

Виртуальный мир порождает реальные болезни

Быстрое распространение новых информационных технологий становится одним из атрибутов современности. Рост количества пользователей компьютерной техникой, распространение компьютерных сетей типа Интернет, различного рода программ, в том числе игровых, – факторы, так или иначе влияющие почти на каждого. В 1996 году в американской официальной классификации психических болезней (DSM) появился новый раздел – «кибернетические расстройства», которые вызываются переутомлением и стрессами в результате продолжительного пребывания в виртуальной реальности.

Компьютерные технологии связаны с еще одной проблемой современности. Согласно данным последних исследований, уход в мир фантазий стал одной из наиболее распространенных стратегий поведения современной молодежи в трудных жизненных ситуациях. Компьютерная игра, таким образом, становится механизмом бегства определенной части детей и молодежи от реальности.

Электронные игры – мощный передатчик информации, с которым, в отличие от фильмов и аудио, человек взаимодействует активно. Влияние экранного сюжета на сознание оказывается многократно усиленным, ибо игрок – уже не пассивный зритель, а участник действия, управляющий персонажем.

Что же привлекает человека в игре? По мнению большинства исследователей – это:

- наличие собственного (интимного) мира, в который нет доступа никому, кроме него самого;
- отсутствие ответственности;
- реалистичность процессов и полное абстрагирование от окружающего мира;
- возможность исправить любую ошибку путем многократных попыток;
- возможность самостоятельно принимать любые (в рамках игры) решения, вне зависимости к чему они могут привести.

Сама по себе компьютерная игра как времяпровождение едва ли вредна. Она может оказывать даже позитивное влияние на развитие ребенка. Игра стимулирует логическое мышление, дает выход избыточной энергии, помогает расслабиться, сосредоточиться на решении какой-то проблемы, развить художественные способности и др. Компьютер нейтрален по отношению к пользователю и не может представлять угрозы.

Однако наряду с положительным воздействием компьютерные игры вызывают и негативные последствия. Особую опасность для формирующегося организма представляет эпидемия игромании. Компьютерные игры повсеместно превратились в «продвинутый» образ проведения досуга для несовершеннолетних и молодых людей. Как свидетельствуют исследования, освоение компьютера происходит преимущественно в мужской среде (соотношение между юношами и девушками 4:1).

Игра как головоломка приводит пользователя к многочасовому просиживанию за компьютером. По результатам медицинских исследований общепризнанно вредное воздействие компьютера на организм. Можно с уверенностью говорить о таких негативных проявлениях, как: снижение остроты зрения и запаса

относительной аккомодации, физическое недомогание, повышение частоты психических расстройств и нарушение сна, различные нервно-соматические нарушения.

Чрезмерная увлеченность компьютерными играми может деформировать психику пользователя.

Потребности в новых впечатлениях удовлетворяются не с помощью традиционных занятий спортом или путешествий, а в результате прогулок по пространствам игры. Исследователи констатируют факт виртуализации духовной жизни, которая отделяет компьютерных пользователей от человеческого социума.

Электронные средства сильно действуют на подсознание. Казалось бы, внешне нормальный «продвинутый» игрок в быту может действовать по правилам электронной игры, редко когда замечая, сколь они нелепы в реальности жизненной, а не виртуальной. Признание одного из игроманов: «Когда я в жизни что-то совершил не так, как хотелось бы, у меня возникает намерение загрузить сохраненную игру – вернуться в предшествовавший момент. Потом я вспоминаю, что не записал тот момент в файл. Только еще позже начинаю понимать, что в жизни это вообще невозможно – ни сохранить, ни загрузить момент, - и это меня раздражает».

Зависимость от компьютера осознают окружающие субъекта друзья, родственники, знакомые, но отнюдь не он сам, что очень схоже с любым другим видом зависимости.

Человечество погружается в компьютеры и компьютерные сети, с каждым днем все больше и больше людей (особенно детей) становятся психологически зависимыми от компьютерных игр. Каждый день они подходят к компьютеру и «получают дозу» - кто 20 минут, кто час, а кто и... Это проблема. Можно только предполагать, к чему она может привести человечество в своем дальнейшем развитии. Мы должны задуматься над этим уже сегодня!

Подготовил: А.П. Комбарова, специалист по работе с семьей отделения психологической помощи гражданам. 8(34667) 2-75-26.