

Bilgisayar Oyunlarının Zararları

Modern dünyanın en önemli gereksinimlerinden biri olan bilgisayar kullanımı günümüzde hem çocuklarımız için hem de bizler için tehlike sinyalleri vermeye başladı.

Bilgisayar kullanımı okul öncesi çağına kadar inmiştir ve çocuklar tıpkı yetişkinler gibi internetin her türlü olanaklarından yararlanmaktadırlar.

Çocuklar, adeta bilgisayar oyunlarının içine hapsolmakta, sanal dünyanın içinden çıkamaz halde saatlerce ekran karşısında durmaktadırlar.

BİLGİSAYAR OYUNLARININ ETKİLERİ

Bilgisayar kullanımının dozunu tutturamayan kullanıcılar

Bilgisayar kullanıcıları, tüm gün ve gece bilgisayar başından kalkmadan oyundaki karakterini yöneten, hayattan kopuk kişiler haline geliyor. Çocuklar odadan çıkmaya, hatta su, tuvalet gibi ihtiyaçlarını bile karşılamaya gerek duymuyor. Yarattığı sanal dünya içinde kendine yer edinmeye çalışıyor. Yüz yüze iletişim yerine sanal dünyayı tercih ediyor. Çekingen ve sosyal ortamdan uzak duran bu çocuklar, sosyal anksiyete rahatsızlığına sahip olmakta, internet ve online oyunları bağımlılık halinde kullanmaktadır.

Ortaya Çıkabilecek Başlıca Problemler

Hiperaktivite davranışlar: Saatlerce bilgisayar başında hareketsiz kalan çocuklar enerjilerini boşaltamamaktadırlar. Enerjilerini boşaltamamaları ve oyunlardaki bir takım öğeler çocukların daha çok saldırgan ve hırçın olmasına sebep olmaktadır.

Şiddeti Normal Görme: Oyunlardaki şiddet, çocuğun gerçek yaşamda da bunu normal görmesine sebep olmaktadır. Son zamanlarda çocuk suçlu sayısının artmasında bu oyunların etkisi dikkate alınmalıdır.

Epilepsi Nöbetleri: Ekranda yayılan radyasyon, epilepsi (sara) nöbetlerine sebep olabilir. Bilgisayarın bu zararı çok da dikkate alınmamaktadır.

OYUNLARIN YARARI DA VAR ANCAK!

Dünya çapında bir çok fakültede bu konuda araştırmalar yapılmış ve sonuç olarak aşırıya kaçılmadığı takdirde bilgisayar oyunlarının özellikle zeka konusunda çok yararlı olduğu keşfedilmiştir.

Bu araştırmaların en önemlilerinden biri Norwich'teki City College'dan Profesör Jack Sanger'ın, 100 ilkokul çocuğu üzerinde yaptığı deneydir. Sagner'in bu araştırma ile amaçladığı, bilgisayar oyunlarının çocuklar üzerinde etkisidir. Bu çocuklara, gerek strateji, gerek kanlı FPS, gerekse Adventure türünde birçok oyunlar oynatılmış ve daha sonra hareketlerindeki değişimler gözlenmiştir.

Bir diğerk araştırma California Üniversitesi'nde Patricia Greenfield'in yaptığı deneylerde ise bilgisayar oyunlarının, çocuğun sembolik kodları çözüme yeteneğini ve analitik düşünmesini geliştirdiğini ortaya koymuştur. Ayrıca bunun gibi Washington Üniversitesi ve birçok özel kuruluş tarafından yapılan deneylerde, bilgisayar oyunları oynayan çocukların teoriyi pratiğe dönüştürmekte çok daha başarılı olduklarını bazı sorunlarda da diğerk yaşlılarından daha zeki oldukları saptanmıştır.

Sosyal etkinliklerde ise oyunların bir sohbet konusu olduğunu ve arkadaş bulmakta bir araç olarak kullanıldığı, bu sayede sosyal bir çevre edinildiği, zira oyunların bazı sosyal çevrelere adapte olmakta kişiye zorluklar çıkardığı ve kimi kişiliklerde içedönüklük yarattığı saptanmıştır.

Kültürel özelliklerine gelince, bilgisayar oyunlarının büyük bir çoğunluğunun İngilizce olması kuşkusuz kişinin bu dile merakını artırır, pratiği ve telaffuzu geliştirir.



Ancak tüm bu olumlu kazanımlar aşırıya kaçılmadığı takdirde geçerlidir.

AİLELER, MESELENİN CİDDİYETİNİ KAVRAMAKTAN UZAK

Bazı oyunların içerdikleri şiddet ve cinsellik nedeniyle ailelerin bu konunun üstünde çok daha fazla durmaları gerekiyor. Oyunların üzerinde alıcıları uyaran yazılar bulunuyor ancak ailelerin bunları çok fazla önemsemiyor.

Satıcılar, satılması yasak ürünleri satıyor

Satıcılar da, çocukların almaları yasaklanmış oyunları satmak konusunda özensiz davranıyor.

ÇÖZÜM YOLLARI

En önemli çözüm, "ilgi"dir. Yeterince ilgilenilmeyen çocuklar daha çok bilgisayar başındadır...

Anne babalar, "aile birliği"ne önem vermelidir. Eşler, çocuklarına ve birbirine zaman ayırmalıdır. Eğer aile üyeleri saatlerce televizyona, dizilere dalmakta veya tüm zamanını gece ziyaretlerine ayırıyorsa çok büyük bir sorun var demektir. Televizyonun başından ayrılmayan ebeveynler, çocuklarına ders çalışma alışkanlığı kazandıramazlar. Ne kadar çalışılması gerektiğini anlatırlarsa anlatsınlar, anlattıkları adeta masal gibi gelecektir çocuklar için. Önce anne baba televizyon ve bilgisayarın başından ayrılmalı ve örnek olmalıdır.

Anne babalar emir-komut vermemeli; çocuklarını dinlemeli, onlara sevgisini söz ve davranışla göstermeli, kaygılarını, korkularını, sorunlarını dinlemeli, birlikte çözüm bulmalıdır. Ailelerin belli bir ölçüde bu tip oyunlara kısıtlama getirmesi, çocukların sosyal aktivitelere motive edilmesi bilgisayardan uzaklaşmanın en önemli yoludur.

Çocukların grup olarak yapacakları spor oyunları çözüm olabilir. Böylece hem çocuk sosyalleşecek ve yeni arkadaşlar edinecek hem de zamanını bilgisayar ve televizyona ayırmayacaktır.

Sorun aslında tahmin edilenden daha büyük. "İnternet bağımlılığı" adıyla yeni bir hastalık literatüre girmiştir. Sırf bu bağımlılıktan boşanan eşler, parçalanan aileler var.

Lütfen çok geç olmadan çocuklarınıza gerekli ilgiyi gösterin.

Hazırlayan: Psikolog Nilüfer Şişman