

BROSZURA

DLA RODZICÓW

***BEZPIECZEŃSTWO DZIECKA W
KONTAKCIE Z KOMPUTEREM***



Opracowanie:
mgr Aleksandra Kołodziejczak, mgr Weronika Stasicka

WSTĘP

W gry komputerowe i gry wideo grają obecnie miliony ludzi na świecie. Są one dostępne na płytach CD/DVD, na stronach internetowych, konsolach czy w telefonach komórkowych i smart fonach. Ogromna grupa graczy to dzieci i młodzież, dla których gry są powszechną formą spędzania wolnego czasu. Grać zaczynają dzieci coraz młodsze, nierzadko już w wieku przedszkolnym. Jeśli gry są odpowiednio dobrane do wieku i możliwości dziecka, mogą być dla niego doskonałym źródłem nauki i rozrywki. Niestety badania wskazują, że ponad połowa dzieci gra w gry nieodpowiednie do ich wieku. Wiele powszechnie dostępnych gier zawiera treści zdecydowanie nieprzeznaczone dla dzieci: sceny pokazujące przemoc, treści seksualne, zachowania przestępcze czy używanie narkotyków. Przesycone agresją i przemocą gry prowadzą do wzrostu poziomu agresji u najmłodszych graczy i desensytyzacji – utraty wrażliwości na realną przemoc wobec innych ludzi. Coraz częściej też dzieci i młodzież wycofują się z rzeczywistego świata zabawy i kontaktów społecznych z rodziną i rówieśnikami. Uciekają w wirtualny świat gier, zaniedbują obowiązki i dotychczasowe zainteresowania. Współcześni rodzice mają więc nowe ważne zadanie: powinni dowiedzieć się o grach komputerowych jak najwięcej, aby potrafili chronić dzieci przed negatywnymi konsekwencjami grania. Od wiedzy rodziców i ich zaangażowania zależy, czy korzystanie z gier będzie dla dziecka dobrą zabawą i bezpieczną rozrywką.

KIEDY DZIECKO MOŻE ROZPOCZĄĆ GRĘ NA KOMPUTERZE?

Wielu rodziców zastanawia się, kiedy pozwolić dziecku grać w gry komputerowe i jak może to wpłynąć na jego rozwój. Są to obawy w pełni uzasadnione, bowiem im mniejsze dziecko, tym bardziej jest ono narażone na negatywne skutki korzystania z gier. Psycholodzy uważają że dzieci do trzeciego roku życia w ogóle nie powinny grać w gry komputerowe – są na to gotowe dopiero sześciolatkowie, siedmiolatki. Jednak także w przypadku starszych dzieci warto

zachować zdrowy rozsądek i zadbać o to, aby gry nie stanowiły głównej rozrywki, nie zabierały zbyt wiele czasu. Obok tradycyjnych urządzeń, takich jak komputer czy telewizor, od kilku lat coraz większą popularnością cieszą się urządzenia mobilne: smartfony i tablety. Korzystają z nich coraz młodsze dzieci, które spędzają przed ekranem nawet kilka godzin dziennie. Powstało już nawet określenie „tabletowe dzieci”. Wielu rodziców uważa, że tablet jest doskonałą i bezpieczną zabawką edukacyjną. Tymczasem specjaliści wskazują, że zbyt wczesne i zbyt intensywne korzystanie z tych urządzeń może mieć bardzo negatywne skutki dla rozwoju małych dzieci. Pierwsze trzy lata życia dziecka są okresem krytycznym w rozwoju mózgu, który rozwija się w tym czasie najintensywniej. Aby rozwój ten przebiegał prawidłowo, dziecko potrzebuje częstych kontaktów z innymi ludźmi i doświadczenia świata wszystkimi zmysłami. Musi dotykać przedmiotów, słuchać różnych dźwięków, widzieć, czuć. Szczególnie ważne są interakcje z żywymi, prawdziwymi osobami – rodzicami, rodzeństwem, babcią, dziadkiem. Tylko w takich relacjach dziecko może nauczyć się języka i prawidłowo rozwijać się społecznie i emocjonalnie. Tych umiejętności nie jest w stanie opanować przed monitorem. U dzieci spędzających zbyt wiele czasu przed komputerem czy tabletem może dochodzić do opóźnienia mowy i zaburzeń relacji społecznych. Wpatrywanie się w płaski ekran może powodować problemy z widzeniem przestrzennym. Dzieci mające zbyt intensywny kontakt z ruchomymi obrazami na ekranie tabletu mają kłopoty ze świadomym skupianiem uwagi na statycznych obrazkach, ponieważ nie dysponują odpowiednimi umiejętnościami organizowania pola spostrzeżeniowego. Małe dziecko jest w stanie koncentrować się na żywych kolorach i ruchu na ekranie, jednak jego mózg nie potrafi jeszcze nadać znaczenia obrazom, które widzi. Mózg dziecka potrzebuje aż dwóch lat, aby rozwijać umiejętność łączenia symboli pojawiających się w telewizorze czy na tablicy z ich odpowiednikami w realnym świecie. Ograniczenie aktywności ruchowej do dotykania palcami ekranu czy przesuwania myszki skutkuje zaburzeniami sprawności ruchowej i manualnej. Podobnie negatywne skutki możemy obserwować w

przypadku gier. Im wcześniej dzieci zaczynają korzystać z gier komputerowych, tym bardziej narażone są na działanie czynników, które mogą prowadzić do uzależnienia. Małe dzieci błyskawicznie odkrywają, że granie na komputerze jest atrakcyjną formą spędzania czasu i szybciej niż starsze przyzwyczajają się do niej, stopniowo tracąc zainteresowanie innymi zabawami, które wydają im się nudne w porównaniu z grami oferującymi bogaty i fascynujący świat bardzo intensywnych wrażeń. Ponadto małe dzieci nie mają jeszcze wyraźnie zakreślonych granic realnego świata. Łatwo zaciera im się granica między fikcją a rzeczywistością, zazwyczaj silnie identyfikują się z bohaterami bajek, filmów i gier, którzy stanowią dla nich atrakcyjny model zachowań. Są mało krytyczne wobec tego, co widzą na ekranie. Zbyt wczesne i zbyt częste zabawy z komputerem mogą prowadzić do problemów z odróżnianiem, gdzie kończy się wirtualny świat, a gdzie zaczyna realny, i do przenoszenia zachowań z wirtualnej rzeczywistości do prawdziwego życia.

DLACZEGO GRY UZALEŻNIAJĄ?

Gry komputerowe projektowane są w taki sposób, aby gracze chcieli grać w nie jak najdłużej. Z jednej strony muszą być na tyle trudne, aby użytkownicy nie znudzili się zbyt łatwymi dla nich zadaniami, z drugiej – co jakiś czas muszą pozwalać grającym na odnoszenie przynajmniej małych wygranych. Lista uzależniających zabiegów, które stosują producenci gier, jest długa.

Od czego zależy, czy użytkownik wciągnie się w grę?

Atrakcyjna forma

- Współczesny poziom technologii umożliwia tworzenie gier w niezwykle atrakcyjnej formie audiowizualnej, która zwiększa realizm wirtualnego świata.

Interaktywność

- Kluczową cechą gier komputerowych jest ich interaktywność, co odróżnia je na przykład od telewizji. Gracz wykazuje osobiste zaangażowanie w wydarzenia na ekranie, może mieć wpływ na ich przebieg, od jego wysiłku zależy, czy pokona wyzwania, które napotyka w grze.

Bicie rekordu

- Każda gra informuje graczy, jaki jest najwyższy wynik w danym momencie. Chęć pokonania aktualnego rekordu (nawet własnego) sprawia, że gracz jest w stanie poświęcić wiele godzin na granie.

Uzależnienie wygranych od pokonywania kolejnych poziomów

- W niemal każdej grze – gracz musi pokonywać kolejne poziomy różniące się stopniem trudności. Zazwyczaj pierwsze poziomy gry są bardzo łatwe, tak że nawet początkujący gracze świetnie sobie radzą, szybko przechodzą do następnych poziomów i zdobywają nowe umiejętności. Za pomyślne wykonanie zadania gracz natychmiast jest nagradzany przejściem na wyższy poziom gry, co sprawia, że chce grać dalej. Wraz z rozwojem umiejętności graczy gra staje się coraz trudniejsza, a przejście do następnego poziomu wymaga poświęcenia większej ilości czasu. Sukcesy w pokonywaniu kolejnych, coraz bardziej skomplikowanych poziomów dają graczowi poczucie zadowolenia z wykonania zadania i sprawiają, że trudno mu przestać grać.

Nieregularne nagradzanie

- System zdobywania nagród jest zwykle zaprojektowany tak, aby gracz zdobywał nagrody za wykonanie określonego

zadania. Grający nie wie nigdy, czy nastąpi to po jednej, czy po kilku próbach. Ma jednak pewność, że jeśli będzie grał wystarczająco długo, w końcu jego wysiłek zostanie nagrodzony. Utrzymuje to gracza w stałym napięciu i sprawia, że będzie grał dłużej w oczekiwaniu na zapowiedzianą nagrodę.

Poczucie kontroli

- Gry dają dzieciom poczucie kontroli nad światem i wydarzeniami, w których uczestniczą. W wirtualnej rzeczywistości to one – a nie rodzice i inni dorośli – decydują, jak się zachowywać, w co się ubrać, jak i z kim spędzić czas. W nierzeczywistym świecie zdobywają realne dobra: poczucie władzy i kontroli, poczucie wpływu, szacunek, status społeczny.

Brak określonego zakończenia

- Najbardziej uzależniające są gry nieposiadające z góry określonego zakończenia – takie jak fabularne gry online. Pozwalają one graczom na dowolne kształtowanie kierunku, w jakim gra się rozwija, ale jednocześnie wymagają wykonywania złożonych zadań, często we współpracy z innymi graczami, i poświęcania grze wielu godzin. Nieobecność podczas rozgrywki naraża gracza na krytykę ze strony partnerów i spadek w rankingu.

Budowanie relacji

- Gry online pozwalają dzieciom budować relacje z innymi graczami, co zaspokaja ich potrzebę kontaktów społecznych, daje im poczucie akceptacji. Dla niektórych z nich społeczność internetowa jest jedynym miejscem, w którym czują się ważne, potrzebne i lubiane.

Ucieczka od rzeczywistości

- Współczesne gry oferują dzieciom i nastolatkom niezwyklej możliwość: ucieczkę od prawdziwego świata w wymarzoną rzeczywistość. W grze mogą kreować własny świat, stać się kimkolwiek chcą – kimś, kim nigdy nie mogliby być w prawdziwym życiu. W wirtualnej rzeczywistości mają okazję zbudować nową tożsamość, stworzyć postać obdarzoną cechami, które sami chcieliby mieć, mogą przeżywać ekscytujące przygody, nawiązywać satysfakcjonujące relacje i realizować fantastyczne plany.

Warianty gry i dodatki do gier

- Powszechną strategią marketingową stosowaną przez producentów gier jest wypuszczanie na rynek nowych wariantów gier lub dodatków do nich, np. nowych terenów do odkrycia w grach fabularnych, nowych umiejętności, zadań do wykonania czy bohaterów, których można rozwijać.

JAK ZAPEWNIĆ DZIECKU DOBRE DOŚWIADCZENIA Z GRAMI?

Niezależnie od tego, kiedy dziecko zaczyna grać w gry komputerowe, rodzice powinni wprowadzić zasady dotyczące korzystania z komputera czy konsoli – ustalić, ile czasu dziecko może spędzać na graniu, oraz wskazać dopuszczalną treść gier

Jak zachować bezpieczeństwo – wskazówki dla rodziców:

- Określ zasady dotyczące czasu, jaki dzieci mogą przeznaczać na gry komputerowe.
- Zadbaj, aby dziecko nie grało codziennie, ale też nie rób tradycji z tej formy spędzania czasu. Jeśli ustalisz, że w waszym domu gra się w określone dni, np. w piątki i niedziele, dziecko przez cały tydzień będzie żyło oczekiwaniem na włączenie komputera.

- Ustaw komputer we wspólnym pokoju, aby mieć kontrolę nad tym, ile czasu twoje dziecko poświęca na granie.
- Zainteresuj się, w co gra dziecko i czy gra jest dla niego odpowiednia. Porozmawiaj z nim o grach, w które gra, sprawdź, czego może się z nich nauczyć.
- Zanim kupisz swojemu dziecku grę, upewnij się, że jest odpowiednia do jego wieku. Może ci w tym pomóc system oceny gier PEGI.
- Zwróć uwagę, czy w zachowaniu twojego dziecka nie pojawiają się sygnały uzależnienia od komputera.
- Upewnij się, że twoje dziecko z powodu grania nie zaniedbuje obowiązków domowych i szkolnych.

Jeśli twoje dziecko gra w gry internetowe:

- Kontroluj, jakie witryny odwiedza i co tam robi.
- Powiedz dziecku, aby nie podawało swoich danych osobowych innym graczom.
- Ostrzeż dziecko przed spotkaniami z innymi graczami w realnym świecie. Jeśli chce pójść na takie spotkanie, powinienesz mu towarzyszyć.
- Umów się z dzieckiem, że będzie ci zgłaszało przypadki agresywnego zachowania w sieci, groźby, wulgarny język czy nieodpowiednie treści.
- Ustal z dzieckiem, że będzie cię zawsze informowało o zaproszeniach na spotkania poza grą.
- Interweniuj, jeśli uznasz, że gra zaczyna być niebezpieczna lub nieodpowiednia dla twojego dziecka. Przerwij kontakt z innymi graczami i zablokuj grę, jeśli jakkolwiek jej element budzi twój niepokój.

EDUKACYJNY WPŁYW GIER

Gry mogą odegrać pozytywną rolę w rozwoju dziecka: kształtować zachowania społeczne i umiejętność samodzielnego myślenia. Często są ciekawe i interaktywne, z powodzeniem można je wykorzystywać do celów edukacyjnych. Dobrej jakości gry edukacyjne usprawniają umiejętność spostrzegania, doskonałą refleks i zręczność manualną, rozwijają wyobraźnię przestrzenną, uczą podejmowania decyzji. Wzbogacają też wiedzę dziecka o otaczającym je świecie i mogą kształtować pozytywne postawy. Gry strategiczne rozwijają zdolności myślenia, planowania, wykonywania kilku zadań równocześnie, analizowania i interpretowania zdarzeń, rozwiązywania problemów. Gry mogą także kształtować prospołeczne postawy dzieci, uczyć je współpracy i zachęcać do pomagania innym także w świecie rzeczywistym. W wielu grach nie ma rywalizacji, gracze muszą współpracować ze sobą, pomagać sobie oraz razem rozwiązywać problemy, aby osiągnąć wspólny cel. Dzięki grze w większym gronie dzieci uczą się pracy w zespole



Uważaj, komu dajesz swój
adres internetowy.

LITERATURA:

„Dzieci w świecie gier komputerowych - Poradnik
nie tylko dla rodziców”