

Szkodliwość gier komputerowych.



Są gry elektroniczne stymulujące rozwój intelektualny i emocjonalny dziecka. Lecz równocześnie pojawia się coraz więcej gier, które wywołują przemoc, nadużywanie władzy, pogardę dla innych. W wielu grach komputerowych można trafić na akty przemocy, w niektórych także na drastyczne sceny.

Z jednej strony gry komputerowe są odbierane jako nowoczesna i bardzo atrakcyjna zabawa, pozwalająca przeżyć wiele fascynujących przygód w wirtualnym świecie. Z drugiej strony ta forma zabawy często przeraża ogromnym ładunkiem przemocy i wyrafinowanego okrucieństwa, budząc uzasadniony niepokój, co do negatywnego wpływu tych treści na rozwój dziecka. Łatwo zauważyć, iż gwałtownie rośnie nie tylko liczba osób grających, jak też ilość czasu poświęcanego na granie. Zjawisko to rozwija się bardzo dynamicznie. Można sądzić, że zabawa z komputerem wypełnia dzieciom w zupełności czas, poza lekcjami w szkole i czasem przeznaczonym na sen.

„Analiza treści gier komputerowych pokazuje, że większość z nich (ok. 80-85%) angażuje gracza w **akty przemocy** oraz **zawiera sceny destrukcji**. W zestawieniu 50 najpopularniejszych gier komputerowych Nintendo jedynie 8 z nich (16%) nie zawiera aktów agresji. Gier komputerowych bez przemocy jest niewiele i są o wiele mniej popularne wśród graczy, którzy preferują tzw. mocne sceny i silne emocje związane z wykorzystaniem przemocy.”¹



¹ <http://urodaizdrowie.pl/czy-gry-komputerowe-moga-byc-szkodliwe>

Przemoc jest bardzo istotną częścią gier komputerowych. Specyficzną cechą gry komputerowej, w porównaniu z komiksem, książką czy filmem, jest interaktywność – gracz nie tylko patrzy na przemoc, ale również jako postać w grze odczuwa ją i sam stosuje; często jest to jedyny sposób na wygranie rozgrywki. Coraz częściej normą staje się to co złe, a silna kumulacja agresji, przemocy i niemoralności prowadzi do zagubienia wszelkich wartości. Spreparowana rzeczywistość gier prowadzi młodego człowieka w świat nierzeczywisty, w którym najniższe instynkty są najważniejsze, a świat wartości zredukowany do minimum. W grach komputerowych prawo silniejszego jest jedynym prawem. Przyjaźń dopuszczalna jest jedynie w perspektywie własnej korzyści. Niestety treść wielu gier komputerowych przeraża ładunkiem przemocy i okrucieństwa. Gracz wciela się w postać, która niszczy, zabija lub okalecza przeciwników różnymi narzędziami (m.in. piłą tarczową, nożem, siekierą, rewolwerem, widłami). Dokładnie widzi atakujących przeciwników, akt zabijania oraz zakrwawione szczątki pokonanych. Nie bez znaczenia pozostają efekty dźwiękowe, które potęgują przeżywane przez graczy emocje oraz urzeczywistniają świat wirtualny.



Tego typu sceny mogą wywoływać zachowania agresywne u dzieci oraz prowadzić do zobojętnienia na przemoc w codziennym życiu.

Należy pamiętać, iż oddziaływanie gier jest o wiele silniejsze niż oddziaływanie przemocy oglądanej w telewizji, ponieważ posiadają one interaktywną formę. Gracz podlega następującym mechanizmom:



- 1) **Aktywnego uczestnictwa w grze komputerowej** - gracz nie tylko ogląda przemoc, ale przede wszystkim sam jej dokonuje na ekranie komputera poprzez bohatera, którym kieruje.
- 2) **Silnej koncentracji na grze** - gracz nie może jednocześnie robić czegoś innego, całkowicie angażuje się w wirtualny świat, co może prowadzić do zacierania granic pomiędzy fikcją a rzeczywistością.
- 3) **Możliwości wielokrotnego powtarzania gry** - pozwala oswoić się i przyzwycząć do najbardziej drastycznych scen. Przemoc staje się czymś normalnym i nie wzbudzającym emocji. Prowadzi to do akceptacji w realnym życiu pewnych zachowań, których gracz nie uznaje za przemoc, takich jak popychanie, przezywanie, wyśmiewanie się.
- 4) **Kojarzenia przemocy z nagrodą** - agresja i destrukcja są nagradzane w grach komputerowych: zabicie kogoś pozwala iść do przodu, zdobyć dodatkową broń, dodatkowe życie, za przejechanie przechodniów uzyskuje się dodatkowe punkty. Przemoc pozwala osiągnąć sukces w grze, daje poczucie mocy i zwycięstwa. Zaangażowane w tego rodzaju grę dziecko dowiaduje się, że "zło wcale nie jest takie złe, a nawet może być całkiem dobre, bo jest skuteczne".
- 5) **Braku konsekwencji wirtualnych czynów w realnym świecie**, np. szybka jazda samochodem nie grozi śmiercią, antyspołeczne zachowania nie prowadzą do utraty wolności.



Oddziaływanie gier komputerowych na psychikę dziecka zależy od ich treści, ilości czasu spędzonego na graniu, wieku gracza, jego cech temperamentu, osobowości oraz jakości więzi łączących dziecko ze środowiskiem rodzinnym i rówieśniczym.

Gry komputerowe mają również negatywny wpływ na rozwój fizyczny.

Mogą powodować pogorszenie wzroku, dolegliwości reumatologiczne, odrętwienia palców i dłoni, wady postawy.



Dziecko jest uzależnione od gier komputerowych, gdy:

- graniu staje się najważniejszą aktywnością w jego życiu;
- coraz więcej czasu spędza przy grach komputerowych, rezygnując z dotychczasowych aktywności (spotkania z rówieśnikami, nauka);
- odizolowanie od komputera powoduje złe samopoczucie, bezsenność, rozdrażnienie, agresję, reakcje fizjologiczne, jak np. drżączka, depresja;
- osoba z powodu zaangażowania w gry komputerowe wchodzi w konflikt ze swoim najbliższym otoczeniem, najczęściej z rodzicami.
- drastycznie ulega zmianom nastroju - przeżywanie albo dobrego nastroju albo też poczucie odrętwienia, niemocy.

- po okresie samokontroli, a nawet zaprzestania zabawy grami komputerowymi pojawiają się powroty do patologicznego korzystania z gier.



Jak chronić dzieci przed szkodliwym wpływem gier komputerowych?

- Rodzice powinni wiedzieć w jakie gry grają ich dzieci.

Kupując grę rodzice powinni wcześniej pozyskać informacje na jej temat.

- Rodzice powinni ustalić zasady, z jakich gier dzieci mogą korzystać, a które z gier są dla nich niedozwolone i dlaczego.

Sam zakaz nie wystarczy - trzeba rozmawiać z dziećmi o wpływie gier zawierających przemoc na ich psychikę. Należy również zaproponować dzieciom gry edukacyjne, logiczne, programy do nauki języków obcych itp.

- Dziecko powinno korzystać z gier tylko wówczas, gdy rodzice są w domu.
- Rodzice powinni bezwzględnie ograniczyć czas spędzany przez dziecko przy komputerze do 2 godzin, robiąc przerwy.
- Konsekwentnie stosować zasadę: najpierw obowiązki, potem komputer.
- Pokazywać inne formy spędzania wolnego czasu, więcej czasu spędzać z dzieckiem, zapraszać do domu kolegów i koleżanki dziecka.

Należy pamiętać, że dzieci najbardziej potrzebują miłości, zrozumienia i zainteresowania ze strony dorosłych. Spędzając czas wspólnie z dzieckiem: na zabawie, spacerze, rozmowie, wzmacniana jest więź rodzinna, która może skutecznie uchronić dziecko przed negatywnym wpływem gier komputerowych.