С. Білозеров, І. Бурлакова, Л. Черемошкіна та Н. Нікішина. Фактично можна говорити про те, що соціальна ситуація розвитку людей різного віку вже не може розглядатися без урахування її інформаційно-технологічного компонента, і тому не випадково сьогодні все більшого поширення набувають дослідження інформаційної соціалізації та адаптації особистості на різних етапах онтогенезу.

Сучасні дослідження вказують на існування взаємозв'язку між копінгом та механізмами психологічного захисту, проте природа цього зв'язку стала предметом суперечок багатьох дослідників (Ісаєва, 2009). Психологічний захист визначають як одну з форм психічних регулятивних механізмів, що використовуються, коли особистість не може адекватно оцінити відчуття фрустрації, що викликано зовнішнім або внутрішнім конфліктом, не може з'ясувати справжні чинники, що викликають дане відчуття та успішно впоратися зі стресом. У свою чергу копінг являє собою більш досконалий, ніж психологічний захист, механізм гармонізації взаємодії суб'єкта з екстремальною

ситуацією, що заснований на свідомому, довільному встановленні ним бажаної рівноваги з оточуючим світом (Haan, 1974; Plutchik, 1979). Копінг-поведінка не лише набувається суб'єктом ситуативно, її можна цілеспрямовано формувати та розвивати як наслідок підвищення психосоціальної та аутопсихологічної компетентностей особистості при застосуванні акмеологічних і психорозвивальних технологій (Шевцова, 2018).

Таким чином, об'єднання захисних механізмів і копінг-механізмів в цілісну систему психологічної адаптації особистості є цілком природним і доцільним, так як механізми пристосування особистості до стресових і інших життєвих ситуацій надзвичайно різноманітні – від активних, гнучких і конструктивних копінг-стратегій до пасивних, ригідних і дезадаптивних механізмів психологічного захисту.

На вибір копінг-поведінки геймера впливають різноманітні особистісні фактори; використання неадаптивних копінг-стратегій пов'язано, насамперед, з рівнем розвитку в особистості геймера відповідних неконструктивних механізмів психологічного захисту, наприклад, надмірне використання копінгів «втеча-уникнення» та «уявний відхід» пов'язано з механізмами витіснення, регресії та заміщення. Крім того, домінування певних механізмів захисту в адаптаційній структурі особистості не лише стає детермінуючим фактором використання копінгів, що повторюють їх базисний процес захисту свідомості від фруструючих обставин, а й знижує імовірність розвитку та використання тих копінгів, чий принцип подолання фруструючих обставин відрізняється від наявних у особистості домінуючих психологічних захистів.

Зазначимо, що вагомий вплив на вибір копінг-стратегій має емоційний інтелект: геймери з високим рівнем емоційного інтелекту вважають за краще не використовувати асоціальні стратегії, поведуться досить асертивно, використовують широкий спектр просоціальних стратегій подолання, у той час як геймери з низьким рівнем емоційного інтелекту, особливо його внутрішньоособистісного компоненту, більше схильні до вибору неадаптивних копінгів.

Отже, низький рівень внутрішньоособистісного та середній рівень загального емоційних інтелектів, а також високі показники витіснення та заміщення детермінують надмірне використання геймерами таких копінгів як втеча-уникнення та дистанціювання. Окрім того, зазначені вище механізми психологічного захисту стають на перешкоді формування, а потім і подальшого використання більш адаптивних копінг-стратегій, таких як самоконтроль, стримування, самоприйняття та позитивне переформулювання. Натомість, високі показники емоційного інтелекту та загальної інтелектуалізації геймерів у дорослому віці виступають факторами, що детермінують вибір таких адаптивних копінгів як гумор, прийняття відповідальності та активний копінг.

Література

Исаева Е. Р. Копинг-поведение и психологическая защита личности в условиях здоровья и болезни. СПб.: СПбГМУ, 2009. 136 с.

Шевцова О. М. Розвиток аутопсихологічної компетентності майбутніх фахівців соціономічної сфери засобами акмеологічних технологій. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологічні науки»*. Вип. 2. Т. 2. Херсон, 2018. С. 114-119.

Naan N. The adolescent antecedents of an ego model of coping and defense and comparisons with Q-sorted ideal personalities. *Genet. Psychol. Monogr.* 1974. Vol. 89, № 2. P.274-306.

Plutchik R., H. Kellerman, H. Conte. A structural theory of ego defence and emotions. *Emotions in personality and psychopathology: monography / ed. by E. Izard.* New York, 1979. P.229-257.

Schutter B.D. Never too old to play: The appeal of digital games to an older audience. *Games and Culture.* 2011. Vol. 6, № 2. P. 155–170.