



Сегодня мы живем в очень быстро функционирующем быстро меняющемся мире. Если у вас нет способа избавиться от всего стресса, который накапливается в нашей повседневной жизни, это может очень плохо обернуться. У всех нас есть свои методы, чтобы снять стресс и успокоиться в конце тяжелого дня. На самом деле это может быть очень опасно, если у вас нет хорошего способа смягчить весь этот страх. Сердечные заболевания и психические заболевания являются серьезной проблемой, когда вас постоянно бомбардируют стрессорами без какого-либо способа расслабиться. Сегодня мы изучим, какова роль компьютерных игр в снятии стресса?

### Польза игр

Многие люди недовольны игрой в видеоигры, потому что они считают, что это контрпродуктивно, и это приведет к гораздо меньшему количеству выполняемой работы. Пока они используются в умеренных количествах, они действительно могут увеличить производительность. Модерация является ключевым словом здесь, потому что очень легко увлечься играми и тратить много времени. Существует очень большая разница между игрой в течение нескольких часов подряд, по сравнению с игрой в течение нескольких минут пару раз в день.

Перерыв и использование другой части вашего мозга на какое-то время может стимулировать ее таким образом, чтобы она открывала для новых идей. Было показано, что игра в пазлы активирует части мозга, которые потенциально могут помочь вам мыслить нестандартно для других задач.

### Игры, созданные с помощью UDK 4

Существует множество различных вариантов игр, в которые вы можете играть, где бы вы ни находились. Все новые разработки в области флэш-технологий позволяют нам играть в невероятные игры с впечатляющей графикой на ходу. Все, что вам нужно, это совместимое с флэш-памятью устройство и Интернет. Главная роль компьютерной игры заключается в том, что в нее обычно можно играть совершенно бесплатно. Можно просто использовать дополнительные микротранзакции для более серьезных игроков. Новый нереальный движок (игры, созданные с помощью UDK 4) теперь можно будет воспроизводить через ваш браузер, что действительно удивительно. Вам может понадобиться более мощный компьютер, чтобы правильно играть в эти игры, но он просто показывает мощь браузерных игр в текущее время. В вашем распоряжении также есть консоли, такие как PSP и Nintendo DS, которые могут развлечь вас даже без подключения к интернету. Даже планшеты и большинство смартфонов могут поддерживать впечатляющие графические движки. У каждого свои предпочтения, когда речь заходит об игровой платформе, а также о своем любимом игровом жанре. Новые игры могут быть особенно дорогими, однако возможности этих портативных устройств просто поразительны и намного превосходят возможности, которые были у геймеров всего несколько лет назад.

Игры, это не единственный способ снять стресс, конечно, есть множество других способов сделать это. Но игра в видеоигры невероятно расслабляет. Когда жизнь становится обыденной, вы можете оживить ее новой игрой и через несколько минут оказаться в новом мире.