

RODZICU! CZY WIESZ, W CO GRA TWOJE DZIECKO?



Dla niektórych osób dość szokujące mogą być informacje podawane niekiedy przez media o terapeutycznym zastosowaniu gier komputerowych – chociażby to, że ich wpływ może wspierać proces rehabilitacji (np. poprawiać poziom koncentracji uwagi u pacjentów z urazami czaszkowo – mózgowymi) - o ile odbywa się pod okiem specjalisty. Istnieje też druga strona medalu – szkodliwy wpływ gier na organizm i psychikę dziecka. Szczególnie w przypadku małych dzieci gry naszpikowane agresją mogą powodować jej wzrost w zachowaniach maluchów. Niekontrolowany czas spędzany przez dziecko przed komputerem / laptopem albo z telefonem w dłoni, atrakcyjność gry dzięki zastosowanym w niej efektom wizualnym i dźwiękowym oraz wewnętrzna potrzeba rywalizacji, mogą przyczynić się do powstania uzależnienia od gier komputerowych.

Zachowania dziecka, które powinny zaniepokoić Rodzica to m.in.:

- codzienna gra w gry komputerowe,
- częsta gra przez bardzo długi czas (do 3 godzin dziennie),
- złość i irytacja dziecka w sytuacji niemożności zagrania,
- zaniedbywanie kontaktów z rówieśnikami i tych form aktywności, które dotychczas sprawiały dziecku przyjemność (np. sport),
- granie w gry zamiast odrabiania lekcji lub wypełniania swoich obowiązków domowych.



CO MOŻE ZROBIĆ RODZIC, ABY ZAPOBIEC UZALEŻNIANIU SWOJEGO DZIECKA
OD GIER KOMPUTEROWYCH:

- sprawdzać treść gry przed jej zakupem (pomocne mogą być PEGI),
- stosować się do zaleceń producenta gry nt. jej potencjalnego ryzyka,
- razem z dzieckiem wybierać gry i podsuwać mu mądre propozycje – np. gry edukacyjne,
- rozmawiać z dzieckiem o treści gier, aby zrozumiało różnice pomiędzy światem realnym a wirtualnym, a gdy dziecko nie chce rozmawiać – sprawdzić opis gry w Internecie,
 - mieć na uwadze to, aby gra nie stała się obsesją dziecka,
- zachęcać dziecko do ruchu na świeżym powietrzu – spędzać czas razem z dzieckiem, pomagać mu w organizacji czasu wolnego,
- ustalać limity i zasady dotyczące grania np. przez 30 minut dziennie i tylko po odrobieniu zadań domowych,
 - zachęcać dziecko, aby postępowało zgodnie z zaleceniami producenta gry, np.: zachowywało odpowiednią odległość od komputera, właściwe oświetlenie,
- jeśli pomimo zakazów dziecko dużo gra, można zabrać mu sprzęt komputerowy lub odciąć dostęp do Internetu na jakiś czas, po którym należy dziecku oddać sprzęt na warunkach określonych przez rodzica.

Granie w gry komputerowe, obok nauki, pomocy w gospodarstwie domowym, spotkań ze znajomymi w świecie realnym, powinno być jedną z wielu aktywności, w której uczestniczy Państwa dziecko, a nie jedyną.

Symbole na grach komputerowych wg europejskiego systemu ich oceniania (PEGI)



Wulgarny język

W grze jest używany wulgarny język.



Dyskryminacja

Gra pokazuje przypadki dyskryminacji lub zawiera materiały, które mogą do niej zachęcać.



Narkotyki

W grze pojawiają się nawiązania do narkotyków lub jest pokazane zażywanie narkotyków.



Strach

Gra może przestraszyć młodsze dzieci.



Hazard

Gry, które zachęcają do uprawiania hazardu lub go uczą.



Seks

W grze pojawiają się nagość i/lub zachowania seksualne lub nawiązania do zachowań o charakterze seksualnym.



Przemoc

Gra zawiera elementy przemocy.



Online gameplay

W grę można grać online

Opracowanie broszury: pedagog K. Wiśniewska-Dudzińska,
na podst.: M. Griffiths, Gry i hazard. Uzależnienia dzieci w okresie dorostania, Gdańsk 2004.