

# TRÒ CHƠI VIDEO HÀNH ĐỘNG CÓ THỂ LÀM GIA TĂNG THỊ LỰC LÊN 20%

Các trò chơi video có mức độ hành động cao giống như trò chơi Unreal Tournament có thể cải thiện thị lực của bạn.

Các nhà nghiên cứu tại trường đại học Rochester đã chỉ ra rằng những người chơi các trò chơi video hành động một vài tiếng trong một ngày suốt một tháng thì thị lực của họ đã tăng lên 20% trong việc phân biệt các chữ cái trong một chuỗi các chữ cái.

Về cơ bản, việc chơi các trò chơi video sẽ cải thiện khả năng nhìn dòng cuối cùng trong bảng đo thị thực chuẩn. Theo Daphne Bavelier, giáo sư chuyên về khoa học não và tri thức của đại học Rochester thì “chỉ sau 30 tiếng đồng hồ, những người chơi game cho thấy sự gia tăng về khả năng phân giải không gian của thị lực của họ. Điều này có nghĩa là họ có thể nhìn rõ các ký hiệu giống như trong bảng đo thị thực chuẩn và thậm chí là khi các ký hiệu khác chen lẫn vào.”

Daphne Bavelier và Shawn Green.

(Ảnh: Trường đại học Rochester)

Bavelier và nghiên cứu sinh Shawn Green đã tiến hành kiểm tra để xem liệu có các sinh viên đại học những người từng chơi một vài trò chơi video vào năm ngoái.

Mới đầu, sinh viên được kiểm tra khả năng nhận diện hướng của chữ T trong một dãy các ký tự gây mất tập trung khác, giống như bảng đo thị lực điện tử. Sau đó, tất cả sinh viên được chia thành 2 nhóm. Nhóm sinh viên được làm thí nghiệm chơi trò chơi Unreal Tournament khoảng một tiếng đồng hồ một ngày.

Nhóm còn lại chơi trò Tetris. Một trò chỉ đơn thuần yêu cầu về khả năng kiểm soát sự di chuyển và không phức tạp về hình ảnh. Sau một tháng gần như ngày nào cũng chơi game, những sinh viên chơi trò Tetris không có cải thiện nào về thị lực khi được tiến hành kiểm tra lại. Còn nhóm được chơi trò Unreal Tournament thì có thể chỉ chính xác hướng của chữ T một cách dễ dàng hơn so với một tháng trước.

Bavelier giải thích “khi chơi các trò chơi video hành động, con người đã thay đổi chức năng xử lý

hình ảnh của não. Các trò chơi này đã đẩy khả năng xử lý hình ảnh của con người tới mức giới hạn của nó và não đã thay đổi để thích ứng với sự thay đổi này. Việc thay đổi này được tiếp tục tồn tại trong các hoạt động khác và có thể là trong cuộc sống hằng ngày.”

Khả năng thị lực của các sinh viên đã được cải thiện ở phần trung tâm và phần ngoại vi ở những nơi mà họ chưa bao giờ được “đào tạo”. Điều này đã đem lại hy vọng rằng những người có khiếm khuyết về thị lực, giống như những người bị giảm sức nhìn chẳng hạn, có thể tăng thị lực với sự trợ giúp của phần mềm phục hồi đặc biệt mà tạo ra trò chơi hành đòi hỏi sự nhận dạng các hình ảnh một cách nhanh chóng.

Nhóm nghiên cứu hiện đang tập trung nghiên cứu cách não phản ứng lại với các tác nhân kích thích hình ảnh khác. Họ lên kế hoạch sử dụng phòng thí nghiệm thực tại ảo 360o sắp được hoàn thành tại trường đại học Rochester. Nghiên cứu này sẽ được đăng trên tập san Khoa học tâm lý trong tuần tới và được tài trợ bởi Viện quốc gia về sức khỏe.

Thế Kiệt