Ο εθισμός των παιδιών στα ηλεκτρονικά παιχνίδια (Μυρσίνη Κωστοπούλου, Ψυχολόγος)

Categories : ΚΟΙΝΩΝΙΑ

Date : 15 Μαρτίου, 2008

Η συστηματική και παρατεταμένη χρήση ηλεκτρονικών παιχνιδιών μπορεί να οδηγήσει ένα παιδί στον εθισμό. Η ακρότητα θεματολογίας των ηλεκτρονικών παιχνιδιών τρομάζει: αιματηρές μάχες, μαζικές καταστροφές και σκοτωμοί, ωμή και αλόγιστη χρήση βίας, η οποία επιβραβεύεται με πόντους όσο περισσότερο το παιδί τη χρησιμοποιεί!
Εκατομμύρια είναι τα παιδιά που παρουσιάζουν εθισμό στα ηλεκτρονικά παιχνίδια. Ιδιαίτερα τα αγόρια, ηλικίας 8 έως 18 ετών, φαίνονται πιο ευάλωτα στη νοσηρή χρήση, κυρίως σε παιχνίδια όπου κυριαρχεί η βία ως μέσο αλλά και ως απώτερος στόχος του παιχνιδιού. Μάλιστα, κλινικές απεξάρτησης έχουν αρχίσει να λειτουργούν παγκοσμίως, υποσχόμενες ίαση από αυτό τον ακατανίκητο «παιδικό» εθισμό. Ποια συμπτώματα θα μπορούσε, σε ορισμένες περιπτώσεις, να σηματοδοτούν την εξάρτηση του παιδιού από τα ηλεκτρονικά παιχνίδια;

● Κατανάλωση σταδιακά περισσότερου χρόνου στα ηλεκτρονικά παιχνίδια.

● Ανάγκη για περισσότερο χρόνο χρήσης.

● Εμμονές ή φαντασιώσεις με θέματα και ρόλους που διαδραματίζονται στην πλοκή ενός ηλεκτρονικού παιχνιδιού, τρέμουλο, άγχος, ανησυχία, αϋπνία, εφιάλτες (παρουσιάζονται με τη μείωση - διακοπή της χρήσης των ηλεκτρονικών παιχνιδιών).

● Σταδιακή μείωση του κινήτρου για το σχολικό διάβασμα και τη συμμετοχή σε σχολικές δραστηριότητες, όπως και περιορισμός της κοινωνικοποίησης με συνομηλίκους, με αποτέλεσμα το παιδί να απομονώνεται και να παρουσιάζεται σοβαρή πτώση στη σχολική επίδοση.

Πολλά ερωτήματα εγείρονται ως προς το αν και σε ποιο βαθμό η προσωπικότητα ενός παιδιού μπορεί να διαμορφωθεί μέσω της επαφής με τα ηλεκτρονικά παιχνίδια.

Τα σύγχρονα ερευνητικά δεδομένα δείχνουν πως πράγματι μπορεί να επηρεάσουν τη συμπεριφορά ενός παιδιού, στον βαθμό όμως που συνυπάρχει μία σειρά άλλων αρνητικών παραγόντων, οι οποίοι αφορούν τόσο την προσωπικότητα του παιδιού (π.χ. εσωστρέφεια, καταπιεσμένη επιθετικότητα) όσο και στοιχεία του οικογενειακού περιβάλλοντος, όπως π.χ. η χρήση ψυχολογικής ή σωματικής βίας στην οικογένεια, η απουσία ορίων ανάμεσα στα μέλη της οικογένειας, η ελλειμματική κοινωνικοποίηση του παιδιού, η απουσία θετικών γονεϊκών προτύπων συμπεριφοράς.
Σε αυτές τις περιπτώσεις, όπου σειρά επιβαρυντικών παραγόντων επιδρά στον ψυχισμό του παιδιού και παράλληλα εκείνο εκτίθεται στην αλόγιστη χρήση βίας μέσω των ηλεκτρονικών παιχνιδιών, τότε το παιδί ενδέχεται να παρουσιάσει επιθετικότητα απέναντι στον εαυτό του ή σε άλλα παιδιά όπως και ανοχή στη βία.

Ιδού μερικές συμβουλές που προτείνουμε στους γονείς:

1. Κλείνοντας την οθόνη δεν σημαίνει ότι προστατεύουμε αποτελεσματικά το παιδί. Η βία της εικονικής πραγματικότητας, μέσω ενός μηχανισμού «απαγόρευσης» από την πλευρά των γονιών, μπορεί να γίνει γοητευτική και να μαγνητίσει το παιδί.

2. Η αποδοχή της ανάγκης του παιδιού να παίξει ηλεκτρονικά παιχνίδια, αλλά παράλληλα ο έλεγχος (ιδιαίτερα για την επιλογή λιγότερο βίαιων παιχνιδιών όπως και στον χρόνο που το παιδί αφιερώνει σε αυτά) χωρίς να είναι ασφυκτικός, μπορεί να αποβούν προστατευτικοί μηχανισμοί.

3. Η παρότρυνση και η οργάνωση από την πλευρά των γονιών άλλων δραστηριοτήτων δημιουργικών (π.χ. τέχνη, διάβασμα, αθλητισμός), που θα αντισταθμίσουν και θα ελαχιστοποιήσουν την επιρροή των ηλεκτρονικών παιχνιδιών.

4. Οι γονείς είναι καλό να καλλιεργούν στο παιδί άνευ όρων αίσθημα ασφάλειας και σταθερότητας, που θα νικήσει εν τέλει τα δεινά της ατέρμονης βίας που μας περιβάλλει.

(Πηγή: «Τα Νέα» 13/3/2008)