

In twee artikelen schetst Ivo Mijland het probleem van gameverslaving en de mogelijkheden om slachtoffers te begeleiden.

Dit artikel beschrijft de context van het probleem. In september geeft de auteur mentoren aanwijzingen om hun leerlingen hierbij te helpen.

Gamers zijn geen losers

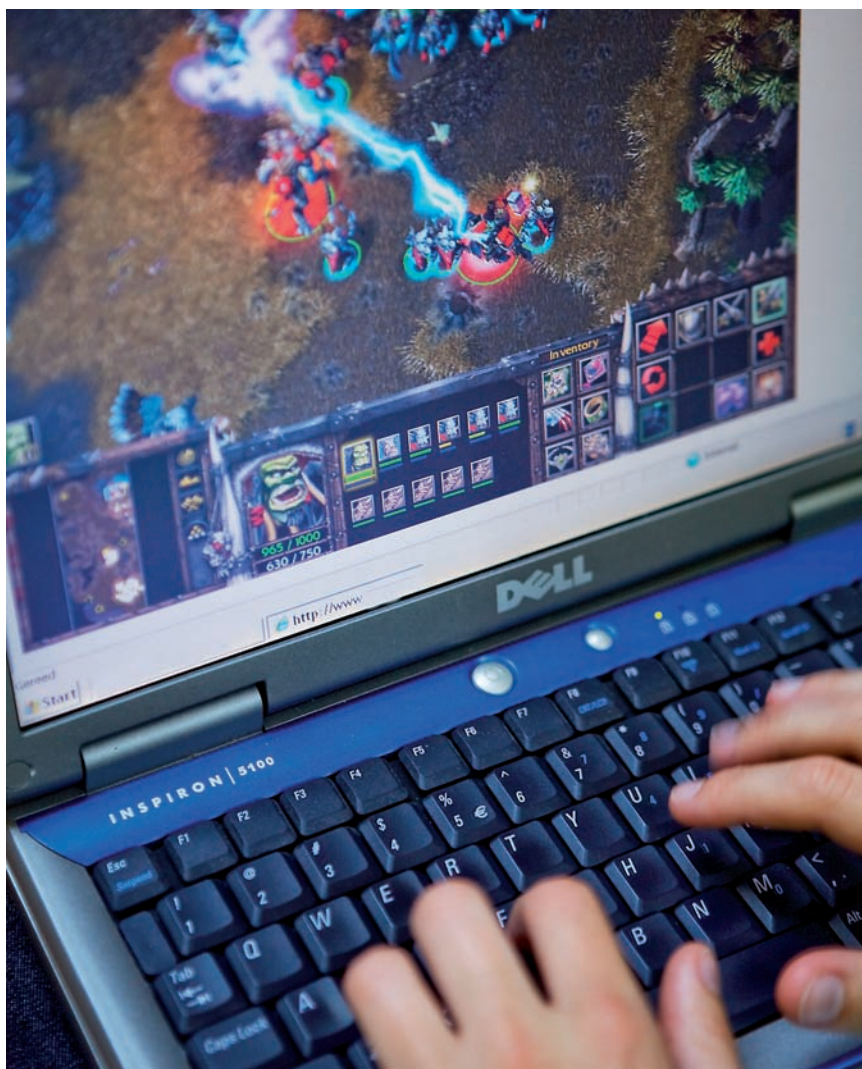
Gamen en internet zijn vaak niet het startpunt van problemen. Er is een lang traject van prikkelingen op het net nodig, voordat een tiener in de valkuil van verslaving stapt. Maar, als de jongere eenmaal verslaafd is, is er volgens Keith Bakker sprake van een van hardnekkigste vormen van verslaving.

Door Ivo Mijland

In de populaire tv-serie Family Matters leerde het Nederlandse publiek gameverslaafde Mike van Walsum kennen. Een scene in de serie is cruciaal te noemen. De vader van Mike is – als presentator/coach Keith Bakker erom vraagt – nauwelijks in staat om te zeggen ‘Ik hou van je’ en zoon Mike kan deze lieve woorden al helemaal niet ontvangen. Op het moment dat vader op Keith's commando zegt ‘Mike je bent een lul’ reageert Mike – nu wel in contact met zijn vader – ‘weet ik!’

Onlangs verscheen bij Smith&Jones, de afkickkliniek van Bakker, een dvd met als onderwerp gameverslaving. ‘Game on or game over’ laat de verhalen zien van een aantal verslaafden, omdat de programmamaker er van overtuigd is dat excessief gamen kan leiden tot een obsessieve, zeer hardnekkige verslaving. Toegegeven, als het kind eenmaal de controle kwijt is, gaat het ook echt mis. Maar er zijn veel kansen om gamen en internet als zinvol instrument in de opvoeding en het onderwijs te integreren.

Vrijwel elke jongere (99,8%, bron: IVO, november 2008) verblijft regelmatig op internet. Internet en gamen is een serieus onderdeel geworden van de dagelijkse bezigheden van jongeren. Dat is niet alleen voor jongeren, ook volwassenen (ouders, docenten) zijn steeds meer te vinden op internet. De administratieve kant van het docentschap wordt vrijwel op alle scholen in een digitale omgeving bijgehouden en kan ook eenvoudig thuis aangepast en aangevuld worden. De technische ontwikkelingen brengen het internet ook steeds dichterbij. In de pauze kun je via je mobiel snel even je mailbox checken of op internet nieuwsberichten bekijken, ondertussen twitterend contact houdend met de hele wereld.



Analoog thuis

En ook thuis wint de virtuele wereld bij volwassenen terrein. Vrienden en oud-klasgenoten worden gecontacteerd via Hyves, contact met familie in Australië verloopt via een gratis telefoongesprek op Skype (met beeld) en zelfs complete vergaderingen vinden regelmatig plaats van achter het beeldscherm. De digitale ontwikkelingen maken het mogelijk om vanuit huis te werken, lastige fileproblemen te voorkomen en dus veel efficiënter met de tijd om te gaan. Mentoren kunnen ouders snel informeren over de vorderingen van hun kind. Zelf werkte ik met een maandelijkse digitale nieuwsbrief, waarin ik de leuke onliners, nieuwsberichten uit de groep en informatie over projecten vliegensvlug kon communiceren. Ouders geven gelukkig

vaak het goede voorbeeld, door te laten zien wat internet allemaal te bieden heeft.

Ook voor jongeren is internet een leerrijke omgeving. Op YouTube bijvoorbeeld kun je in een muisklik de werking van natuurkundeproefjes bekijken, vind je beeldmateriaal dat aansluit bij je werkstuk voor geschiedenis en kun je makkelijk kennis maken met andere talen. Daarmee is YouTube niet alleen een 'poel des verderfs', maar vooral ook een wereld vol mogelijkheden. Gamers zijn ook zeker niet altijd sociaal afgestorven wezens met puisten en onverzorgd haar. Gamers bieden ook een sociaal netwerk, omdat vriendschappen ontstaan uit een gemeenschappelijke liefhebberij. De LAN-party's zijn een goed voorbeeld van gamen als sociaal tijdverdrijf. Maar ook kleinschalig zoeken gamers elkaar 'analoog' op, om samen te spelen op de (spel)computer.

Obsessie met gamen

Het misverstand dat gamen alleen maar slecht is, verwerp ik dus krachtig. Er gaat heel veel goed en diverse onderzoeken wijzen ook uit dat gamen – net als schaken bijvoorbeeld – vooral ook leerzaam kan zijn. Kinderen leren er samenwerken, doen kennis op, worden getraind in creatieve vaardigheden en leren strategisch denken. Bovendien kun je met gamen prijzen winnen, zoals de Nederlander Manuel Schenkhuizen. Hij won als gamer, net 23 jaar oud, al ruim 150.000 euro aan prijzengeld, onder andere door het winnen van de wereldtitel op de World Cyber Games. In Japan geniet Grubby, zoals hij zich in gameland noemt, een ware heldenstatus.

Toch zijn er wel zorgen. Hetzelfde onderzoek van IVO (november 2008) geeft aan dat er bij 1,2% van de gamers, 9600 jongeren, ernstige psychosociale problemen ontstaan. Deze groep is niet in staat om met de virtuele wereld om te gaan en raakt in een sociaal isolement, krijgt last van depressies of wordt zelfs suïcidaal. Obsessief gamen kan bovendien lijden tot psychoseverschijnselen, waarbij game en werkelijkheid onaangenaam met elkaar vermengen.

Er zijn voldoende voorbeelden van gamepsychose in de pers verschenen en de filmmaker Nic Balthazar gebruikte een noodlottige gamepsychose van een autistische jongen als thema. Het probleem met jongeren en internet kan wat mij betreft breder getrokken worden dan de 1,2%. Uit onderzoek blijkt namelijk ook dat 9% van de jongeren bijna 40 uur per week in de virtuele wereld verblijft en tijdens die uren dus geen directe deelnemer meer is in de primaire context (gezin) of de secundaire context (school). Bij deze groep is er (nog) geen sprake van psychosociale problemen (depressie, eenzaamheid, drugsgebruik, slaapstoornissen). De hoeveelheid tijd maakt echter wel duidelijk dat deze groep jongeren de tijd op een andere plek niet meer kunnen uitgeven. Deze groep ontwikkelt een sociaal netwerk via de muis en is niet voldoende sociaal aanwezig thuis. Op internet blijkt vrienden maken veel minder ingewikkeld dan in de context school. Dat gebeurt via Hyves, waar leerlingen van 13 jaar soms wel 1000 vrienden in hun profiel hebben toegelaten met een muisklik, maar ook in Online Roleplay Games. In deze games ontmoeten jongeren gamers uit de

hele wereld, die samen bouwen aan een virtuele wereld. In World of Warcraft (wereldwijd 11 miljoen spelers) start je missie met een leeg karakter, dat je met veel speeltijd kunt uitbouwen tot een machtig personage. Lang online zijn in de roleplay, levert resultaat op. Jij bent de baas en bepaalt wat er gebeurt in dit spel.

Nachtwerk loont

Je kunt natuurlijk ook de keerzijde ontdekken in de spelregels. Je macht in WOW is namelijk wel afhankelijk van je gamegedrag. Je maakt in deze game immers deel uit van een groep en niet inloggen heeft consequenties voor jezelf en je gamegenoten. Aangezien andere gamers niet perse in Nederland opereren, kan het spel druk op de speler leggen om bijvoorbeeld op het Amerikaanse dagschema in te loggen en daarmee is het voor de Hollandse gamer nachtwerk. De druk is bovendien groot, omdat veel roleplay games lastig te spelen zijn als je niet dagelijks online gaat. Een dag niet inloggen heeft negatieve consequenties op je spelbeleving en ook de duur van spelen is van invloed op het resultaat. Bovendien is gamen niet per definitie gratis.

Jij bent de baas en bepaalt wat er gebeurt in dit spel

Gamers die betalen krijgen vaak voorkeursbehandelingen in het spel en vergroten hun kansen op succes door er geld aan te besteden. Zelf speelde ik wel eens het spel Online Soccer Manager, onder jongeren een zeer populair online voetbalspel, waar je je favoriete elftal kunt coachen in een virtuele competitie. Hoewel je dit spel gewoon gratis kunt spelen, voel je je min of meer verplicht om een betaalde account aan te maken. Bovendien weet je dat het zinvol is om op tijden dat anderen al slapen, toch nog even in te loggen om je speltechniek af te stemmen op de laatste handelingen van je concurrenten. Nachtwerk loont.

Uiteraard is er nog geen sprake van een probleem, maar dit voorbeeld geeft wellicht wel aan hoe het internet ons dagelijks blootstelt aan verleidingen. En iedereen weet dat verleidingen, mits je verslavingsgevoelig bent en wegens gebrek aan andere verleiding zoekende bent, kunnen lijden tot verslaving.

Ivo Mijland geeft voor Ortho Consult (www.orthoconsult.nl) trainingen aan mentoren, onder andere over de digitale wereld van jongeren. Daarnaast heeft hij een praktijk voor contextuele hulpverlening, waar hij jongeren die vastlopen (bijvoorbeeld door gamen) begeleidt (www.consult-content.nl) De dvd 'Game on or game over' verscheen onlangs bij Smith & Jones in Amsterdam.

Meer info op www.smithandjones.nl

