

ΒΙΝΤΕΟΠΑΙΧΝΙΔΙΑ

Ελάχιστα είναι σήμερα τα παιδιά που δεν έχουν περάσει ώρες επί ωρών μπροστά στην οθόνη του υπολογιστή παίζοντας ένα από τα εκατοντάδες videogames. Τα περισσότερα εξ αυτών απευθύνονται, κυρίως στα αγόρια σχολικής ηλικίας.

Ολοένα και περισσότερα μικρά παιδιά και έφηβοι επιλέγουν σήμερα να μένουν στο σπίτι προκειμένου να παίξουν αυτά τα παιχνίδια στο Διαδίκτυο, τα οποία παρέχονται δωρεάν. Και μπορεί να ονομάζονται παιχνίδια, δεν είναι, όμως, καθόλου αθώα, αφού σε πολλές περιπτώσεις προκαλούν εξάρτηση, εγείροντας ανησυχία σε γονείς, εκπαιδευτικούς, αλλά και τους ειδικούς ψυχικής υγείας. Μάλιστα, ενώ οι γονείς βάζουν όρια, ο εθισμός αυξάνεται, όπως εξηγεί στο CNN Greece ο Δρ. Κωνσταντίνος Σιώμος, ψυχίατρος παιδιών και εφήβων και πρόεδρος της Ελληνικής Εταιρείας Μελέτης της Διαταραχής Εθισμού στο Διαδίκτυο, ο οποίος προειδοποιεί ότι το φαινόμενο δεν έχει ακόμα κορυφωθεί.

Τον Ιούνιο του 2018, ο Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας (ΠΟΥ), αναγνώρισε τον εθισμό στα video games ως ψυχική διαταραχή, συμπεριλαμβανοντάς τον στον επίσημο κατάλογο όλων των ασθενειών με την ονομασία «διαταραχή ηλεκτρονικού παιχνιδιού» (Gaming Disorder).

Είναι ένα υπαρκτό και σοβαρό πρόβλημα ψυχικής υγείας και ως τέτοιο πρέπει να αντιμετωπίζεται από κατάλληλα εκπαιδευμένους επαγγελματίες του αντίστοιχου χώρου (Ψυχιάτρους, Κλινικούς Ψυχολόγους). Μάλιστα, πολύ σύντομα, η θεραπεία του εξαρτημένου ατόμου θα καλύπτεται από τα ασφαλιστικά ταμεία.

Πλήρης αποδιοργάνωση του παιδιού

Οι αρνητικές συνέπειες, όπως σε όλα τα είδη εθισμού, είναι πολύ σοβαρές: Το εξαρτημένο παιδί αποδιοργανώνεται σε όλα τα επίπεδα, ενώ επηρεάζονται όλοι οι τομείς της ζωής του (προσωπικός, οικογενειακός, κοινωνικός, εκπαιδευτικός). Πολλά παιδιά εγκαταλείπουν μέχρι και το σχολείο λόγω του εθισμού, ενώ χαρακτηριστικό είναι ότι και μετέπειτα ένας στους δέκα φοιτητές δεν προχωρούν τις σπουδές τους λόγω των video games. Σε ακραίες περιπτώσεις, έχουν αναφερθεί παιδιά, που έχουν χάσει πολλά κιλά μέσα σε λίγο χρονικό διάστημα, λόγω υποσιτισμού, εξαιτίας της εξάρτησής τους από τα video games.

Σύμφωνα με έρευνα της Ελληνικής Εταιρείας Μελέτης της Διαταραχής Εθισμού στο Διαδίκτυο, στην Ελλάδα, όπου οι Έλληνες είναι οι πιο εθισμένοι στο Διαδίκτυο μεταξύ των λαών της Ευρώπης, μετά τους Βρετανούς, η εμμονή με τα ηλεκτρονικά παιχνίδια και ειδικά με το Fortnite ευθύνεται σε ποσοστό 72,1% για την πτώση της σχολικής επίδοσης μεταξύ των εφήβων.

Τι σημαίνει, όμως, όταν λέμε εθισμός στα video games και πώς μπορεί να διαχωριστεί από την απλή ενασχόληση με αυτά;

τα συμπτώματα του εθισμού αυτού είναι αυτά:

«Μειωμένος αυτοέλεγχος ως προς το παιχνίδι: Μπορεί να αφορά είτε σε έλλειψη ελέγχου ως προς το πότε κάποιος παίζει, πόσο συχνά παίζει, πόση διάρκεια έχει το παιχνίδι, εάν μπορεί να το διακόψει, τι νόημα έχει για τον ίδιο και τι ένταση νιώθει την ώρα που παίζει. Δεν επικεντρωνόμαστε απλά σε χρονικά κριτήρια, όπως είναι η πολύ συχνή ερώτηση του «πόση ώρα μπορεί κάποιος να ασχολείται με παιχνίδια χωρίς αυτό να συνιστά πρόβλημα;». Ο αυτοέλεγχος έχει να κάνει με το κατά πόσο μπορεί κάποιος να ασχοληθεί για συγκεκριμένο διάστημα με το παιχνίδι, χωρίς να χάνεται η αίσθηση του χρόνου, χωρίς να έχει ακραίες συναισθηματικές αντιδράσεις σε ό,τι συμβαίνει στο παιχνίδι (φωνές, οργή, κλάμα, απογοήτευση)».

«Το παιχνίδι αποκτά ολοένα και μεγαλύτερη προτεραιότητα στη ζωή, στο σημείο που να έρχεται πρώτο έναντι των άλλων ενδιαφερόντων και των υπολοίπων δραστηριοτήτων. Το παιδί που είναι εθισμένο δεν έχει πλέον ενδιαφέρον να μιλήσει για οτιδήποτε άλλο με τους φίλους του, δεν έχει κοινό σημείο επαφής με τους γονείς, εφόσον αναγκαστικά βρεθεί εκτός σπιτιού και μακριά από το μέσο με το οποίο παίζει, θα βρεθεί σε κατάσταση άγχους και θα πιέζει να ξαναπάει στο σπίτι ή να ξαναπάρει το τάμπλετ στα χέρια του ή το κινητό. Θα παρατήρει τα σπορ, τα χόμπυ, τις εξόδους (παρά μόνο για νητ καφέ), την ενημέρωση για το οτιδήποτε. Η ζωή του έχει περιοριστεί σε μία οθόνη. Τέλος, το παιδί συνεχίζει το παιχνίδι, παρά την εμφάνιση των αρνητικών συνεπειών». «Η συμπεριφορά αυτή είναι συνήθως εμφανής για μια περίοδο τουλάχιστον 12 μηνών προκειμένου να δοθεί μια διάγνωση, αν και η διάρκεια μπορεί να μειωθεί αν πληρούνται όλες οι διαγνωστικές απαιτήσεις και τα συμπτώματα είναι σοβαρά», σημειώνει ο κ. Σιώμος. Ενημερωθείτε για το NEO E – Learning Σεμινάριο από το Κέντρο Εκπαίδευσης και Ψυχοθεραπείας Psychopedia με θέμα: Προβληματική Χρήση Videogames & Social Media σε παιδιά & εφήβους. Αίτια – Κατάλληλη διαχείριση & Θεραπευτική παρέμβαση. Διάρκεια Βίντεο Εισήγησης: 1 ώρα και 40 λεπτά. Τρόπος Παρακολούθησης από το σπίτι: Αποστολή του βίντεο της εισήγησης και εκπαιδευτικού υλικού στο email σας (Η παρακολούθηση του βίντεο γίνεται στο δικό σας χρόνο). Απευθύνεται: Σε Ψυχολόγους, Ειδικούς Ψυχικής Υγείας, Νηπιαγωγούς, Εκπαιδευτικούς, Παιδαγωγούς, Ειδικούς Θεραπευτές, Λογοθεραπευτές, Εργοθεραπευτές, Κοινωνικούς Λειτουργούς, γονείς και στο ευρύτερο ενδιαφερόμενο κοινό.

ΠΗΓΗ: ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ

ΜΑΘΗΤΗΣ: ΑΝΤΩΝΗΣ Σ.

ΤΜΗΜΑ: Α3

