

FIȘĂ INFORMATIVĂ Jocuri video și dependență

Voi transforma cursanții în dependenți de jocuri video?

Unul dintre miturile comune despre jocurile video este că jucătorii ajung să devină dependenți de ele și ajung să negligeze alte aspecte ale vieții lor. Deși au fost semnalate unele cazuri extreme de jucători care își petrec tot timpul la jocuri, aceasta nu ar trebui să influențeze decizia luată de profesori și educatori atunci când le introduc în clasă.

Este reală dependența de jocuri video?

Dezbaterea dacă dependența de jocurile video este reală sau nu, este încă recentă și foarte polarizantă.

În primul rând, la fel ca în cazul altor mituri negative ale jocurilor video, **jucătorii sunt obișnuiți ca hobby-ul lor să fie țap ispășitor** pentru practic orice defecțiune în societate. Faptul că non-jucătorii tind să acuze jocurile că provoacă astfel de probleme nu ajută la stabilirea unui dialog.

În al doilea rând, chiar dacă **Organizația Mondială a Sănătății (OMS) a definit o tulburare de joc** în 2018, psihologii și psihiatrii nu sunt toți de acord cu privire la baza științifică pentru o astfel de definiție și această decizie este încă percepută ca fiind controversată. De exemplu, în 2013, tulburarea jocurilor pe internet nu a fost inclusă ca tulburare în Manualul de diagnostic și statistică al tulburărilor mentale (DSM-5) al Asociației Americane de Psihiatrie, ci ca subiect care necesită cercetări suplimentare (Haelle, 2019).

În cele din urmă, **aceasta tulburare ar viza doar un procent mic de jucători**, deși

acest procent nu pare să fie stabilit încă. Pe majoritatea oamenilor, jocurile video, indiferent dacă sunt online sau offline, nu îi determină să sufere mental, social și comportamental (Brigham Young University, 2020).

Risc să îi fac pe elevii mei să joace prea mult?

Unele jocuri sunt create pentru a fi jucate la nesfârșit, altele sunt create pentru a fi jucate așa cum s-ar citi o carte: jocul are un început clar și un sfârșit clar și puteți reveni din când în când la anumite părți ale acestuia ca și cum ți-ar plăcea să citești paginile tale preferate într-o carte.

Unele jocuri sau momente dintr-un joc pot necesita multă concentrare, pot face ca utilizatorul să simtă emoții puternice sau să fie frustrat pentru că sunt dificile.



Sursa: Technology vector created by freepik - www.freepik.com

Aceste aspecte inerente îl pot obosi pe jucător și majoritatea jocurilor îl invită să ia pauze din când în când (fie prin mesaje explicite, oferindu-se să se pregătească înainte de o bătălie importantă, prin distribuirea punctelor de control sau salvarea punctelor pe tot parcursul jocului, etc.).

În mod similar, dacă vă invitați elevii să joace sau să revizuiască materialul jocului ca

parte a unei activități sau exercițiu, fie la clasă, fie acasă, este puțin probabil să dezvolte o tulburare de joc. La urma urmei, nu le veți cere să rămână online timp de 16 ore pentru a dezvolta un oraș sau o stație spațială într-un joc multiplayer online masiv (MMO). Sarcina pe care o veți propune va avea un obiectiv clar și este probabil să conțină o constrângere de timp, mai ales dacă se face în clasă. În plus, jocul pentru sine și jocul pentru clasă nu este același lucru: chiar dacă elevii își dezvoltă interesul pentru cel pe care îl propuneți, este puțin probabil să-și petreacă tot timpul cu el.

Jucătorii și non-jucătorii ar trebui să fie mai conștienți de mecanismele de reținere a jucătorilor

Unele jocuri pot părea „captivante” pentru non-jucători, deoarece pot conduce sau încuraja omul să le utilizeze în mod regulat sau timp de câteva ore. Atâta timp cât jucătorul se distrează și rămâne în controlul acestor mecanisme, ele nu duc la comportamente dependente.

Modelul de afaceri al unora dintre acestea este construit pe mecanica de păstrare a jucătorilor care îi determină să revină în mod regulat. De exemplu, un individ care se conectează în fiecare zi, chiar și fără să joace, timp de câteva zile la rând ar putea obține recompense (puncte, noi puteri, abilități etc.). Alții trebuie să se alăture grupurilor pentru a finaliza sarcinile împreună în același timp. Unele dintre aceste mecanisme urmăresc să facă jocul distractiv (de exemplu jocul cu alții), dar altele sunt create de echipe de marketing pentru a genera mai multe venituri.

Astfel de mecanisme, atunci când jucătorul nu este conștient de impactul lor, s-ar putea să nu-l facă dependent din punct de vedere clinic, dar ar putea estompa linia dintre a juca pentru distracție sau a juca pentru că trebuie sau pentru că jocul îi obligă.

Organizații legate de evenimente precum Ziua Internetului mai Sigur

(<https://www.saferinternetday.org/>) pot oferi informații interesante pentru a înțelege și a discuta aceste subiecte. De exemplu, Childnet.com (Marea Britanie) în engleză:

<https://www.childnet.com/teachers-and-professionals/hot-topics/gaming>

REFERINȚE

Brigham Young University (2020) "Is video game addiction real?." ScienceDaily. ScienceDaily, 13 May 2020. Available at: www.sciencedaily.com/releases/2020/05/200513143803.htm

Cario, E. (2021, February 6th) '«Fortnite» : et si Brigitte Macron avait raison ?', Libération. Available at: https://www.liberation.fr/idees-et-debats/opinions/fornite-et-si-brigitte-macron-avait-raison-20210206_MVQMWPVCYJDPNLDXWTF4E5KHSE/

Jabr, F. (2019, October 19th) 'Can you really be addicted to video games', The New York Times Magazine. Available at: <https://www.nytimes.com/2019/10/22/magazine/can-you-really-be-addicted-to-video-games.html>

Haelle, T. (2019, January 1st) 'Don't Hate the Player: Controversy Over Gaming as Mental Disorder Levels Up'. PsychiatryAdvisor.com. Available at: <https://www.psychiatryadvisor.com/home/topics/general-psychiatry/dont-hate-the-player-controversy-over-gaming-as-mental-disorder-levels-up/>

Lopez, G. (2019, December 6th) 'Video game addiction is real, rare, and poorly understood', Vox.com. Available at: <https://www.vox.com/science-and-health/2018/12/6/18050680/video-game-addiction-gaming-disorder-who>

Przybylski, A. K., Weinstein, N., Murayama, K. (2016) 'Internet Gaming Disorder: Investigating the Clinical Relevance of a New Phenomenon'. The American Journal of Psychiatry. Available at: <https://ajp.psychiatryonline.org/doi/10.1176/appi.ajp.2016.16020224>

World Health Organization (2018, September 11th) 'Addictive behaviours : gaming disorders'. Available at: <https://www.who.int/news-room/q-a-detail/addictive-behaviours-gaming-disorder>

Proiectul #Gaming4skills a fost finanțat cu suportul Comisiei Europene. Sprijinul acordat de Comisia Europeană pentru elaborarea acestei publicații nu constituie o aprobare a conținutului, care reflectă doar opiniile autorilor, iar Comisia nu poate fi trasă la răspundere pentru orice utilizare a informațiilor conținute în aceasta.

Numărul de referință al proiectului: 2020-1-FR01-KA201-080669

<https://www.gaming4skills.eu/>

#gaming4skills