

Станкевич В. А.

ВЛИЯНИЕ КОМПЬЮТЕРНЫХ ИГР НА МОЗГ ЧЕЛОВЕКА

Научный руководитель преп. Качан Е. С.

Кафедра белорусского и русского языков

Белорусский государственный медицинский университет, г. Минск

Цель: познакомить читателя с новейшими и знаковыми исследованиями в области компьютерных игр.

Проведённые исследования показали, что видеоигры оказывают на мозг человека как положительные, так и негативные эффекты. Исследования ученых свидетельствуют о том, что увлечение динамичными видеоиграми может помочь учащимся лучше учиться и реагировать быстрее. Под руководством директора Рочерского центра нейровизуализации Дафны Бавельер было проведено исследование, согласно которому, человек, играющий умеренно, имеет большую склонность к обучению новым сенсомоторным навыкам, чем люди не играющие вовсе. У тех, кто играет в видеоигры, улучшается внимание и сдерживающий контроль, что позволяет им идентифицировать важную информацию в сильно отвлекающей среде, а также планировать и контролировать свои действия.

Исследователями доказано, что связи между отделами мозга заядлых любителей компьютерных игр изменяются, причем в большей степени эти изменения можно назвать положительными, часть же из них все-таки заставит задуматься. Среди положительных изменений отметили увеличенную связь между отделами мозга, отвечающими за зрение, слух и фокусировку внимания. Ученые считают, что мозг любителя компьютерных игр способен быстрее и лучше воспринимать информацию, координация геймеров тоже отличается в лучшую сторону. Подобные навыки могут пригодиться человеку и в реальной жизни, например, при вождении автомобиля или при возникновении нестандартной ситуации, требующей быстрой фокусировки внимания и реакции. Относительно концентрации на задачах или возможности выполнять несколько задач одновременно мнения расходятся. Одни говорят, что увлечение видеоиграми способствует совершенствованию навыков работы в режиме многозадачности, другие отмечают, что игроки более импульсивны и легко могут отвлечься от текущей задачи.

Ученые из Калифорнийского университета в США в своем исследовании пришли к выводу, что, играя в компьютерные игры в жанре квест, человек может улучшить память. Правда, такой эффект продлится всего 6 месяцев. Речь идет об эпизодической и автобиографической памяти.

Для пожилых людей доказана польза видеоигр. Команда Адама Газзали, профессора Калифорнийского университета, создала видеоигру для пенсионеров. Игра заключалась в вождении автомобиля и одновременном выполнении других задач. После 12 часов игрового времени Адам Газзали обнаружил, что память и объем внимания его испытуемых улучшились. Но и это еще не все: потом они сошлись лицом к лицу с группой молодых людей, которые играли в первый раз и обыграли их! Вывод: видеоигры улучшают память и мелкую моторику пожилых людей.

Кроме положительных, есть истораживающие выводы. Стоит отметить, что все без исключения игры, как и любой другой способ воздействия на центр удовольствия головного мозга, могут вызвать зависимость. При злоупотреблении есть шанс, что геймер получит быструю утомляемость, боли в суставах пальцев рук и ног, повышенную возбудимость, тревожность и бессонницу.

Игры действительно позволяют запоминать больше и продуктивнее подходить к решению задач. Но важно наслаждаться играми в умеренных количествах и не забывать чередовать их с другими способами времяпровождения. Если обобщить всё вышесказанное – то всё хорошо в меру.