Вплив комп'ютерних ігор на поведінку людей уже ні в кого не викликає сумніву. Комп'ютерні ігри для багатьох дітей стали важливіше підручників, а для багатьох дорослих - цікавіше міжособистого спілкування, телевізора й книг. У людства виник новий вид діяльності: комп'ютерні ігри.

Основні причини потягу до комп'ютерних ігор

Комп'ютерні ігри привертають увагу як молодих, так і дорослих людей. Але досвід показує, що на підлітків вони частіше впливають негативно, чим на інші вікові групи. За спробу сховатися у віртуальному світі від труднощів світу реального підліток платить високу ціну. Вимоги повсякденного життя ростуть, а досвіду спілкування з людьми, досвіду рішення реальних життєвих питань підліток не здобуває. Жити в реальному світі стає усе сутужніше. І тому комп'ютер поступово стає єдиним джерелом пошуку нових відчуттів і переживань. Уразлива дитина зі слабкою психікою знаходить у комп'ютері старшого друга, що не стане знущатися над ним.

Дехто сприймає розумну машину як могутній інтелект, з яким цікаво змагатися. Внаслідок цього все більше часу молода людина проводить за комп'ютером. Коло колишніх інтересів відповідно звужується. Взаємини з батьками втрачають емоційну теплоту, стають формальними. Батьків починають сприймати лише як засіб для одержання грошей і як перешкоду для спілкування з комп'ютером. А ті в такій ситуації звичайно або намагаються обмежити заняття на комп'ютері, або зовсім заборонити, і тим лише цілком збільшують конфлікт. Наростає взаємне нерозуміння, недовіра, постійно звучать докори на адресу один одного, від яких діти намагаються сховатися у віртуальній реальності. Посилення батьківського контролю продовжує розвиток "порочного кола". І таким чином комп'ютер перетворюється з корисного інструмента у фактор хвороби.

Не секрет, що здобуваючи персональний комп'ютер, батьки надіялись на розширення можливостей домашньої освіти для дитини, адже відомо, що кількість навчальних ігрових програм сьогодні величезна. Але досить часто виникає несподівана ситуація: дитина з отриманим практично безмежним інформаційним ресурсом просто грає. Спочатку це навіть зручно дорослим, - по-перше, вона у них на очах, а не блукає невідомо де; по-друге, тихо сидить і нікому не заважає; по-третє, начебто чимось розумним зайнята, і взагалі знання комп'ютера сьогодні скрізь знадобляться. Але негативний вплив довгих годин, проведених у віртуальній реальності, батьки, на жаль, не помічають. І це явище може погано позначитися не тільки на їхніх дітях, але і на стосунках з ними, навіть на сімейному кліматі взагалі.

Комп'ютерні ігри є одним з новітніх видів масової культури, для якої властиві специфічні ціннісні орієнтації, негласні норми і правила. їм властиві тиражування елементів культури за допомогою сучасних технічних засобів; зниження значення ролі антропоморфних образів і гуманістичних принципів, зниження рівня розуміння соціокультурних творів і перетворення духовної культури в індустрію масової свідомості.

Цільові цінності безпосередньо зв'язані з досягненням основної мети в іграх можуть мати як егоцентричний характер (перемога, багатство, влада, лідерство, слава і пошана), так і цілком альтруїстичний (патріотизм, космополітизм, почуття морального обов'язку і відповідальності, професійний і військовий обов'язок, свобода, світ і добробут, родинні почуття, дружба, любов).

Однак, при всій значимості цінностей другої групи, їхнє місце в грі незначне. Вони служать лише для побудови сюжетного задуму й в ігровому процесі відходять на другий план.

Тиражування «життів» разом з «безсмертям» констатує заперечення поняття людського життя як існування біологічного організму в ігровій реальності. Це змінює і відношення до насильства, що у більшості випадків наділяється підкреслено реалістичним характером. Іноді насильницькі в ігровому контексті дії разом з викликаними ними відповідними реакціями і складають у сукупності процес розвитку сюжетної дії, спрямований на досягнення найчастіше майже ідеальної сюжетної мети. У деяких новітніх іграх бали *нараховуються по кількості знищених людей!* Сценарії більшості агресивних комп'ютерних ігор досить примітивні, і граюча в них дитина лише робить ряд простих дій, доведених до автоматизму. Від нього потребується швидка реакція, уміння контролювати візуально відразу кілька об'єктів, уміння не відволікатися на зовнішні подразники.

Монотонність дій, висока емоційна напруга, націленість і чітке виділення результату приводить до того, що граючий впадає в *напівгіпнотичний стан,* так називаний стан *«бойового трансу»,* перетворюється у *біоробота,* програма якого містить у більшості випадків установки на знищення усього, що рухається.

Неважко уявити собі дитину, яку хтось з батьків відриває від захоплюючої гри, коли перемога вже зовсім близька. У такий момент вона сприймає їх як перешкоду на шляху до успіху (а перешкоди в комп'ютерних іграх, як правило, знищуються).

У некерованому ігровому процесі рано чи пізно виникають ситуації, коли щось стає перешкодою.. Тоді весь світ наповнюється ворожістю в очах дитини, охопленою «однією, але полум'яною пристрастю» - продовжити гру. І вона продовжує її у реальному світі , існує ризик виникнення афективного спалаху, що виразиться в агресії стосовно близькихі і рідних.

Комп’ютерна залежність

Проблема комп'ютерної залежності не вважається такою страшною в соціальному плані, як наркотична або алкогольна, а юридично взагалі не викликає питань. Проте, вона є однією з форм так званої ***«аддиктивної поведінки»,*** що характеризується прагненням до відходу від реальності за допомогою зміни свого психічного стану. По силі руйнівного впливу на особистість і на родину, комп'ютерна залежність зрівнюється з наркотичною. Деякі пацієнти лікарень розповідають, що до знайомства з наркотиками мали всі ознаки комп'ютерної залежності.

***Комп'ютерна залежність*** *-* це розлад вольового контролю, не викликаного хімічними речовинами. Багатогодинне просиджування за комп'ютером, дискомфорт у реальному житті, порушення сну, нервове і фізичне виснаження - все це симптоми цієї нової психічної хвороби, такої ж нещадної як наркоманія, алкоголізм і паління, з тією лише різницею, що руйнує повільніше. Хворі навіть поводяться однаково: і алкоголік, і наркоман, і курець в один голос стверджують, що «просто пустують, але можуть кинути». У практиці американських психоаналітиків чимало випадків, коли, "підсівши на комп'ютери", люди забували про власних дітей, кидали роботу, подавали на розлучення. Саме жахливе, що потерпілі починали оцінювати ситуацію вже постфактум.

Люди, які довгий час проводять у комп'ютерних іграх, називаються ***комп'ютерними наркоманами.*** При звичайній наркоманії існує психофізична залежність, а при даній - залежність відходить від комп'ютера. Ігромани одержують від нього задоволення і не можуть без нього обійтися.

Взагалі термін «комп'ютерний наркоман» - не науковий. У медицині він називається *«комп'ютерний психоз» -* розлад особистості, крайній прояв патологічного захоплення. Людина не може відірватися від комп'ютера, починає переживати емоції фантастичного змісту, втрачає почуття реальності і поводиться зовсім неадекватно. Найстрашніше в цьому те, що *немає критичного відношення* до власної поведінки. Такі люди дуже потайливі, не про що не хочуть говорити. Комп'ютер - єдине на чому вони розкриваються.

Отже, стосовно **негативного впливу** ігрової комп'ютерної культури на стан психічного здоров’я школярів, слід зазначити розвиток у користувачів комп'ютерної залежності, та таких рис девіантноі поведінки, як *мінливість, підвищена дратівливість, схильність до протиправних дій, щ*о ведуть до ворожого сприйняття навколишнього соціального світу. У гравців *загублене прагнення до дій у реальній ситуації ризику,* підвищений стан внутрішньої психічної напруги, вони *не вміють виходити зі стресових ситуацій.*

До негативних особистісних трансформацій відносяться також: *зниження інтелектуальних здібностей людини при спрощені вирішення задач* за допомогою комп'ютера, зведення процесів рішення до формально-логічних компонентів, а також - при наявності "кібернетичного розладу" - відбувається десоціалізація особистості.