Васильев Ю.А. Педагог дополнительного образования

**Компьютерные онлайн - игры , зависимость и психологические проблемы детей - игроманов.**

В настоящее время разговор о компьютерных играх – это в первую очередь разговор об онлайн – играх. Любая онлайн – игра – это прежде всего мини – социальная сеть, в которой в несколько ином виде, чем в соцсетях присутствуют деструктивные элементы, с которыми во время виртуального общения с незнакомыми людьми знакомятся дети. В игровых чатах они получают ссылки на закрытые группы, в которых идёт последующая обработка игрока. Плюс ко всему, онлайн – игры, это как правило один из эффективных инструментов вымогательства денег. Задача разработчиков простая – подсадить на игру, сформировать зависимость и заставить платить реальные деньги. К такому решению подводят поэтапно и незаметно, и у игрока создаётся впечатление , что это его самостоятельный выбор. Например, в популярной игре «World of Thanks», изначально даётся возможность для «прокачивания» танков на длительный период. Чтобы получить наилучший, нужно зарабатывать деньги за каждый бой, они даются понемногу, каждое улучшение стоит ещё дороже, и в итоге за скромный результат выполняется однообразная работа, которая приводит к раздражению и агрессии , т.к. игрок понимает, что на самом деле тратит свою жизнь впустую, но остановиться уже не может. По сути , в игре нет ни сценария , ни героев , но это затягивает, так как разработчики используют скрытые психологические техники для «втягивания» в игру. Много лет проработавший в Microsoft Джон Хопсон , писал в статье о поведенческом игровом дизайне так: «Любая зависимость складывается из трёх факторов – времени, активности и награды. Существует несчётное количество способов , при помощи которых эти три составляющих можно объединить друг с другом для того , чтобы геймер демонстрировал тот стереотип поведения , который нужен разработчику». Для увеличения времени используются бесполезные и однотипные задачи . Если детей увлечь каким – то занятием , а потом прервать его , то при первой же возможности они будут возвращаться к прерванному занятию. В играх это создаётся умышленно и непрерывно . Используется так называемый «эффект Овсянкиной» (возобновление прерванного действия , когда оно ещё не достигнуто). Игрок не только запоминает это , но и стремится завершить . Невыполнимая задача в игре вызывает напряжение , и до тех пор , пока она сохраняется , человек испытывает дискомфорт . Игры разработаны таким образом , что список никогда не будет закончен, как только завершается одна задача , тут же предлагается другая . Постоянно должно что – то оставаться недоделанным , чтобы игрок мог возвращаться в ловушку снова и снова . К примеру в «Доta» невозможно стать «номером один» во всех ролях и не понимая этой технологии слабовольный человек никогда не бросит в неё играть . Чтобы подсадить человека на игру , нужен ещё и дополнительный стимул , заставляющий игрока , раз за разом , выполнять все эти бесполезные действия . Психолог Фред Скиннер считал , что поведение человека лучше всего рассматривать как систему стимулов и вознаграждений и ещё в 60-х годах прошлого века разработал механизм , который теперь используют производители современных компьютерных игр . Проведя эксперимент с хомяком в клетке , где была установлена кнопка, на которую хомяку нужно было нажимать , чтобы получить еду , было установлено , что лучший способ – это чередование вероятности получения корма при нажатии на кнопку , после чего хомяк начинал нажимать на кнопку без остановки . Производители пользуются этим во всех играх . В «Warcraft» враги выбрасывают ценные предметы в случайном порядке , в «World of Thanks» выпадает то хорошая команда , то плохая . Думая , что выиграет следующий вариант , игрок «подсаживается» и вырабатывается рефлекс зависимости . С 2017 года, во многих играх начинают применяться так называемые loot box (сундуки с добычей) – виртуальные ящики , которые игрок покупает , как правило , за реальные деньги , в которых содержатся разные игровые предметы . Кроме эффекта вознаграждения , используется также технология последовательного приближения к цели . Это абсолютная прокачка ради прокачки . Например в «World of Thanks» , чтобы месяцами не прокачивать танк , разработчики предлагают за реальные деньги купить в премиум - аккаунте то , что игроку нужно и на такой выбор ведутся сотни тысяч игроков ежедневно , отдавая реальные деньги за нарисованные пиксели . Такое поведение конечно же программируется и, мы видим , как внешне вроде бы разумные люди , месяцами играют без остановки , проигрывая реальные деньги и впадая в тяжёлые психологические состояния , и лучший способ помочь им выйти из этого - это возможность разъяснить то , что на самом деле происходит . Для того, чтобы как можно дольше держать игрока у экрана , был придуман и внедрён динамический уровень сложности , который автоматически настраивается под уровень играющего с помощью искусственного интеллекта и контролирует интерес к игре. К тому же разработчики постоянно следят за тем , чтобы при критическом уровне снижать уровень атак , помня о том , что игра несмотря на ущерб здравому смыслу , в первую очередь должна развлекать , что видно в шутерах «Doom» , «Bioshok» и «Assassins Creed». Ещё одним приёмом удержания игрока у экрана является так называемая «ежедневка» - приём , при котором игрок , не возвращающийся регулярно в игру , начинает терять заработанные бонусы и достигнутые уровни , придуманные для того , чтобы геймер регулярно , хотя бы один раз в день зашёл в игру. И конечно же , все современные игры поощряют создание команд и объединений игроков , т.к. игроку придётся постоянно входить в игру , чтобы не подвести команду. Люди добровольно подсаживаются на игру только потому , что для них система поощрений реального мира более медленная и жестокая, чем в играх. В игре всё проще и предсказуемее, а вот в жизни и на работе всё по-другому. Инфантилизация общества , отсутствие идеологии у государства и воспитание традиционных ценностей в школе и медиапространстве порождают пустоту, которую с удовольствием заполняют производители игр. Происходит утилизация творческого потенциала , подмена реальной жизни в угоду производителям игр. Соцсети также используют элементы психологического воздействия , основанные на базовых человеческих потребностях в общении , одобрении и поддержке , распределении наград. Загнав людей в игры и соцсети , зная все их поведенческие алгоритмы, можно легко и просто ими управлять. Для детей не существует развлекательной информации, вся информация , какую они получают , является обучающей , и любая игра – это тренажёр , независимо от того , нравится она ему или нет. Невозможно управлять персонажем и быть против него , и ребёнок в любом случае сживается с персонажем и делает то , что прописано разработчиками в сценарии. Конечно , это не значит , что каждый подросток , наигравшись в «GТА» , сразу же пойдёт убивать , но независимо от характера и личности , главным эффектом таких игр является слом морального барьера. При долгой игре стирается грань между реальностью и действиями внутри игры. В США и странах ЕС существуют списки игр находящихся под запретом , у нас же ничего подобного нет до сих пор , и потому в вопросах охраны детей от опасной информации , наша страна находится на самом низком уровне. Как результат – дети плохо учатся или же не учатся совсем, становятся неадекватными, страдают от лишнего веса и психологических расстройств. С этим сталкиваются практически все семьи, чьи дети «подсаживаются» на онлайн – игры. В организме детей начинают происходить свойственные алкогольной и наркотической зависимости необратимые физиологические изменения. Когда ребёнок испытывает чувство азарта, происходит выработка большого количества стрессовых гормонов. Одним из них является кортизол, запускающий эндорфины и нейромедиаторы, выполняющие роль внутреннего наркотика. Когда ребёнок играет, этот внутренний наркотик выделяется постоянно и создаёт чувство эйфории, которое хочется повторить. Такое резкое вмешательство в психику создаёт так называемые «качели», когда за резким всплеском идёт более резкое падение и неизбежно возникает агрессия. В результате формируется механизм зависимости, нарушается обмен гармонов, что непосредственно приводит к нарушению обмена веществ и максимальной активации животных инстинктов. Проведённые исследования подтвердили, что компьютерные игры стимулируют лишь те участки мозга, которые отвечают за зрение и движение, но при этом останавливают развитие лобных долей мозга, отвечающих за поведение человека, память , эмоции и обучение, происходит падение умственных способностей. И наооборот, у детей, которые решают задачи, читают книги, занимаются музыкой, лобные доли развиваются. К тому же все компьютерные игры создают эффект, при котором не играя, ребёнок всё равно постоянно думает об игре. Мозг в таком состоянии не способен ни запоминать, ни обрабатывать информацию, ни тем более чему-нибудь учится, что впоследствии приводит к серьёзным проблемам. К тому же девочки и мальчики страдают от игровой зависимости по-разному. На компьютерные игры чаще «подсаживаются» мальчики. У них природное стремление к достижениям и развитию способностей, и потому игры устроены так, что складывается иллюзия победы, стимулирующая проводить за игрой больше времени. Девочки чаще всего становятся жертвами соцсетей, так как больше склонны к общению и построению социальных связей и «подсажены» на фотографии, комментарии, лайки, подарки и другие психологические уловки разработчиков. Подобные технологии манипулируют детьми и приводят к социальной изоляции, обрекая страдать в будущем, потому как их реальная жизнь не будет приносить им удовлетворения и пытаясь избавиться от этого, они продолжат играть и дальше. Ещё одной опасностью является огромное количество стримеров, блогеров и других мошенников, желающих заработать на игровой индустрии, в сети которых попадают ничего не подозревающие игроки. Одержимость новыми технологиями является внешне незаметным слиянием технических разработок и психологии, в результате чего создаются социальные сети и видеоигры. Специалисты, участвующие в разработке игровых продуктов делают всё для захвата внимания детей и собственной наживы. Технологии психологического влияния, применяемые в цифровых продуктах, обладают наркотическим эффектом, уводящим от реальной жизни, искажают и уродуют детство, легко контролируя разум ребёнка. Всё представленное выше говорит о необходимости самого серьёзного подхода к проблеме компьютерных игр, необходимости родительского контроля и внедрения эффективных мер по профилактике игровой зависимости среди детей и подростков в России.

Литература :

Афанасьев А.А. «Дети интернета, что они смотрят и кто ими управляет»

Базарный В.Ф. «Школа или конвейер биороботов?»

Вертушинский А.«Игродом. Что нужно знать о видеоиграх и игровой культуре»

Мейер С. «Сид Мейер: Жизнь в мире компьютерных игр»