

Ψυχολογία του Διαδικτύου (ΨΧ109)

Διάλεξη 9 – Διαδικτυακά παιχνίδια και τζόγος



Εθισμός στο διαδίκτυο

Ο όρος έγινε
γνωστός τη
δεκαετία του 1990

Αρχικά
χρησιμοποιήθηκε
σχεδόν σατιρικά
από τον Ivan
Goldberg

Στη συνέχεια
αντιμετωπίστηκε
σοβαρά από
ερευνητές και
χρήστες

Το βασικό ερώτημα:
**Εθίζεται κάποιος
στο ίδιο το
διαδίκτυο ή σε
δραστηριότητες
που γίνονται μέσω
αυτού;**



Η προσέγγιση της Kimberly Young

Η Young συνέδεσε τον εθισμό στο διαδίκτυο με κριτήρια παθολογικού τζόγου

Πρότεινε πέντε τύπους διαδικτυακού εθισμού:

- κυβερνοσεξουαλικός εθισμός
- εθισμός στις διαδικτυακές σχέσεις
- διαδικτυακός τζόγος / αγορές / δημοπρασίες
- καταναγκαστική πλοήγηση
- διαδικτυακά παιχνίδια ή προγραμματισμός



Το μοντέλο ACE

Accessibility — Προσβασιμότητα

Control — Έλεγχος

Escape — Διαφυγή

Το διαδίκτυο είναι ελκυστικό επειδή προσφέρει εύκολη πρόσβαση, αίσθηση ελέγχου και φυγή από την καθημερινότητα

Κριτική: το μοντέλο μεταφέρει το πρόβλημα στο μέσο και όχι πάντα στο άτομο ή στη συμπεριφορά



Κριτική στην έννοια του «εθισμού στο διαδίκτυο»

- Ο Griffiths υποστήριξε ότι πολλοί χρήστες δεν είναι εθισμένοι στο διαδίκτυο, αλλά χρησιμοποιούν το διαδίκτυο για ήδη υπάρχουσες εξαρτήσεις
- Ο Starcevic θεωρεί τον όρο παραπλανητικό
- Το διαδίκτυο λειτουργεί συχνά ως **μέσο** και όχι ως αντικείμενο εθισμού
- Παράδειγμα: δεν μιλάμε για «εθισμό στο καζίνο», αλλά για εθισμό στον τζόγο



Διαδικτυακός τζόγος

Ο διαδικτυακός τζόγος μπορεί να είναι πιο προβληματικός
από τον παραδοσιακό



Παράγοντες κινδύνου:

ανωνυμία	ευκολία πρόσβασης	ιδιωτικότητα	διαθεσιμότητα 24/7	απομόνωση	διαφυγή από την πραγματικότητα	γρήγορη επανάληψη παιχνιδιών
----------	-------------------	--------------	--------------------	-----------	--------------------------------	------------------------------



Προβληματικός διαδικτυακός τζόγος

- Όσο περισσότερες μορφές διαδικτυακού τζόγου χρησιμοποιεί κάποιος, τόσο αυξάνεται ο κίνδυνος προβλήματος
- Οι γνωστικές διαστρεβλώσεις αποτελούν παράγοντα κινδύνου
- Η ευκολία πρόσβασης μπορεί να επιδεινώσει ήδη υπάρχοντα προβλήματα
- Συνδέεται με προβλήματα ύπνου, διατροφής και σωματικής υγείας



Έφηβοι και διαδικτυακός τζόγος

Οι έφηβοι διαδικτυακοί τζογαδόροι
έχουν αυξημένο κίνδυνο
προβληματικής συμπεριφοράς

Συχνότερα εμφανίζεται σε αγόρια
και μεγαλύτερες ηλικιακές ομάδες
εφήβων

Έχει συνδεθεί με:

- κατανάλωση αλκοόλ
- καταθλιπτικά συμπτώματα
- μοναχική ενασχόληση

Προτεινόμενες παρεμβάσεις:
έλεγχος πρόσβασης και πρόληψη
στο σχολείο



Εθισμός στα διαδικτυακά παιχνίδια

Το DSM-5 συμπεριέλαβε τη «διαταραχή ενασχόλησης με διαδικτυακά παιχνίδια» ως πεδίο για περαιτέρω έρευνα

Δεν υπάρχει πλήρης συμφωνία για τα αίτια και τα κριτήρια

Η υπερβολική ενασχόληση μπορεί να συνδεθεί με προβλήματα υγείας, ύπνου και καθημερινής λειτουργικότητας



Συσχετίσεις με άλλες δυσκολίες

Έρευνες συνδέουν την προβληματική ενασχόληση με:

- ΔΕΠΥ
- παρορμητικότητα
- κοινωνικό άγχος
- χαμηλή αυτοεκτίμηση
- χρήση ουσιών

Ωστόσο, οι συσχετίσεις δεν αποδεικνύουν απαραίτητα αιτιώδη σχέση

Χρειάζεται περισσότερη και καλύτερα σχεδιασμένη έρευνα



Βίαια βιντεοπαιχνίδια

- Τα ΜΜΕ συχνά συνδέουν τα βίαια παιχνίδια με πραγματικές βίαιες πράξεις
- Παραδείγματα όπως το Columbine χρησιμοποιήθηκαν για να στηρίξουν τέτοιες ερμηνείες
- Όμως, τα περισσότερα παιδιά που παίζουν βίαια παιχνίδια δεν διαπράττουν βίαια εγκλήματα
- Το ζήτημα παραμένει σύνθετο και αμφιλεγόμενο



Θεωρία κοινωνικής μάθησης

Ο Bandura υποστήριξε ότι
οι άνθρωποι μαθαίνουν
μέσω παρατήρησης και
μίμησης

ο παίκτης παρατηρεί ή
εκτελεί βίαιες πράξεις

Εφαρμογή στα παιχνίδια:

ανταμείβεται με πόντους ή
πρόοδο

Κριτική: η μίμηση είναι
πιθανή, όχι αναπόφευκτη

ενδέχεται να ενισχυθούν
επιθετικά πρότυπα



Θεωρία σεναρίων

Οι άνθρωποι μαθαίνουν «σενάρια» συμπεριφοράς από την κοινωνία και τις εμπειρίες τους

Η επαναλαμβανόμενη έκθεση σε βία μπορεί να δημιουργήσει σενάρια όπου η επιθετικότητα φαίνεται φυσιολογική

Τα βίαια παιχνίδια ενδέχεται να κανονικοποιούν επιθετικές αντιδράσεις

Η θεωρία δίνει έμφαση στις γνωστικές δομές και στα μαθημένα μοτίβα συμπεριφοράς



Υπόθεση ματαίωσης-επιθετικότητας

Η ματαίωση εμφανίζεται όταν εμποδίζεται η επίτευξη ενός στόχου

Η ματαίωση μπορεί να προκαλέσει θυμό ή ένταση

Στα παιχνίδια, η αποτυχία ή η ήττα μπορεί να δημιουργήσει εκνευρισμό

Κριτική: η θεωρία θεωρείται υπερβολικά απλουστευτική



Γνωστικό νεοσυνειρμικό μοντέλο

Η έκθεση σε βίαια ερεθίσματα ενεργοποιεί σχετικές σκέψεις και συναισθήματα

Παράδειγμα: η εικόνα ενός όπλου μπορεί να ενεργοποιήσει σκέψεις πυροβολισμού ή τραυματισμού

Η επαναλαμβανόμενη έκθεση ενισχύει τους συνειρμούς

Κριτική: η ενεργοποίηση επιθετικών σκέψεων δεν σημαίνει απαραίτητα επιθετική πράξη



Γενικό μοντέλο επιθετικότητας

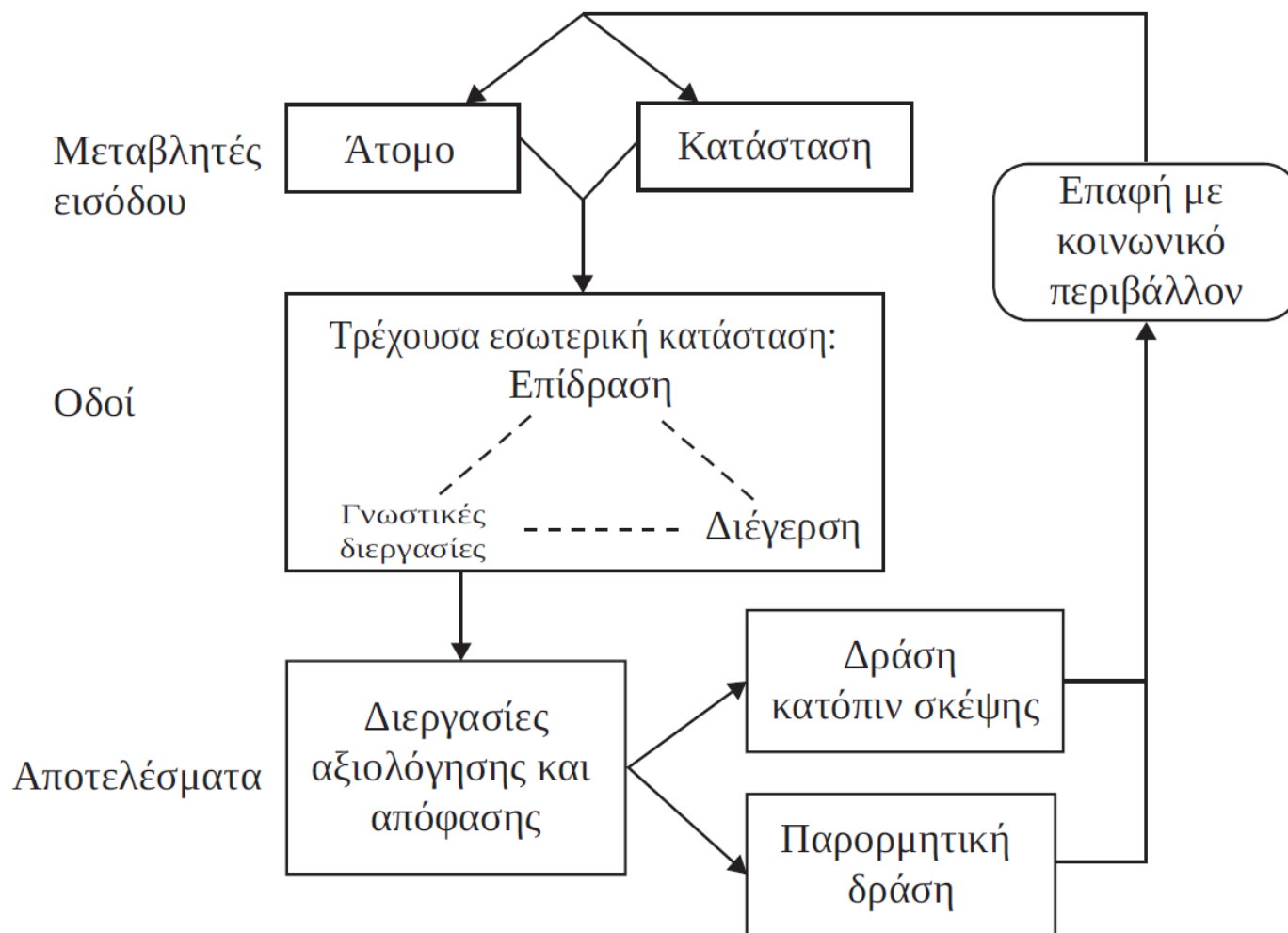
Συνδυάζει προσωπικούς και καταστασιακούς παράγοντες Η συμπεριφορά επηρεάζεται από:

- σκέψεις
- συναισθήματα
- διέγερση
- αξιολόγηση της κατάστασης
- λήψη απόφασης

Τα βίαια παιχνίδια μπορεί να έχουν βραχυπρόθεσμες επιδράσεις, αλλά η αιτιώδης σχέση παραμένει αμφισβητούμενη



Επεισοδιακές διεργασίες του γενικού μοντέλου επιθετικότητας





Βασικό συμπέρασμα για τα βίαια παιχνίδια

- Η σχέση βίαιων παιχνιδιών και επιθετικότητας δεν είναι απλή
- Υπάρχουν αντικρουόμενα ερευνητικά ευρήματα
- Πολλά πειράματα έχουν μεθοδολογικές αδυναμίες
- Δεν υπάρχουν πειστικά στοιχεία ότι τα βίαια παιχνίδια οδηγούν άμεσα σε ακραία βίαιη συμπεριφορά



Υπέρβαση των ταμπού στα βιντεοπαιχνίδια

Ορισμένα παιχνίδια περιλαμβάνουν πράξεις που θεωρούνται ταμπού ή εγκλήματα στον πραγματικό κόσμο



Παραδείγματα:

φόνος

βασανισμός

κανιβαλισμός

βιασμός

αιμομιξία



Το βασικό ζήτημα δεν είναι η πραγματική βλάβη, αλλά οι πιθανές ψυχολογικές επιπτώσεις



Ψυχολογικές επιπτώσεις των ταμπού

Οι παίκτες μπορεί να βιώσουν:

- άγχος
- ντροπή
- ενοχή
- δυσφορία
- λύπη

Η αντίδραση επηρεάζεται από:

- τον ρεαλισμό των γραφικών
- το αν η πράξη επιβραβεύεται
- το αν γίνεται ατομικά ή με άλλους παίκτες
- το προσωπικό όριο ανοχής του παίκτη



Παιχνίδια με μαθησιακά οφέλη

Τα παιχνίδια δεν έχουν μόνο
αρνητικές επιπτώσεις



Μπορούν να ενισχύσουν:

- οπτικοχωρικές δεξιότητες
- επίλυση προβλημάτων
- συνεργασία
- επικοινωνία
- αυτορρύθμιση
- κινητικές και γνωστικές δεξιότητες



Τα «σοβαρά παιχνίδια»
σχεδιάζονται ειδικά για
εκπαίδευση και κατάρτιση



Παραδείγματα σοβαρών παιχνιδιών

Παιχνίδια για εκπαίδευση σε:

- μαθηματικά
- ιστορία
- επαγγελματικές δεξιότητες
- στρατιωτική στρατηγική
- διαπολιτισμική επικοινωνία

Παιχνίδια για άτομα με αναπηρίες μπορούν να βοηθήσουν στην αυτονομία και στην ανάπτυξη δεξιοτήτων



Τελικό συμπέρασμα

Το διαδίκτυο λειτουργεί συχνά ως μέσο για διαφορετικές συμπεριφορές

Ο διαδικτυακός τζόγος και τα παιχνίδια μπορούν να γίνουν προβληματικά για ορισμένα άτομα

Η σχέση βίαιων παιχνιδιών και επιθετικότητας παραμένει αμφιλεγόμενη

Τα παιχνίδια μπορεί να προκαλέσουν κινδύνους, αλλά και να προσφέρουν σημαντικά μαθησιακά οφέλη

Χρειάζεται περισσότερη έρευνα, προσεκτική αξιολόγηση και ισορροπημένη προσέγγιση