

## وقتی بازی، شما را جدا می‌کند

استفاده فرزندان از بازی‌های رایانه‌ای، طی سالیان اخیر به‌عنوان یک بعد مهم از جنبه‌های سرگرمی، بسیار حائز اهمیت است...



استفاده فرزندان از بازی‌های رایانه‌ای، طی سالیان اخیر به‌عنوان یک بعد مهم از جنبه‌های سرگرمی، بسیار حائز اهمیت است. بسیاری ترجیح می‌دهند خلوت خود را با این بازی‌ها بگذرانند و از هیجان این بازی‌ها لذت ببرند. با اشاعه فرهنگ رایانه‌ای در میان خانواده‌های ایرانی، دیگر کمتر کسی یافت می‌شود که نسبت به این قبیل بازی‌ها بی‌تفاوت باشد. حتی در مواردی دیده شده که خانواده‌ها در اثر فشار فرزندان، اقدام به خرید رایانه می‌کنند.

قیمت فوق‌العاده پایین این بازی‌ها و به علاوه در دسترس بودن زمینه‌های اجرایی آن، سبب شده تا فرزندان از این بازی‌ها به‌عنوان یکی از مهم‌ترین جنبه‌های تفریحی حیات خود نام ببرند. ضمن اینکه تعدد موضوعی این بازی‌ها نیز موجب شده تا فرزندان حق‌انتخاب داشته باشند و این یعنی راه رفتن در مسیر خودآگاه و دلخواه. لذت محیطی که از این بازی‌ها به کودک دست می‌دهد موجب جایگزینی بسیاری از اصلیات زندگی او می‌شود. او حاضر است اوقات درس، تفریح خارج از خانه، مهمانی‌ها و حتی وقت خواب را در ازای بازی‌های رایانه‌ای بدهد و اصلاً هم از این اقدام پشیمان نشود.

آنچه مسلم است اینکه این بازی‌ها نمی‌توانند استقلال ثابتی را برای شخصیت فرزند به بار آورند، وقتی فرزند شما از خلاقیت‌های خود در جهت پیشبرد این بازی‌ها استفاده می‌کند و در این راه فشار بسیار زیادی را نیز متحمل می‌شود طبعاً می‌بایست جایگزین خوبی برای هدر رفتن این انرژی سراغ داشته باشد. حال سؤال این است که آن انرژی چه چیزی است؟ پاسخ کاملاً روشن است؛ وقتی فرزند با بنیه‌ای قوی این بازی‌ها را شروع می‌کند تا زمانی که دست از آن می‌کشد (فارغ از بازه زمانی آن) با توجه به میزان انرژی و هیجانی که تخلیه می‌کند، آیا بعد از انجام بازی قادر خواهد بود به فعالیت‌های دیگری چون مطالعه، مهمانی یا ورزش بپردازد؟ این بازی‌ها چنان در تار و پود او رخنه می‌کنند که او حتی در کلاس هم به فکر تعطیلی هر چه زودتر و ارتقای امتیاز یا موقعیت خود در بازی است.

اعتیاد به این بازی‌ها در هیچ سنی نمی‌تواند به‌طور کامل فروکش کند. این را می‌توان از تعدد گیم‌نت‌ها در سطح شهر و تبدیل کافی‌نت‌ها به گیم‌نت فهمید. این موضوع در خارج از ایران نیز مطرح است، به‌گونه‌ای که طی یک نظرسنجی معتبر، متوسط سنی افراد برای بازی‌های رایانه‌ای در کشورهای آمریکایی و اروپایی بالای 30 سال و حتی در برخی موارد 39 سال گزارش شده است!

این بازی‌ها به سبب تجمع لذاتی نظیر هیجان‌زایی مداوم، منعطف بودن ساختار و آرامشی که در پناه آن به فرد دست می‌دهد سبب‌شده تا فرزندان از ورزش‌های اصلی نظیر فوتبال، والیبال و... استفاده نکرده و اکثر وقت خود را پای این بازی‌ها بگذرانند و بدین ترتیب سلامت جسمی و درونی خود را به مخاطره اندازند.

طبیعتاً محدود بودن روابط افراد در خانواده‌ها سبب شده تا فرزندان، گرایش بیشتری به بازی‌های رایانه‌ای داشته باشند و به بی‌حسی روانی دچار شوند. در این بازی‌ها، شیوه آزمون و خطا وجود دارد و از این‌رو فرزندان، علاقه بیشتری به ادامه بازی پیدا می‌کنند، به این صورت که اگر فرزند در مرحله اول بازی با شکست مواجه شد می‌تواند آن مرحله را دوباره تکرار کند که این مسئله برای آنان چالش‌برانگیز است و در عین حال حس کنجکاویشان را نیز تقویت می‌کند.

بازی‌های رایانه‌ای سبب گرایش فرد به سمت درونگرایی و این امر منجر به کم‌رنگ شدن فعالیت‌های اجتماعی وی می‌شود. این قبیل بازی‌ها، وابستگی، افسردگی و تحریک‌پذیری را در فرد افزایش می‌دهد و سبب عادت‌کردن بیشتر او به استفاده از رایانه می‌شود.

اما بزرگ‌ترین خطر استفاده مفرط از این بازی‌ها را باید در کاهش میل اجتماعی فرزند تلقی کرد. وقتی فرد در پناه توسل به این بازی‌ها تمامی آمال خود را تحقق یافته می‌بیند، دیگر ترجیح می‌دهد کمتر در گروه دوستان ظاهر شود.

او مهمانی‌های مختلف را قربانی این بازی‌های هیجان‌انگیز می‌کند و هیچ وقتی را برای ورزش، تفریح و اجتماعی شدن خود در نظر نمی‌گیرد و این یعنی اختلال در سیستم شخصیت فرد چرا که وی هیچ برنامه مدونی برای خود نداشته و ساعات استراحت او نیز مختل می‌شود. او با اکراه به سمت اموری چون درس خواندن، استحمام و... می‌رود و از انجام اموری که وجودشان را ضروری نمی‌بیند سر باز می‌زند.

با توجه به قرار گرفتن فرزندان در یک رده سنی خاص و بی‌توجهی طراحان برخی بازی‌ها به شئون اخلاقی، بحران‌های این‌چنینی نیز می‌تواند دامنگیر عزت نفس فرزند شده و او را از مسیر اخلاقی صحیح منحرف کند؛ بنابراین نظارت والدین بر نوع بازی فرزندان بسیار حائز اهمیت است. آمارها نشان می‌دهند که جنسیت، ترکیب سنی بچه‌ها و ویژگی‌های فردی دختر و پسر، ارتباط مستقیمی با بازی‌های رایانه‌ای دارند به‌گونه‌ای که پسرها تمایل بیشتری به تجسم فضایی و بازی با پدیده‌های

تصویری دارند.

همچنین آنها به بازی‌هایی اقبال بیشتری نشان می‌دهند که این خود به نوعی ترویج آموزش پرخاشگری درونی در فرزند است اما دختران بیشتر به دنبال بازی‌های فانتزی و منعطف هستند که عاری از خشونت باشد. از دیدگاه کلی و فارغ از ژانر بازی، اعتیاد فرزندان به این بازی‌ها و الزام در اصل فرض کردن این امورات در زندگی شبانه‌روزی به‌عنوان عاملی نگران‌کننده، همواره از سوی کارشناسان روانشناس به خانواده‌ها تذکر داده می‌شود.

نیمه پر لیوان

در کنار تمام معایب ریز و درشتی که بازی‌های رایانه‌ای به همراه دارند از مزایایی نیز برخوردارند. عمده این مزایا را می‌توان در مواردی چون ایجاد چالش ذهنی، توسعه خلاقیت کودک، افزایش حس کنجکاوی و خیال‌پردازی، افزایش قدرت تصمیم‌گیری، تخلیه هیجانی، افزایش حس خیرخواهانه و مبتکرانه برخورد کردن با جریانات خلاصه کرد.

وقتی فرزند شما وارد دنیای این بازی‌ها می‌شود با چالشی مواجه می‌شود به نام تلاش که با زبده‌گی به پیروزی مبدل می‌شود و با بی‌دقتی به شکست، این فضا فی‌نفسه چالش‌انگیز است و سبب می‌شود کودک به‌صورت ناخودآگاه تأثیرات فراوانی را در اثر این بازی‌ها در خود نهادینه سازد. به همین دلیل او می‌تواند در زندگی بیرونی خود مسائل را با احتمالات موجود، تحلیل کرده و آنالیز کند.

در ادامه پروسه چالش و از آنجایی که در فکر برد است به خلاقیت متوسل می‌شود. این خلاقیت می‌تواند شامل مواردی چون میانبر زدن، یاد گرفتن برخی حرکت‌های غیرضروری اما حساس و در نتیجه پایین آوردن زمان بازی و دست یافتن به امتیاز لازم باشد که تمامی این جریانات به توسعه خلاق‌مدارانه ذهن کودک، کمک شایان توجهی می‌کند و این بازپروری خلاقیت همواره در وجود او ساری و جاری خواهد ماند.

از آنجایی که این بازی‌ها در فضایی فانتزی و مجازی رخ می‌دهند بی‌آنکه خود کودک متوجه شود، هجمه‌ای از کنجکاوی و خیال‌پردازی به سراغ او می‌آیند که وی را به ادامه بازی مصمم می‌کند. ورود این حواس به‌وجود درونی فرزند سبب می‌شود تا او بیشتر به مسائلی چون کتابخوانی، نجوم، زندگی‌های پیشین و... علاقه‌مند شود و نسبت به پیگیری آنها رغبت نشان دهد. با توجه به محدودیت‌زمان بازی و اتخاذ یک تصمیم فوری اما درست، کودک می‌تواند به افزایش قدرت تصمیم‌گیری خود کمک کند و یاد بگیرد که در مواقع حساس زندگی تمامی راه‌ها را در نظر گرفته و نسبت به اتخاذ تصمیم درست در لحظات بحرانی عاقلانه عمل کند.

اما مشترک‌ترین وجه بازی‌های رایانه‌ای با دیگر ورزش‌ها را باید در عنصر تخلیه هیجانی فرزندان خلاصه کرد چرا که افراد در جریان این بازی‌ها نیز می‌توانند به راحتی به تخلیه هیجان و بروز احساسات مختلف از سوی خود بپردازند و دیگران را نیز تحریک کنند.

پس بسیار بی‌انصافی است اگر فلسفه وجودی این بازی‌ها را فقط به بارور کردن ضعف‌هایی ساختاری مربوط بدانیم. بسیاری از مزایایی که به‌عنوان نقاط مثبت این بازی‌ها عنوان شد اثراتی بلندمدت داشته که در صورت نهادینه‌شدن فقط و فقط به موفقیت هر چه بیشتر در زندگی آینده‌شان منجر می‌شود؛ این یعنی راه‌رفتن روی خط موفقیت.

مجتبی اردشیری