PAREZJA 2/2019 (12) **STUDIA I ESEJE**
ISSN 2353/7914 DOI: 10.15290/PAREZJA.2019.12.01

Adrianna Kacprzyk
Uniwersytet w Białymstoku
E-MAIL: ada48@onet.eu

Dziecko w świecie gier komputerowych – możliwości i zagrożenia

STRESZCZENIE
Świat gier komputerowych stanowi istotny, z punktu widzenia praktyki pedagogicznej, składnik młodzieżowej kultury. Gry dydaktyczne wykorzystywane w procesie edukacji stwarzają liczne możliwości stymulowania rozwoju intelektualnego i emocjonalnego. Gry komercyjne często są nośnikami treści mogących zaburzać prawidłowy rozwój psychoemocjonalny i socjalizację, a także sprzyjać uzależnieniu.

SŁOWA KLUCZOWE: gry komputerowe, dzieci, edukacja

Charakterystyczny dla naszych czasów dynamiczny rozwój elektronicznych mediów i multimediów powoduje znaczące zmiany w życiu i funkcjonowaniu młodych ludzi, tworząc jednocześnie problemy społeczne nowego typu. Środowisko wychowawcze uległo wyraźnemu rozszerzeniu. Oprócz domu rodzinnego, grupy rówieśniczej i szkoły w kształtowaniu osobowości i wzorców zachowań od najmłodszych lat aktywny udział biorą multimedia. Z jednej strony telewizja, komputer i Internet stwarzają szerokie możliwości edukacji i rozwoju zainteresowań, z drugiej jednak stanowią konkurencję dla rzeczywistości, a niekiedy formują jej wypaczony, fałszywy lub pełen zła i destrukcji obraz. Cechą charakterystyczną większości współczesnych przekazów medialnych stał się fakt redukowania wielowymiarowej rzeczywistości do rozrywki. Dotyczy to telewizji, kina, ale przede wszystkim gier komputerowych (Postman, 2004; Muszyński, 2009).

Gry komputerowe funkcjonują jako zjawisko kulturowe, takie samo jak literatura czy film. Są powszechne, ogólnodostępne, produkowane na skalę przemysłową. Największą popularność zyskały wśród dzieci i młodzieży, są nieodłącznym elementem ich stylu życia oraz wyrazem panującej mody i obowiązujących trendów. Są formą rozrywki, z którą wiąże się ryzyko uzależnienia. Często gra, która początkowo wypełnia czas wolny, w zależności od stopnia zaangażowania gracza, zaczyna pochłaniać czas przeznaczany wcześniej na inne rodzaje aktywności, co w konsekwencji negatywnie wpływa na

relacje z otoczeniem i rozwój społeczny. Dlatego warto, by problematyka gier komputerowych znalazła się w kręgu zainteresowań każdego pedagoga. Bez jej poznania nie sposób zrozumieć fenomenu młodzieżowej kultury i kodów komunikacyjnych właściwych tej grupie. Warto także zwrócić uwagę na fakt, że twórcy wielu kultowych gier rekrutują się z obecnego pokolenia rodziców, a ich produkcje są istotną częścią kulturowego przekazu międzygeneracyjnego.

Dostępność gier i ich atrakcyjność sprawiają, że są one często jedynym przeznaczeniem domowych komputerów. Wymogi techniczne gier stają się głównym kryterium zakupu coraz bardziej zaawansowanych technicznie urządzeń. Niezwykła popularność gier komputerowych jest zjawiskiem, które budzi liczne wątpliwości rodziców. Zwolennicy widzą w nich niezwykle atrakcyjną formę rozrywki, która nie tylko wywołuje pozytywne emocje, lecz także dostarcza nowych doświadczeń, poszerza wiedzę i umiejętności. Inni podkreślają niebezpieczeństwo uzależnienia od gier, a także ich negatywne oddziaływanie na użytkownika, wynikające głównie z zawartej w nich agresji. Należy jednak pamiętać, że istnieje wiele rodzajów gier, a głosy krytyczne odnoszą się głównie do produkcji nasyconych przemocą. To właśnie zamieszanie w tej sferze powoduje przyjmowanie skrajnych postaw, od bezkrytycznego zachwytu do potępienia. Niniejszy artykuł jest próbą przedstawienia możliwości oraz zagrożeń, jakie wiążą się z użytkowaniem różnych rodzajów gier komputerowych.

Klasyfikacja gier komputerowych

Gry komputerowe, tak samo jak książki czy filmy, podlegają podziałom gatunkowym według różnych cech rozgrywki. Jan Stasieńko (2005) wyróżnia osiem podstawowych kategorii gier, które pokrótce scharakteryzuję:

- **Gry przygodowe** – dosyć popularny rodzaj gier, gdzie gracz wciela się najczęściej w samotnego bohatera, który ma do zrealizowania określoną misję, od której powodzenia może zależeć los świata. Gry przygodowe cechują się tym, że gracz w niewielkim stopniu poprawia umiejętności swojego bohatera. Zazwyczaj gry te oferują zagadki oraz zadania, które wymagają logicznego myślenia oraz spostrzegawczości.
- **Gry zręcznościowe** – wymagają szybkiego refleksu oraz sprawnego operowania przyciskami kontrolera. W grach tego typu główną atrakcję stanowi ciągła akcja, tempo i element zaskoczenia.
- **Gry fabularne** – gracz wciela się w bohatera, którego – w miarę rozwoju fabuły – może udoskonalić, dzięki wykonywanym misjom i nabywaniu

różnych umiejętności, które przydadzą się do realizowania kolejnych zadań. Rozwijane umiejętności zależne są od wybranej profesji. Często wymagana jest wiedza na temat postaci, którą aktualnie się gra, jej mocnych i słabych stron, których umiejętne wykorzystanie decyduje o wyniku gry i satysfakcji gracza.

- **Gry symulacyjne** – są odwzorowaniem rzeczywistości, polegającym na odgrywaniu ról na podstawie zasad rządzących nimi w realnym świecie. Są to, na przykład, symulacje lotu samolotem czy jazdy czołgiem. Twórcy dokładają starań, żeby jak najbardziej przypominały rzeczywistość lub kreowały świat całkowicie odmienny od świata współczesnego (np. symulatory chodzenia w kosmosie). Na podobnej zasadzie działają profesjonalne symulatory kabin lotniczych, wykorzystywane do szkoleń pilotów.
- **Gry sportowe** – ten gatunek gier daje możliwość symulowania szeregu czynności, a zwłaszcza aktywności fizycznej, ale także pełnienia obowiązków menedżera czy też trenera drużyny sportowej. Najpopularniejsze dyscypliny sportowe pojawiające się w tej grupie to piłka nożna i hokej na lodzie, ale także koszykówka, golf, skoki narciarskie i pływanie.
- **Gry logiczne** – jak sama nazwa wskazuje wymagają logicznego myślenia. Gracz jest zobowiązany do rozwiązywania zagadek, aby móc przejść do kolejnego zadania, gdzie czeka na niego kolejne wyzwanie o znacznie większym stopniu trudności. Zaliczenie wszystkich poziomów jest warunkiem wygranej.
- **Gry strategiczne** – gry te wymagają połączenia zręczności, logicznego myślenia i umiejętności planowania. Oznacza to, że gracz musi zaplanować serię akcji skierowanych przeciwko wrogowi (lub przeciwnikom), a celem całej rozgrywki jest zazwyczaj redukcja wrogich sił zbrojnych. W większości tego typu produkcji gracz może oglądać świat z lotu ptaka, ale również bezpośrednio kontrolować przypisane mu jednostki. Gry pochodzące z tego gatunku wystawiają na próbę nie tylko profesjonalizm wojskowy gracza, ale także jego umiejętności z zakresu eksploracji świata przedstawionego i zarządzania gospodarką.
- **Gry edukacyjne** – typ gier, które zostały opracowane w taki sposób, aby ich elementy służyły poprawie lub nabyciu nowych umiejętności, a także poszerzeniu zasobów wiedzy. Poza aspektami rozrywkowymi stymulują one rozwój graczy w określonych obszarach oraz warunkach. Gry edukacyjne są narzędziem dydaktycznym, cenionym za skuteczność osiąganą dzięki podniesieniu atrakcyjności procesu nauczania. Mimo że podstawowym celem jest edukacja, stanowią one formę rozrywki.

Możliwości wykorzystania gier komputerowych w edukacji, terapii i rehabilitacji

Zabawa pełni szereg istotnych funkcji w socjalizacji dzieci. Gry dydaktyczne, będące rodzajem zabawy, stały się ważnym składnikiem procesu wychowania. Dzięki grom dzieci mogą lepiej rozumieć różne zjawiska otaczającego je świata. Gry dostosowane do poziomu rozwojowego dziecka uczą wytrwałości, uczciwej rywalizacji i radzenia sobie z porażką. Podczas gry dziecko nie tylko bawi się i jest aktywne, ale także uczy się i wypoczywa. Może w ten sposób zaspokajać swoją naturalną ciekawość i rozwijać zainteresowania (Polcyn-Matuszewska, 2015). Coraz popularniejsze jest wykorzystywanie gier komputerowych jako narzędzi usprawniających nabywanie nowych umiejętności oraz wspomagających terapię (Kumor, 2018). Uruchomienie pożądanej zmiany osobowościowej jest związane z wyzwalaniem u graczy wewnętrznej motywacji do powtarzania zadań, osiągania coraz lepszych wyników i przechodzenia do kolejnych etapów gry. Wyzwania podsycają emocjonalne zaangażowanie gracza i jego ciekawość, skłaniając do podejmowania samodzielnych wysiłków bez presji wywieranej z zewnątrz (Braun-Gałkowska i Ulfik-Jaworska, 2002).

Główną zaletą gier komputerowych jest to, że są one dobrym przygotowaniem do funkcjonowania w świecie technologii elektronicznej (Poznaniak, 2003). Pozwalają młodemu człowiekowi oswoić się z komputerem, przybliżają zasady działania oprogramowania i wszelkich narzędzi elektronicznych. Młodzi gracze najczęściej podkreślają, że dzięki grom doskonalą się w pracy z komputerem, uczą się sprawnej obsługi klawiatury i szybkiego pisania, a także operowania myszką (Laszkowska, 2000). Specyfika gier komputerowych, ich dynamiczna akcja, konieczność szybkiej reakcji wymagają od użytkownika konkretnych umiejętności. Gra na komputerze korzystnie wpływa na skupienie uwagi, poprawia refleks, koordynację wzrokowo-ruchową, spostrzegawczość, a także widzenie i wyobraźnię przestrzenną (Bielecki, 2015; Frąckiewicz i in., 2016). Właściwości te są wykorzystywane w terapii zaburzeń percepcyjno-motorycznych, a także terapii zaburzeń percepcji słuchowej i dotykowej. Gry komputerowe o charakterze terapeutycznym służą m.in. do usprawniania koordynacji wzrokowo-ruchowej, jako narzędzie wspomagające fizykoterapię stosuje się je w rehabilitacji rozwojowej niezdolności dotykowej u dzieci (Laszkowska, 2000). Wybrane gry elektroniczne stosowane są też przez różne instytucje (np. siły zbrojne) jako rzetelna i trafna metoda oceny sprawności psychomotorycznej (Griffiths i Hunt, 1995).

Obecnie na rynku komputerowym pojawia się coraz więcej gier o charakterze edukacyjnym i szkoleniowym, które w atrakcyjny sposób realizują

hasło: „bawiąc, uczyć". Są to najczęściej programy do nauki liczenia, nauki języków obcych oraz przedmiotów szkolnych. Ponadto tworzone są specjalne gry symulacyjne wykorzystywane w szkoleniu zawodowych żołnierzy i, co znacznie ciekawsze, w szkoleniach przedsiębiorców i menedżerów w zakresie zarządzania firmą, a nawet polityków w rozwijaniu dyplomacji. Gry edukacyjne służą również usprawnianiu umiejętności rozwiązywania problemów, poprzez generowanie różnych możliwości rozwiązań oraz rozwijanie myślenia innowacyjnego.

Pozytywnych przykładów przydatności gier komputerowych można wskazać znacznie więcej. Ćwiczą one koordynację, refleks, spostrzeganie, koncentrację, sprzyjają rozwojowi zdolności poznawczych, trenują pamięć, uczą różnicowania dźwięków, usprawniają procesy decyzyjne. Niemalże w każdej grze istnieje możliwość wyboru poziomu trudności, co pozwala regulować stopień pobudzenia emocjonalnego, dając równocześnie możliwość osiągania sukcesów. Peter Gray (2018), powołując się na liczne badania, twierdzi, że dzieci często grające, w porównaniu z grającymi rzadko, mają skłonność do bardziej otwartej ekspresji współzawodnictwa, ujawniają agresję niedestruktywną, są bardziej kreatywne i lepiej uspołecznione. Jednak w literaturze przedmiotu znacznie więcej jest publikacji poświęconych zagrożeniom związanym z tą formą rozrywki. Anna Borkowska (2017) przytacza wyniki badań wskazujących na związek pomiędzy uzależnieniem od gier komputerowych a takimi czynnikami osobowościowymi, jak: neurotyzm, niska samoocena i wycofanie społeczne. Trzeba jednak zauważyć, że w przypadku Graya badania dotyczyły populacji dzieci grających rekreacyjnie, natomiast Borkowska opisuje badania przeprowadzone w grupie osób grających kompulsywnie. Zatem komputer i gra to tylko narzędzia, które właściwie używane stymulują rozwój użytkowników, zaś nadużywane mogą prowadzić do rozwoju uzależnienia, nasilać istniejące zaburzenia i poważnie uszkadzać funkcjonowanie psychospołeczne osoby grającej (Heiden i in., 2019).

Wszystkie, zarówno pozytywne, jak i negatywne, aspekty gier trzeba zatem rozpatrywać w kontekście realiów otaczających konkretnego użytkownika, a nade wszystko kierować się zdrowym rozsądkiem. Gra może być cennym instrumentem edukacyjnym, pod warunkiem racjonalnego użytkowania (Puppel, 2014). Korzystanie z „dóbr" medialnego świata przez dzieci wymaga kontroli dorosłych. Chyba jednak po raz pierwszy w historii ludzkości młodsze pokolenie posiada większą wiedzę i umiejętności w zakresie posługiwania się nowoczesnymi technologiami niż przeciętny rodzic (Szpunar, 2007; Gałuszka, 2016), a jednocześnie jest zbyt niedojrzałe, by podejmować w tym zakresie racjonalne decyzje w perspektywie ich przyszłych konsekwencji.

W tych warunkach uruchomienie modelu oddziaływań wychowawczych jest ogromnym wyzwaniem. Niewątpliwie potrzeba pedagogów, którzy będą w stanie poruszać się w przestrzeni znaczeń i wartości młodego pokolenia i pełnić tam funkcje wychowawcze, odwołując się do posiadanej wiedzy i doświadczenia, jednocześnie czerpiąc z bogactwa wirtualnych światów.

Komputerowe gry dydaktyczne mogą być wykorzystywane zarówno w szkole na lekcjach większości przedmiotów, gdzie mogą stanowić cenne uzupełnienie podręczników i uatrakcyjniać pracę nauczyciela, jak i przez ucznia w domu. Mają one takie same cechy jak tradycyjne gry dydaktyczne. Angażując uczniów emocjonalnie, wprowadzają element współzawodnictwa między uczestnikami gry lub graczem a komputerem. Inną cechą komputerowych gier dydaktycznych jest ich fikcyjność, dzięki czemu gracz wie, że to się dzieje tylko na niby. Anna Wach uważa, że

> są one także środkiem transmisji kultury, ponieważ ich scenariusze odwołują się do literatury klasycznej, czerpią z bogactwa mitologii i historii oraz wykorzystują najnowsze dokonania naukowe. Fabuła tych gier opiera się o elementy świata baśni, legendy, science fiction i fantazji (Wach, 2000, s. 31).

Gry i programy edukacyjne mogą być pomocne zarówno w szkołach masowych, jak i w nauczaniu indywidualnym. Uczenie się z wykorzystaniem komputera eliminuje stres związany z nauką szkolną i ocenianiem przez nauczyciela oraz pozwala na indywidualne tempo uczenia się (Gruba, 2002). Komputery wykorzystuje się w ramach zajęć logopedycznych, w terapii dzieci dyslektycznych, a także w reedukacji dzieci ze szczególnymi trudnościami w nauce. W roku 1991 James E. Gardner po raz pierwszy wykorzystał gry komputerowe w psychoterapii dzieci, a najnowsze badania wskazują na ich szczególną przydatność w leczeniu fobii (Norhana, 2014). Zgodnie z zasadami terapii behawioralnej bazuje się na podstawowym założeniu, że lęk związany z fobiami można zmniejszać przez stopniowe oswajanie z wywołującymi go bodźcami (desensytyzacja). Osoby cierpiące na różnego rodzaju fobie korzystają z gier, w których pojawiają się bodźce lękowe. Systematyczne granie powoduje „przyzwyczajenie" się do bodźca i zmniejszenie reakcji lękowych (Robillard i in., 2003).

Gry zaspokajają potrzebę samodzielności i niezależności, sukcesu i władzy, natomiast porażka przeżywana jest w sposób nieraniący. Dzięki temu gracz ma poczucie sprawczości i kontroli, a także podniesione poczucie własnej wartości.

Dzięki wykorzystaniu gier komputerowych w nauczaniu czy samokształceniu wzrasta efektywność tych procesów. Taka forma uczenia się jest bardzo

przyjazna, stając się dla dzieci zabawą, a nie nudnym obowiązkiem, co sprzyja zainteresowaniu przyswajanym materiałem. Uczenie się podczas gry może być bardzo przyjemne. Komputer reaguje na popełnione błędy, konsekwentnie je ocenia, ale bez okazywania niezadowolenia czy złości. Jest wyrozumiały i cierpliwy, powtarzając po kilka razy to samo ćwiczenie, co przyczynia się do utrwalania nabywanej umiejętności. Eliminuje to u dziecka stres związany z nauką szkolną i ocenianiem go przez nauczyciela (Laszkowska, 2000).

Gry komputerowe rozwijają i doskonalą szereg umiejętności, przy czym, jak zauważa Joanna Laszkowska (2000), grający musi również wykorzystywać już zdobyte doświadczenie, aby rozwiązać problem i osiągnąć cel. Gra staje się wówczas stymulatorem myślenia twórczego.

Bohaterowie gier komputerowych mówią do dzieci, zachęcają je do zabawy i chwalą za prawidłowe wykonanie zadania. W ten sposób wzmacniają u dziecka poczucie własnej wartości, budząc wiarę we własne siły oraz ułatwiając motywację do uczenia się. Uczeń chętniej podejmuje się wykonania zadania, gdyż czerpie z tego satysfakcję. Grając w komputerowe gry dydaktyczne, dziecko otrzymuje natychmiast informacje zwrotne o efektywności każdego swego posunięcia i dzięki temu może dokonywać samooceny wiedzy i umiejętności.

Na podstawie analizowanej literatury przedmiotu można stwierdzić, że wiele gier komputerowych stanowi źródło wiedzy, uczniowie mogą obserwować i analizować różnorodne zjawiska, zwiedzać najpiękniejsze zabytki świata, poznawać poszczególne etapy rozwoju ludzkości i bogactwo cywilizacji. Coraz więcej gier opiera się na faktach historycznych, np. na motywach konfliktów zbrojnych czy na wątkach z literatury, co z kolei może zachęcać ucznia do dalszego poszukiwania wiedzy w tym zakresie i sprzyjać rozwijaniu zainteresowań. Nauczyciel zyskuje w postaci gier cenne i atrakcyjne dla uczniów narzędzie dydaktyczne.

Najbardziej korzystne dla rozwoju myślenia twórczego są gry problemowe – strategiczne i symulacyjne. Umożliwiają one uczniowi wcielenie się w rolę badacza, co jest podstawą nauczania problemowego. Zdaniem Anny Wach największe walory edukacyjne mają gry strategiczno-ekonomiczne. Uczą one planowania, podejmowania właściwych decyzji i przewidywania ich konsekwencji oraz pobudzają wyobraźnię i uruchamiają logiczne myślenie (Wach, 2000).

Wartości kształcące komputerowych gier dydaktycznych zależą od dopasowania ich do możliwości dziecka. Gra nie może być zbyt łatwa, bo niczego dziecka nie nauczy, a szybko się znudzi. Nie może też być zbyt trudna, gdyż może ucznia zniechęcić do podejmowania wysiłku. Dlatego też opracowanie gier komputerowych, jak stwierdza Joanna Laszkowska, powinno być

> domeną specjalistów z poszczególnych dziedzin wiedzy, znających nie tylko treści niezbędne dla rozwoju młodego człowieka, ale przede wszystkim rozumiejących jego psychikę (Laszkowska, 2000, s. 29).

Zalety edukacyjne gier komputerowych (Andrzejewska, 2008) polegają na tym, że:

- są stosowane na różnych poziomach edukacji – od przedszkola po wyższe uczelnie, mają ogromne znaczenie w usuwaniu wszelkiego rodzaju zaburzeń rozwojowych, wspomagają rozwój intelektualny i osobowościowy;
- kształtują umiejętności i zdolności, jak np. spostrzegawczość i zdolność logicznego myślenia, poszerzają wiedzę z różnych dziedzin. Pobudzają ciekawość i rozwijają różnorodne zainteresowania, pełnią funkcję socjalizacyjną i wychowawczą, oddziałując na osobowość dziecka i kształtując jego poglądy i postawy;
- zwiększają efektywność procesu edukacyjnego; taka forma nauki wciąga dzieci, stając się dla nich zabawą, a nie nudnym obowiązkiem, co sprzyja zainteresowaniu przekazywanym materiałem;
- kształtują system wartości dzięki wykorzystaniu elementów baśniowych opartych na opozycji dobra i zła.

Ciemna strona grania

Gry dydaktyczne stanowią bardzo niewielki procent w branży gier komputerowych. Ich sprzedaż generuje znikome zyski, trudno mówić o ich popularności, ich wpływ na kulturę (wartość formacyjna) jest znaczący, ale ukryty. Natomiast branża gier rozrywkowych jest bardzo poważną i rozwijającą się w nieprawdopodobnym tempie gałęzią przemysłu, gdzie sukces poszczególnych produkcji jest mierzony w miliardach dolarów (Handrahan, 2019). Dostarczenie rozrywki na najwyższym poziomie jest oficjalnym celem producentów, jednak w realiach gospodarki rynkowej jest nim maksymalizacja zysku. Popyt kształtuje podaż, wielu producentów tworzy produkcje przesycone agresywnymi, destrukcyjnymi lub perwersyjnymi treściami. Z tego powodu ta nowa forma rozrywki stała się tematem wielu publicznych dyskusji.

W sprzedaży znajduje się duża ilość gier, które zawierają mnóstwo negatywnych, demoralizujących treści. Niebezpieczeństwo polega na tym, że ich uczestnicy, wcielając się w role „mrocznych" bohaterów, utożsamiają się z nimi. Większość gier dostępnych w sprzedaży czy Internecie angażuje gracza w różnego rodzaju akty przemocy, okrucieństwa i zniszczenia. Nawet w grach dla najmłodszych przemoc przedstawiana jest często w kolorowej i humorystycznej oprawie, wywołując rozbawienie i pozytywne skojarzenia.

Gry popularne wśród dzieci starszych oraz młodzieży zazwyczaj epatują realistycznymi obrazami zabijania i wyrafinowanego okrucieństwa (Ulfik-Jaworska, 2011).

Niektóre gry komputerowe są szczególnie niebezpieczne, ponieważ pozwalają symulować i kreować rzeczywistość, bardzo często zawierając obrazy agresji i przemocy, które charakteryzują się wyrafinowanym okrucieństwem, a nawet sadyzmem. Mimo że jest to przemoc symulowana, niemająca miejsca w rzeczywistości, nie należy tego bagatelizować. Symulowane obrazy przemocy, a właściwie samodzielne jej realizowanie w grach komputerowych, prowokuje dzieci do powtarzania okrutnych zachowań. Natychmiastowy efekt wyraża się w agresywnych myślach i wyobrażeniach o wrogich emocjach, natomiast długotrwały skutek jest związany z kształtowaniem agresywnych skryptów poznawczych i może prowadzić do trwałych zmian w strukturze osobowości gracza (Andrzejewska, 2008).

Podczas aktywnego uczestnictwa w brutalnej grze dochodzi do znieczulenia na przemoc. Jest to wynikiem wielokrotnego powtarzania ataków agresji. Zachowania agresywne, które dzieci symulują podczas gry, zostają skojarzone z nagrodą i przyjemnością. Stosowanie przemocy w grach jest nagradzane. W konsekwencji negatywne zachowania mogą być przenoszone do świata realnego (Andrzejewska, 2007). Poważnym zagrożeniem jest również zacieranie granic między rzeczywistością a fikcją. Przebywając długie godziny w wirtualnym świecie, gracz traci poczucie czasu i rzeczywistości. Zaczyna przenosić zasady i zachowania z gry do prawdziwego życia. Podatne na to są zwłaszcza dzieci, które często nie umieją odróżnić tych dwóch światów lub uciekają w krainę iluzji. Same tworzą „lepszą" rzeczywistość. Tu nikt nie zagraża ich uczuciom, nie może odrzucić. Potem nie potrafią już normalnie egzystować. Pojawiają się coraz poważniejsze kłopoty w kontaktach społecznych. Spanie, jedzenie, potrzeby fizjologiczne stają się uciążliwą koniecznością. Sens życia ogranicza się do czasu spędzonego przed komputerem (Kowalewska, 1996).

Lekarze różnych specjalności zwracają uwagę na zagrożenia zdrowotne. Szczególnie dzieci i młodzież, będąc w fazie wzrostu i rozwoju fizycznego, narażone są na poważne konsekwencje, wynikające z długotrwałego i intensywnego kontaktu z grami komputerowymi. Rezygnacja ze sportu i innych form aktywnego wypoczynku na rzecz siedzenia przed ekranem komputera (Raczkowska, 2000) może doprowadzić do skrzywień kręgosłupa i nadwagi. „Zapaleni" gracze skarżą się na różne dolegliwości: bóle karku i kręgosłupa, bóle i zawroty głowy oraz ogólne zmęczenie. Wielogodzinne naciskanie klawiszy klawiatury lub operowanie joystickiem powoduje nadwyrężenie mięśni

nadgarstka, drętwienie palców, dłoni i łokci. Okuliści przestrzegają przed postępującymi wadami wzroku wynikającymi z wpatrywania się w monitor.

Analizując zdrowotne konsekwencje wielogodzinnego siedzenia przed komputerem, nie można pominąć ryzyka tzw. padaczki komputerowej (*videogame epilepsy*). Intensywność bodźców świetlnych, bliskość monitora i często wygaszone inne punkty świetlne mogą w poważnym stopniu naruszać sprawne funkcjonowanie mózgu. Na przestrzeni ostatnich 20 lat pojawia się coraz więcej przypadków osób cierpiących na ataki epilepsji podczas gry na komputerze. Dotyczy to zwłaszcza Japonii i Korei Południowej, gdzie problem uzależnienia od gier jest szczególnie rozpowszechniony (da Silva i Leal, 2017).

Głównymi konsekwencjami zdrowotnymi nałogowej zabawy grami są: halucynacje słuchowe, bezwiedne moczenie się i wypróżnianie, nadwyrężenie nadgarstków, dolegliwości karku, bóle łokci, zapalenie ścięgien, neuropatia obwodowa, otyłość (związana z brakiem ruchu), epilepsja u osób nadwrażliwych na światło, zwiększone ryzyko wystąpienia ostrej formy białaczki limfoblastycznej (Griffiths, 2004).

Jednak najpoważniejszym zagrożeniem jest uzależnienie od gier komputerowych (Łukasz, 1998). Gry stały się „elektronicznym LSD", narkotykiem XXI w., chociaż nie zatruwają organizmu toksycznie, tak jak substancje psychoaktywne, powodują równie silne zniewolenie użytkownika. Składa się na nie częste, regularne i kompulsywne granie, brak zainteresowania i czasu na inne formy aktywności, trudność z przerwaniem zabawy i wewnętrzny przymus podejmowania jej na nowo, mimo że koliduje to z ważnymi obowiązkami. W przypadku zaprzestania uzależniającej aktywności pojawiają się specyficzne objawy psychiczne i fizyczne. Tak jak w każdym nałogu – skutkiem są problemy rodzinne, szkolne i zdrowotne.

Zdaniem Sławomira Łukasza:

> […] komputer odbiera osobom uzależnionym poczucie wolności, prywatności, a także uniemożliwia im krytyczne ustosunkowanie się do otaczającego świata. Komputer staje się czymś w rodzaju „super-człowieka", a użytkownik – podatny na manipulację – nie potrafi odnieść się do przekazywanych mu informacji (Łukasz, 1998, s. 11).

Podsumowanie

To krótkie z konieczności zestawienie możliwości i zagrożeń, jakie niosą nowoczesne technologie, a zwłaszcza gry komputerowe, pokazuje, że współczesne media – chociaż wzbogacają perspektywy kształcenia i szeroko rozumianych oddziaływań wychowawczych – nie są jedynie użytecznym narzędziem, lecz stanowią odrębną rzeczywistość kulturową. Dają szansę

przyspieszenia rozwoju młodego człowieka, co, zdaniem specjalistów, spowodowało obniżenie progu wieku szkolnego do 6 lat. Jednakże wielu psychologów podkreśla, że chociaż dziecko jest w stanie wchłonąć ogromną liczbę wiadomości, to nie zmienia to jego naturalnego rytmu funkcjonowania i rozwoju osobowości. Pod względem emocjonalnym dzieci nie są przygotowane do krytycznego przyjmowania docierających do nich informacji. Należy przy tym pamiętać, że to rodzina i szkoła powinny dostarczać podstawowych wzorców postrzegania i rozumienia rzeczywistości. Powinny też wspomagać kształtujące się u dziecka możliwości poznawcze, poprzez wyrobienie w nim krytycznego stosunku wobec mediów, podkreślanie nierealności świata gier, dostarczanie pozytywnych wzorców zachowań w świecie realnym. Warunkiem umożliwiającym ten przekaz jest posiadanie przez dorosłych uporządkowanego obrazu świata, wartości i norm w nim obowiązujących. Jeśli dorośli nie będą się stosować do głoszonych norm, dzieci również nie będą ich realizowały, a ich życiem zawładną treści, z którymi mają najczęstszy kontakt (Kasztelan, 1999). Może się okazać, że to nie rodzice i nauczyciele, lecz bohaterowie najbardziej kasowych gier wychowują kolejne pokolenia.

BIBLIOGRAFIA

Andrzejewska, A. (2007). Uzależnienie od mediów cyfrowych. W: T. Pilch (red.), *Encyklopedia pedagogiczna XXI w.* Warszawa: Wydawnictwo Akademickie Żak.

Andrzejewska, A. (2008). *(Nie)bezpieczny komputer. Od euforii do uzależnień*. Warszawa: Akademia Pedagogiki Specjalnej.

Bielecki, M. (2015). Przyjemne z pożytecznym? Badania nad wpływem gier komputerowych na procesy poznawcze. *Wszechświat*, 1–3 (116), 26–30.

Borkowska, A. (2017). Gry komputerowe – niewinna rozrywka czy droga do uzależnienia. *Serwis Informacyjny Uzależnienia*, 70, 30–33.

Braun-Gałkowska, M., Ulfik-Jaworska, I. (2002). *Zabawa w zabijanie*. Lublin: Gaudium.

Era informatyki. Pozyskano z: https://www.erainformatyki.pl/rodzaje-gier-komputerowych.html, [data dostępu: 05.06.2019].

Franckiewicz, M., Kudela, O., Emich-Widera, E., Gorzkowska, A., Krzystanek, E. (2016). Jak gry komputerowe wpływają na funkcje kognitywne? *Medycyna Rodzinna*, 19 (3), 163–169.

Gałuszka, D. (2016). Relacja dziecko–rodzic w perspektywie gry komputerowej. Wyniki badania nad obecnością gier wideo w rodzinie. *Kultura i Edukacja*, 1 (11), 197–216.

Gray, P. (2018). *Benefits of Play Revealed in Research on Video Gaming. Video gaming leads to improved cognition, creativity, sociability, and more*. Pozyskano z: https://www.psychologytoday.com/us/blog/freedom-learn/201803/benefits-play-revealed-in-research-video-gaming, [data dostępu: 17.02.2020].

Griffiths, M., Hunt, N. (1995). Computer game and adolescence: Prevalance and demografic indicators. *Journal of Community and Applied Social Psychology*, 3 (5), 189–193.

Griffiths, M. (2004). *Gry i hazard. Uzależnienia dzieci w okresie dorastania*. Gdańsk: GWP.

Gruba, J. (2002). Opinie logopedów na temat wykorzystywania komputera w terapii. W: W. Strykowski (red.), *Media a edukacja*. Poznań: eMPi2.

Handrahan, M. (2019). Gameindustry. Fortnite tops 2018. Pozyskano z: https://www.gamesindustry.biz/articles/2019-01-16-fortnite-tops-2018-superdata-chart-with-usd2-4b-digital-revenue, [data dostępu: 06.03.2019].

Heiden von der, J.M., Braun, B., Miller, K.W., Egloff, B. (2019). *The Association Between Video Gaming and Psychological Functioning*. Pozyskano z: https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2019.01731/full, [data dostępu: 10.02.2020].

Kowalewska, K. (1996). Komputerowi mordercy. *Kultura i Życie*, 7, 12–16.

Kumor, K. (2018). *Gry rehabilitacyjne – nowoczesne narzędzie w terapii*. Pozyskano z: https://fizjoplaner.pl/gry-rehabilitacyjne-nowoczesne-narzedzie-w-terapii.html, [data dostępu: 08.02.2020].

Laszkowska, J. (2000). Oddziaływanie gier komputerowych na młodzież. *Problemy Opiekuńczo-Wychowawcze*, 7, 26–34.

Łukasz, S. (1998). *Magia gier komputerowych*. Warszawa: Mikom.

Muszyński, W. (red.). (2009). *„Nowy wspaniały świat?". Moda, konsumpcja i rozrywka jako nowe style życia*. Toruń: Wydawnictwo Adam Marszałek.

Norhana, Y., Eizawan, H.Y., Riaza, M. (2014). *Serious games in Mental Health Treatment. Review of Literature*. Pozyskano z: https://www.researchgate.net/publication/301653488_Serious_Games_in_Mental_Health_Treatment_Review_of_Literature, [data dostępu: 10.02.2020].

Polcyn-Matuszewska, S. (2015). *Konstruktywne konteksty wykorzystania gier komputerowych w edukacji. Studium przypadku*. Pozyskano z: http://knm.uksw.edu.pl/konstruktywne-konteksty-wykorzystania-gier-komputerowych-w-edukacji-studium-przypadku/, [data dostępu: 08.02.2020].

Postman, N. (2004). *Zabawić się na śmierć. Dyskurs publiczny w epoce show-businessu*. Przeł. L. Niedzielski. Warszawa: Muza.

Poznaniak, W. (2003). Przemoc w grach elektronicznych. W: M. Binczycka-Anholcer (red.), *Przemoc i agresja jako zjawisko społeczne*. Warszawa: Polskie Towarzystwo Higieny Psychicznej.

Puppel, W. (2014). Rola gier komputerowych we współczesnej przestrzeni edukacyjnej. *Linguodidactica*, t. 18, 157–169.

Raczkowska, J. (2000). Znane i nowe problemy czasu wolnego. *Problemy Opiekuńczo-Wychowawcze*, 6, 10–18.

Robillard, G., Bouchard, S., Fournier, T., Renaud, P. (2003). *Anxiety and Presence During VR Immersion: A Comparative Study of the Reactions of Phobic and Non-Phobic Participants in Therapeutic Virtual Environments Derived From Computer Games*. Pozyskano z: https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/14583122/, [data dostępu: 05.02.2020].

Silva, A. Martins da, Leal, B. (2017). *Photosensitivity and epilepsy: Current concepts and perspectives. A narrative review*. Pozyskano z: https://www.seizure-journal.com/article/S1059-1311(17)30252-2/fulltext, [data dostępu: 10.02.2020].

Stasieńko, J. (2005). *Gry komputerowe – jestem na „tak", jestem na „nie". Zagrożenia, szanse i wyzwania rozrywki komputerowej*. Pozyskano z: https://dsw.edu.pl/fileadmin/user_upload/wszechnica/07.pdf, [data dostępu: 05.02.2020].

Szpunar, M. (2007). *Digital divide, a nowe formy stratyfikacji społecznej w społeczeństwie informacyjnym – próba typologizacji*. Pozyskano z: http://www.magdalenaszpunar.com/_publiacje/2007/digital_divide.pdf.

Ulfik-Jaworska, I. (2011). Gry komputerowe dobre czy złe? *Wychowawca*, 7–8, 28–31.

Wach, A. (2000). Gry komputerowe szansą edukacji jutra? *Edukacja Medialna*, 1.

SUMMARY

Kid in the world of video games – possibilities and threats

From the pedagogical perspective, the world of video games constitues one of the essential components of youth culture. Educational video games provide wide variety of possibilities to stimulate intellectual and emotional development, while commercial games frequently convey contents with potential to disturb socialization and psycho-emotional growth, as well as support addiction.

KEYWORDS: video games, children, education