09.03.2022 · Materiały edukacyjne

Ciekawy artykuł: Coś mi nie gra! Czy to już uzależnienie? Część 3

Ten tekst jest 3 (ostatnią) częścią artykułu "Coś mi nie gra! Czy to już uzależnienie?" poruszającego temat uzależnienia od gier komputerowych jako zaburzenia. Poprzednia część dostępna jest w tym miejscu.

Przyjrzyjmy się teraz czynnikom związanym z charakterystyką gier wideo. Mianowicie, na podstawie przeprowadzonych badań wynika iż w rozwoju uzależnienia pewną rolę odgrywa ich konstrukcja. Wśród naukowców panuje przekonanie, że cechy strukturalne gier wideo pełnią istotną funkcję w rozwoju i utrzymaniu uzależnienia, zwłaszcza wśród osób grających bardzo intensywnie. Na podstawie badań empirycznych możemy sformułować tezę, iż zwiększenie podatności na uzależnienie dotyczy gier online rozgrywanych w sieci, gier zręcznościowych oraz zainstalowanych w automatach. Czynnikiem zwiększającym ryzyko uzależnienia jest specyficzny rodzaj gier. Istotnie wyższe ryzyko rozwoju problematycznego grania mają dwa rodzaje gier. Są to, wieloosobowe gry fabularne online (MMORPG) oraz „strzelanki" rozgrywane z perspektywy pierwszej osoby. W grach MMORPG duża liczba osób może grać ze sobą w wirtualnym świecie. Charakteryzują się one stylem rozgrywki opartym na fabule czyli zadaniach do wypełnienia, wrogach do pokonania, nowszym ekwipunkiem do zdobycia, uzyskiwaniem kolejnych poziomów doświadczenia. Oznacza to wzrost umiejętności postaci dzięki zdobytym punktom doświadczenia. Występuje również ekonomia oparta na handlu między graczami lub miedzy graczami a bohaterem niezależnym oraz systemem klanów do których mogą dołączyć gracze.

Istotna jest też obecność mistrzów gry, którzy nadzorują jej świat oraz administratorów którzy nadzorują pracę serwera gry. Są to w większości darmowe gry z opcją dostępu do sklepu, w którym handlować można za walutę premium (zakupioną za prawdziwe pieniądze). W wielu grach pomimo możliwości gry za darmo, zakupy umożliwiają zdobycie znacznej przewagi podczas rozgrywki.

Strzelanki pierwszoosobowe to gry skoncentrowane na walce z zastosowaniem broni palnej, w których akcja obserwowana jest z poziomu pierwszej osoby. Innymi słowy gracz doświadcza akcji z pozycji bohatera. Widzi zarówno ręce jak i broń postaci. Gry te są szczególnie niebezpieczne gdyż zwiększają ryzyko uzależnienia, ponieważ zmuszają gracza do coraz większego zaangażowania. Gry te wpływają również na nastrój gracza. Oznacza to, że negatywne wzmocnienia prowadzą do frustracji a pozytywne utrwalają zaangażowanie. Dodatkowo występują inne specyficzne cechy takie jak oglądanie przerywników czy treści dla dorosłych. Są to gry w których funkcja nagrody i kary, realizowana przez zbieranie punktów i znajdowanie przedmiotów, jest dodatkowym zagrożeniem dla gracza. Charakterystyczną cechą tych gier jest fakt iż osoby uzależnione są dumne ze swojego awatara i chcą być takie jak on traktując go wobec siebie nadrzędnie.

Podjęto próbę usystematyzowania potencjalnych czynników patologicznego grania w związku ze strukturalną charakterystykom gier. Są to:

- cechy społeczne gry odnoszące się do funkcji socjalizacyjnych gier wideo, w tym
- możliwości komunikowania się z innymi graczami oraz kreowania wspólnoty opartej na
- kooperacji i kompetencji;
- cechy związane z manipulacją i kontrolą;
- cechy narracji i tożsamości (możliwość kreacji w grze innej osoby, fikcyjnego awatara);

- cechy związane z układem wzmocnień pozytywnych i negatywnych (wygrana i
- przegrana, rozkład i prawdopodobieństwo uzyskania wzmocnień);
- sposób prezentacji gry (realizm, grafika, dźwięk);

Skupmy się teraz nad czynnikami osobowościowymi i motywacyjnymi. W badaniach empirycznych wykazano, że osoby uzależnione od gier charakteryzują się samotnością i introwersją, skłonnością do nudzenia się, tendencją do unikania relacji interpersonalnych, niską samooceną, neurotyzmem i wysokim poziomem lęku, oraz niskim poczuciem skuteczności w realnym życiu w porównaniu z wysokim poczuciem skuteczności w życiu wirtualnym.

Wykazano także związki między uzależnieniem a następującymi cechami osobowości: wysoką impulsywnością, wysokim poziomem agresji fizycznej, niskim poziomem samokontroli, zmniejszoną ugodowością, częstszym poszukiwanie nowości. Badania wykazały zależności między uzależnieniem od gier a niskim poziomem inteligencji emocjonalnej oraz obniżonym poziomem kompetencji społecznych. Zbadano również czynniki chroniące przed uzależnieniem od gier - są to sumienność i ekstrawersja.

W literaturze przedmiotu sugeruje się, że do prawdopodobnych czynników ryzyka zaliczyć możemy takie tendencje motywacyjne jak słabe radzenie sobie z wydarzeniami stresowymi, ucieczka od problemów codzienności, eskapizm, możliwość nawiązywania wirtualnych relacji społecznych, dysocjacja, potrzeba rozrywki, lojalności, ciekawości i zobowiązania, nagroda, zanurzenie w świecie wirtualnym, realizacja celów gry, kontroli, uznania, wyzwań, ekscytacji i perfekcji i na ogół wysoka wewnętrzna motywacja do gry w przeciwieństwie do zewnątrzpochodnej motywacji osób nieuzależnionych.

Wydrukowano ze strony Fundacja Edukacji Empatii Rozwoju "FEER" dnia 12.11.2026. Treść mogła od tego czasu ulec zmianie. Aktualna wersja: https://feer.org.pl/aktualnosci/ciekawy-artykul-cos-mi-nie-gra-czy-to-juz-uzaleznienie-czesc-3