

# Možgani se adaptirajo na nasilje

Ob igranju nasilnih računalniških igrice se otrokovi možgani adaptirajo na nasilje in kasneje v življenju lahko ob določenih okoliščinah tak mladostnik tudi zares 'eksplodira' v nasilnem vedenju, opozarja Miha Kramli. Starši morajo otroku omejiti uporabo tablic, računalnikov, mobilnih telefonov.

URŠA PETERNEL

**Jesenice** – Miha Kramli, psihoterapevt in vodja Centra za bolezní odvisnosti v Novi Gorici, sicer pa po rodu Gorenjec iz Gorice pri Radovljici, je na Jesenicah pripravil predavanje z naslovom Radosti in pasti sodobne tehnologije. Na povabilo Lokalne akcijske skupine za preprečevanje odvisnosti občine Jesenice je staršem spregovoril o nevarnostih, ki jih prinaša prevelika uporaba sodobne tehnologije. Če že enoletni ali dvoletni otrok uporablja tablico ali računalnik, se njegovi možgani adaptirajo na intenzivne barve in zvoke, zato mu kasneje naravni zvoki in barve ne zadoščajo več. Po Kramlijevem mnenju so še deset, petnajst let nazaj otroci ob večernem branju pravljič, petju in tudi molitvi dobili zametke za razvoj abstraktnega razmišljanja



**Miha Kramli pravi, da je nekemične odvisnosti, tudi od interneta in računalniških igrice, težje zdraviti kot kemične odvisnosti.**

in avtonomne vesti. Danes pa so prek računalniških igrice izpostavljeni intenzivnim impulzom in dražljajem, proizvajalci igrice pa ustvarjajo sprogramiranega človeka in v igrice vključujejo podtalna sporočila, s katerimi umetno ustvarjajo določene potrebe. Zato je

zelo pomembno, da starši poznajo računalniške igrice, ki jih otrok igra, predvsem pa je pomembno, da otroku prostorsko in časovno omejijo uporabo tablic, računalnikov oziroma mobilnih telefonov. Po Kramlijevem mnenju osnovnošolec nikakor ne sme biti

lastnik pametnega telefona, tablice ali računalnika, lahko pa to tehnologijo uporablja, in še to ob prostorski in časovni omejitvi. »To ne pomeni, da otroku ne bomo dovolili uporabljati novih tehnologij; lahko, vendar v kuhinji, dnevi sobi, kjer smo vsi skupaj, in časovno omejeno,« je poudaril. V terapiji ima ogromno mladih, ki so »prazne škatle«, brez avtonomne vesti, obenem pa z izjemno močnimi umetno ustvarjenimi potrebami, je dejal. Starši morajo prepoznati, kdaj je otrok prepogosto visoko aktiven na računalniških igricah, in mu to morajo tudi onemogočiti. Ob igranju nasilnih računalniških igrice se otrokovi možgani adaptirajo na nasilje in kasneje v življenju lahko ob določenih okoliščinah tak mladostnik tudi zares »eksplodira« v nasilnem vedenju, je opozoril.