

Verontrustende cijfers gameverslaving onder jongeren

Op 5 april jl. maakte de Universiteit Utrecht de resultaten bekend van een onderzoek naar gamegedrag van jongeren. Met verontrustende cijfers. Al twee jaar geleden werd er in de Volkskrant heftig gediscussieerd over dit onderwerp.

Nagenoeg 1 op de 10 gamende jongens in de leeftijd van 12 tot 15 jaar is gameverslaafd. Dat concludeert Regina van den Eijnden, jeugdonderzoeker bij de Universiteit Utrecht. 'Bij meiden van die leeftijd speelt dit veel minder. Nog geen 1 procent van de gamende meisjes vertoont verslavingskenmerken.' Van den Eijnden presenteerde haar cijfers dinsdagmiddag 5 april op het symposium 'Preventie van problematisch gamen: The next level' van het Trimbos-instituut. De Utrechtse onderzoeker verzamelde begin dit jaar de gegevens over het gamegedrag van bijna 2000 jongeren. Uit de bijeengebrachte cijfers blijkt dat nagenoeg alle jongens tussen de 12 en 15 jaar wel eens gamen. Van den Eijnden: '95% van de jongens geeft aan te gamen, tegenover 75% van de meisjes.' Er is geen onderscheid gemaakt in de media waarmee gegamed kan worden; alle apparaten zijn meegeteld: van smartphone tot console.

Ook in het aantal uur dat aan gamen wordt besteed, is een duidelijk verschil tussen jongens en meisjes. Waar meiden gemiddeld 4½ uur in de week aan het gamen zijn, zijn de jongens hier gemiddeld 16 uur in de week aan kwijt. Van den Eijnden voegt eraan toe dat de jongens die voldoen aan de criteria van gameverslaving nog heel wat meer uren gamen: '29 uur in de week. Dat is dus ruim 4 uur per dag.'

Echter, niet iedereen die zo veel gamet, is verslaafd. Het handboek voor de classificatie van psychische stoornissen somt negen criteria op waaraan je gameverslaving (Internet Gaming Disorder) kunt herkennen. 'Voldoet een persoon aan vijf van de negen criteria, dan is er sprake van een stoornis. Criteria zijn bijvoorbeeld of men weleens ruzie krijgt door het intensieve gamegedrag en of men de aan gamen bestede tijd verborgen houdt voor anderen.'

Volgens de Utrechtse wetenschapper zijn er twee groepen jongens die meer risico lopen op gameverslaving: jongens die last hebben van concentratieproblemen en jongens die aangeven het moeilijk te vinden om goede vrienden te krijgen. Van den Eijnden wijst erop dat die laatste groep een extra probleem heeft. 'Deze jongens zonder goede vriendschappen raken door hun gameverslaving alleen maar meer sociaal geïsoleerd.'

Waarom doen we niets aan de gameverslaving van tieners?

Onder deze titel verscheen in de Volkskrant van 7 januari 2014 een opiniestuk van Ferry Haan, docent economie, over gameverslaving.

Vooral jongens besteden uren en uren per dag aan heftige games. De gezichten staan de volgende dag bleek in de schoolbanken. Onderwijs kan deze leerlingen maar matig boeien. Ze zitten de dag uit om weer te mogen gamen. Eigenlijk kan niets hen meer boeien in de echte wereld. De virtuele wereld is interessanter. In hun game racen ze in auto's, elimineren ze tegenstanders en vliegen ze van wereld naar wereld. Hiermee vergeleken is de dagelijkse tocht naar en het verblijf op school saai en offlinetijd. De tijd die de gamers aan school besteden is minimaal, of niet-bestaand. De tijd dat deze jongens buiten zijn, is beperkt. De gevechten die ouders thuis leveren om de kinderen van de computer te krijgen, zijn heftig. Sommige ouders hebben het opgegeven en staan toe hoe hun 'computerjunks' liegen en bedriegen om aan hun computertijd te komen. 'Heus, ze hoeven niets voor school te doen.' 'Het huiswerk is allang af.' 'Die onvoldoende telt niet mee.'

Op de meeste computergames staan adviesleeftijden. Veel spellen (GTA V, Call of Duty etc.) hebben een adviesleeftijd van 18+. Deze leeftijden worden echter grotendeels genegeerd. Ik hoor van leerlingen in de brugklas dat ze dergelijke spellen urenlang mogen spelen van hun ouders. De beruchte martelscène uit GTA V is voor hen vooral 'lachen'.

Het zal allemaal wel. Ik maak me niet zozeer zorgen over de heftigheid van de scènes, als wel over de tijd die de spellen van de spelers vragen. De verslaving schaadt schoolcarrières. Blijven zitten kost de samenleving circa 4.000 euro. Een jaar verliezen op school kost de leerling zelf een jaarkomen. Wanneer de gamer een niveau zakt, worden de maatschappelijke kosten gemiddeld hoger. Schooluitval is natuurlijk helemaal funest voor de samenleving.

De Nederlandse sport wordt overigens ook getroffen. Het voetballen op pleintjes en grasveldjes gebeurt minder dan vroeger en hiermee daalt het niveau van menige voetbalclub. De clubkampioenen op de tennisclubs die ik ken, zijn allemaal boven de 35. Jong talent speelt te weinig om de oude garde te bedreigen. De games zijn belangrijker.

Het zou mij niet verbazen wanneer de maatschappelijke kosten van gameverslaving die van roken of drinken evenaren of zelfs overstijgen. Gamen is een belangrijkere factor bij schooluitval, schat ik zo in.

Wie de spelregels niet kent...

Arthur van Vliet, eindredacteur van Gamer.nl, plaatste op 9 januari 2014 deze reactie op de website.

Ferry Haan schrijft in de Volkskrant over de gevolgen van gameverslaving: hoge kosten door schooluitval en tanende interesse in beoefening van sport. Haan baseert deze conclusie op twee observaties in zijn directe omgeving. Ten eerste hoort hij, docent economie, van leerlingen dat zij de vrijheid van ouders krijgen om urenlang te gamen. Ten tweede ziet hij bij de lokale tennisvereniging enkel clubkampioenen van boven de 35 jaar. Gamen is de aanleiding van veel uitval, 'schat hij zo in'. En toch doen we niets aan gameverslaving van jongeren.



Daarmee nestelt Haan zich in de traditie van ongefundeerde gamekritiek, die zich gemakkelijk onderuit laat halen. Als eerste: je directe omgeving is geen maatstaf voor de rest van de wereld. Bij de titel van Haans opiniestuk en een platform als de Volkskrant verwacht je een relevante aanleiding, zoals recent onderzoek over de relatie tussen gamen en schooluitval of desnoods een reeks schrijvende voorbeelden. Aan de aanname dat de kosten van gameverslaving hoger zouden liggen dan van tabak en alcohol, heeft de lezer niets, aan evidentie des te meer. In plaats van met cijfers komt Haan met bewijsvoering die niet verdergaat dan zijn eigen observaties. Voorts staan er al hoge boetes op het verkopen van 16+- en 18+- games aan te jonge klanten, in tegenstelling tot wat Haan beweert.

Haan vergeet daarnaast het begrip gameverslaving te definiëren. Op zich heeft hij namelijk gelijk: gameverslaving in de letterlijke zin van het woord is een kwalijke zaak met ernstige gevolgen, waar inderdaad aandacht aan moet worden besteed. Maar wanneer mogen we spreken van een verslaving? Is een jongere verslaafd als hij tien uur per week GTA speelt? Waar ligt die grens? Haan gaat eraan voorbij, terwijl het nota bene het onderwerp van zijn betoog is.

Dan inhoudelijk. Games in het algemeen zijn een gemakkelijke prooi, maar uiteindelijk geldt: te veel van alles is schadelijk. Laat een kind te veel buiten spelen en zijn huiswerk lijdt eronder. Laat een kind de hele dag huiswerk maken en zijn sociale ontwikkeling stokt. Maakt dat beide bezigheden inherent slecht? Natuurlijk niet. Overdaad schaadt, luidt het gezegde; een algemene wijsheid die in de discussie enkel van toepassing lijkt op het gamemedium.

Waar is de nuance? Waarom je niet afvragen waarom de leerlingen van docent Haan zoveel gamen? Welke rol speelt 'spel' in de algemene ontwikkeling anno nu? Laatst nog te lezen op Volkskrant.nl: games zouden goed kunnen zijn voor het 'leervermogen, gezondheid en sociale vaardigheden', waarbij 'het stereotype van de geïsoleerde gamer wellicht nogal achterhaald is'.

Nu is het voor mij als journalist werkzaam in de game-industrie eenvoudig om advocaat van de duivel te spelen, maar dat doe ik niet. Games zijn niet per se goed. Games zijn ook niet per se slecht. Games zijn er gewoon, en ze zijn overal. Gebrek aan kennis ligt aan de basis van de meeste kritiek op het medium, maar ook aan het gebrek aan ingrijpen waar Haan over spreekt. Zolang ouders en docenten geen flauw idee hebben wat hun kinderen en leerlingen spelen en waarom, is het inderdaad verleidelijk om het computerspel in een zelfde categorie als alcohol en tabak te plaatsen óf gewoon te negeren. Nalatigheid van ouders voorkom je niet door ze te wijzen op de gevaren, zoals Haan suggereert, maar door ze aan te moedigen belangstelling te tonen voor die zo enge hobby van hun kind. Zo ontstaat er wederzijds begrip, in plaats van de aloude neiging om harde restricties op te leggen aan wat niet begrepen wordt.

Gameverslaving bestaat, maar zoals bij andere verslavingen wijst het waarschijnlijk in veel gevallen op dieper liggende problemen. Natuurlijk moet daar wat aan gedaan worden en natuurlijk is aandacht voor het probleem goed. Wilde assumpties op basis van onbegrip zijn dat absoluut niet.

Bronnen: tekst 1: persvoorlichting Universiteit Utrecht, 5 april 2016; tekst 2 en 3 zijn beide bewerkt

