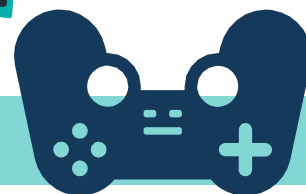
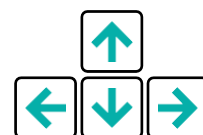


3.0 CYBERLEKCJE

Dlaczego gry uzależniają



Co zachęca do grania?

Ciekawa forma:

gra mi się podoba
i mam ochotę od razu ją włączyć

Brak określonego zakończenia, rankingi:

nie mogę teraz przestać przed końcem
rozgrywki, nie chcę spaść w rankingu

Nieregularne nagradzanie:

czekam na ten specjalny bonus

Budowanie relacji:

tu mam przyjaciół, tu mnie lubią

Interakcje, zaangażowanie, poczucie wpływu:

lubię pokonywać wyzwania w grze

Rekordy:

zagram jeszcze raz,
teraz będę miał lepszy wynik

Poziomy gry i różne stopnie trudności, natychmiastowa nagroda:

świetnie i szybko mi poszło, nie mogę przestać,
gram dalej!

Poczucie kontroli:

ja tu rządzę!

Dodatki:

coś nowego, jeszcze tyle do odkrycia

Ucieczka od rzeczywistości:

tu jest fajniej niż w prawdziwym świecie,
jestem superbohaterem, mam moc

CYBERLEKCJE 3.0

W dzisiejszych czasach wiele osób gra w gry komputerowe, ale niektórzy ludzie stają się uzależnieni od nich. Dlaczego tak się dzieje?

Jakie czynniki wpływają na uzależnienie od gier?



Uzależnienie wygranych od pokonywania kolejnych poziomów: Wiele gier komputerowych zachęca graczy do ciągłego zdobywania punktów i pokonywania kolejnych poziomów. To sprawia, że gracz czuje się dobrze, gdy wygrywa, co prowadzi do pragnienia ciągłego podnoszenia poprzeczki.

Nieregularne nagradzanie: Gracze często są nagradzani nieregularnie, co wzmacnia poczucie satysfakcji, gdy otrzymują nagrody. Zaczynają wtedy wierzyć, że gry są bardziej interesujące, gdy dają im nieoczekiwane nagrody.

Poczucie kontroli: Gry często dają graczom poczucie kontroli, co może prowadzić do zanurzenia się w grze na długi czas. Gracze czują, że ich decyzje wpływają na to, co się dzieje w grze – jest dla nich bardzo ważne.

Brak określonego zakończenia: Niektóre gry nie mają określonego zakończenia, co oznacza, że gracz nigdy nie wie, kiedy powinien przestać grać. To powoduje, że gracze ciągle chcą grać i osiągać kolejne cele.

Budowanie relacji: Gry często dają możliwość budowania relacji z innymi osobami, a to może doprowadzić do uzależnienia społecznego. Gracze mogą czuć się potrzebni i ważni w grze, co pozytywnie wpływa na ich samopoczucie.

Ucieczka od rzeczywistości: Gry komputerowe dają możliwość ucieczki od rzeczywistości i przeniesienia się do innego świata. To bardzo kuszące dla wielu osób, zwłaszcza gdy mają problemy lub są zestresowani.

Warianty gry i dodatki do gier: Gry często mają wiele wariantów lub dodatków, które zachęcają do ciągłego grania. To sprawia, że gracze czują, że nigdy nie wyczerpią wszystkich możliwości i zawsze będą mieli coś do odkrycia.

Wszystkie te czynniki powodują, że gry komputerowe są bardzo wciągające i mogą prowadzić do uzależnienia. Dlatego ważne jest, aby kontrolować czas spędzany na grach i pamięta