

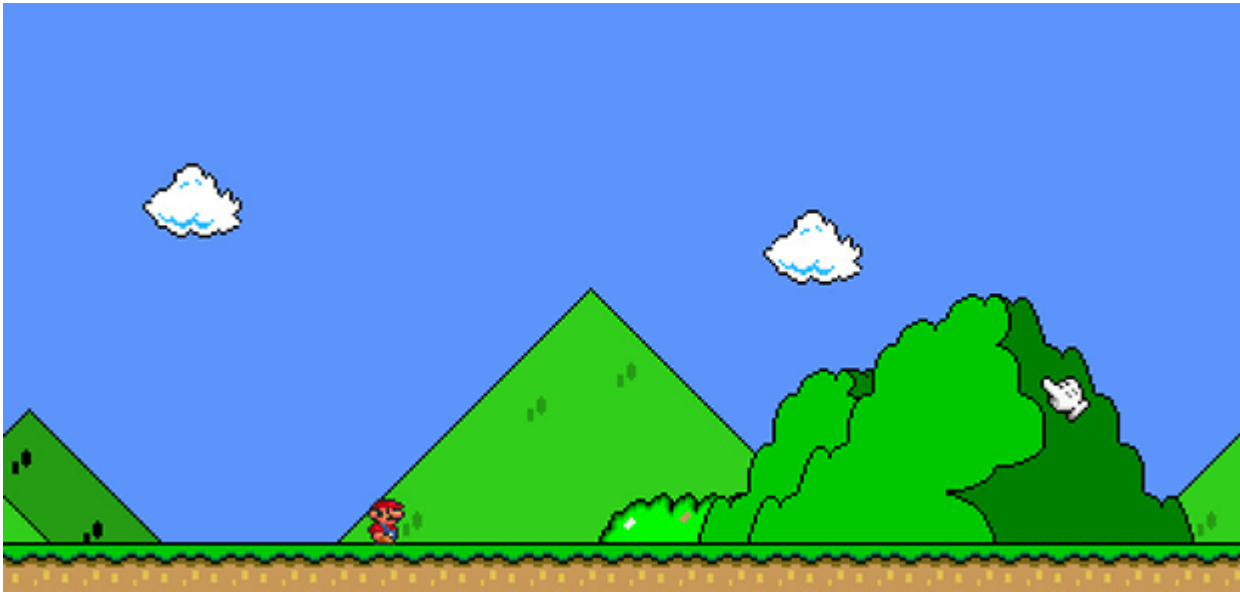


Видеоигры: дофамин, влияние на мозг и геймификация образования

Екатерина Измestьева

<https://te-st.org/2014/09/26/video-games/>

Статья обновлена 12 января 2025



Что происходит с нашим мозгом, когда мы играем? Почему возникает зависимость от игр? Как можно использовать игры в образовании и для решения социальных задач?

Последние 15 лет одной из самых обсуждаемых тем являются видеоигры: как они влияют на сознание и поведение подростков? Могут ли игры вызывать зависимость или быть причиной насильственного поведения? Можем ли мы успешно применять игровые модели в образовании? Почему нам вообще нравятся игры?

Как игры влияют на мозг

Одной из причин, по которой нам так нравятся игры, является дофамин.

Дофамин — это нейромедиатор, который вырабатывается в человеческом организме естественным образом и служит важной частью «системы вознаграждения» мозга, поскольку вызывает чувство удовольствия (или удовлетворения), чем влияет на процессы мотивации и обучения.

Согласно недавним исследованиям во время игры происходит такое сильное выделение дофамина, что оно сравнимо с выделением при употреблении наркотиков. Считается, что это происходит потому, что в видеоиграх есть система вознаграждения — получение нового уровня, бейджей или трофеев нас очень радует.

Таким образом, дофамин, который заставляет нас чувствовать себя очень хорошо, может быть

ответственным за игровую зависимость. Чем больше мы играем, тем лучше мы себя чувствуем. Если к этому добавляются дополнительные факторы, увлечение может перерасти в зависимость.

Видеоигры как бегство от реальности

Теория о том, что видеоигры могут негативно влиять на поведение, существует практически с момента их появления. Например, в 50-х некоторые ученые считали, что маленьким детям нельзя разрешать играть в видеоигры, поскольку такая активность развивает определенные участки мозга, что, в свою очередь, может привести к тому, что другие участки мозга останутся недоразвитыми.

Современные исследователи считают, что игры, особенно те, которые переносят игрока в фантастический мир, используются многими как бегство от реальности. Это подтверждается тем, что такие игры популярны у подростков, испытывающих сложности с социальным взаимодействием.



Picture: deviantart.com

Это также является одной из причин возникновения зависимости. Несмотря на то, что нет прямых доказательств связи видеоигр и насильственного поведения, ученые предупреждают, что у социально изолированных подростков, увлеченных видеоиграми, могут быть более глубокие проблемы, чем кажется на первый взгляд.

Видеоигры — обязательно ли это плохо?

Нет, совсем не обязательно. Более того, сейчас мы ушли очень далеко от теорий о вреде игр, которые были популярны пятьдесят лет назад. Безусловно, как и любой другой активностью, злоупотреблять видеоиграми не стоит, но сами по себе видеоигры не несут вреда. Напротив, видеоигры помогают приобрести и развить такие навыки, как решение проблем или многозадачность.

Образовательные игры и геймификация образования

Одним из последних трендов, связанных с играми, является геймификация образования и

создание образовательных игр. Если выделение дофамина делает нам хорошо, когда мы убиваем всех монстров в игре, может ли эта стратегия помочь сделать образовательный процесс более увлекательным?

Оказалось, что да. За последний год в школы пришли зомби, а уроки превратились в самые разные виды ролевых игр, некоторые из которых показали, насколько эффективными в привлечении детей и взрослых к обучению они являются.

Но чем отличается геймификация образования от образовательных игр и что из этого лучше? У образовательных игр есть одно основное отличие — они погружают игрока в другой мир. Это именно то, что вовлекает студентов лучше всего в изучение материала, и то, чего обычно не хватает геймификации. Студент, который получает награды за успешно усвоенный материал, по-прежнему узнает факты из книг и лекций, а студент, который оказывается в игровом мире, основанном на материале, непосредственно с ним взаимодействует — и это намного интереснее.

Во многих играх есть сюжет и герои, что помогает эмоционально вовлечь студента — встретить Бенджамина Франклина намного увлекательнее, чем читать о нем. Поэтому, в то время как геймификация образования может положительно сказаться на успеваемости, она не послужит причиной появления интереса, просто вознаграждая успехи. Игры же могут вызвать интерес к материалу, погружая студента в новый интересный мир.

Впрочем, вероятно, что в ближайшем будущем образование будет использовать обе модели геймификации, которые могут хорошо дополнять друг друга, а потенциал игр будет все активнее применяться в самых разных областях для решения социально значимых задач.

По материалам портала [Gamification Co.](#)