



Jaap Lummen

Preventiewerker

Programma

- ✓ Inleiding
- ✓ Beeldvorming
- ✓ Gamen
- ✓ Tips



Beeldvorming

De doelgroep gamers kan in 3 groepen verdeeld worden.

- Niet-gamers/incidenteel gamers (totaal: 60%, jongens: 38%)
- Hobbygamers (totaal: 36%, jongens: 55%)
- Risicogamers (totaal: 4%, jongens: 7%)

Niet-gamers/incidenteel gamers

Niet-gamers/incidenteel gamers
(totaal: 60%, jongens: 38%):

de overige groep jongeren
die incidenteel of nooit gamen,
speelt gemiddeld 3 uur per week games.

60%

Hobbygamers

Totaal: 36%, jongens: 55%:

minimaal twee tot drie dagen per week gamen.

Deze groep speelt gemiddeld zo'n 14 uur per week games.

36%

4%

Risicogamers

Totaal: 4% (jongens: 87% Meisjes 13%)

scoort positief op minimaal vijf over gamestoornis

minimaal één direct probleem met gamegedrag

- Stiekem gamen
- Ruzie door gamegedrag,
- Verliezen van andere hobby's/activiteiten
- Ontstaan van ernstige problemen met familie of vrienden

Gamen minimaal twee tot drie dagen per week

Spenderen gemiddeld 23 uur per week aan gamen

Beeldvorming

Van de jongeren voldoen ongeveer 4 procent aan de definitie 'problematisch gamen'.

In 2015 meldden zich in Nederland 48 jongeren (18-) personen bij de verslavingszorg voor een behandeling voor problemen met gamen. In totaal waren dit er 541 (alle leeftijden).

Weet jij hoe lang je kind gamed
of social media gebruikt?



KENNISMAKING

EXPERIMENTEREN

SOCIAAL GEBRUIK

GEWOONTE GEBRUIK

PROBLEMATISCH GEBRUIK

VERSLAVING

Wanneer is gamen een probleem

Gamen wordt een probleem als mensen de controle erover verliezen. Iemand besteedt dan zo veel tijd aan gamen dat hij of zij erdoor in de problemen komt, bijvoorbeeld op het werk of op school, op financieel gebied of met relaties. Er is geen goede balans meer tussen het gamen en andere activiteiten. Het lukt bovendien ook niet om te minderen.

Belangrijk om te weten is dat iemand tijdelijk problematisch gedrag kan vertonen, maar dat dit gedrag ook prima weer terug kan gaan naar gezond gedrag zonder hulp. Dit kunt u bijvoorbeeld zien als er net een nieuw spel is uitgekomen.



Compulsief Gedrag





- MMORPG's (Massively Multiplayer Online) (World of Warcraft)
- Role playing games
- First person shooters (Call of Duty, Wolfenstein 3D)
- **Welke games zijn er?**
- Platform games (Mario)
- Sport games (FIFA, Formule1, Rally)
- Real time strategy games (Red Alert)
- Simulation games (Simcity, the Sims)



- Oog-handcoördinatie kan verbeteren
- Oriëntatievermogen kan verbeteren
- Strategieën ontwikkelen
- **Gamen: Wat zijn de voordelen?**
- Creativiteit wordt geprikkeld
- Beslissingen leren nemen



- Ruimtelijk inzicht
- Reactiesnelheid
- Leren samenwerken
- **Gamen: Wat zijn de voordelen?**
- Leren concentreren
- Geschiedenis of Vreemde talen
- Oefenen van sociale vaardigheden



- Erg moe zijn
- RSI & slechte houding
- **Lichamelijke signalen van verslaving**
- Overgewicht of ondergewicht
- Moeilijk kunnen stoppen
- Slechte schoolprestaties / spijbelen



- Maaltijden missen of eten achter de computer
- Eenzaam
- Negatief zelfbeeld
- **Gedrags signalen van verslaving**
- Depressief
- Liegen of stiekem spelen
- Veel praten over gamen



Autisme & Gamen

- Gestructureerde wereld
- Lang concentreren
- Onttrekken aan sociale activiteiten
- Sociale vaardigheden leren (positief effect)



ADHD & Gamen

- Behoefte aan afleiding en spanning
- Gevoelig voor snelle beloningen
- Gamen kan ontspanning geven (positief effect)



**Toon interesse in de game(s) die uw kind speelt
& controleer op welke social media uw kunt actief is**



TIPS voor gamen



Toon interesse in de game(s) die uw kind speelt

Ontdek: Ga na wat jouw kind speelt. Bijvoorbeeld door een YouTube-trailer van dat specifieke spel te bekijken. Zo krijg je een idee hoe het eruitziet en in wat voor wereld je kind zich begeeft.

Speel: Ervaar zelf wat die game inhoudt door mee te spelen. Dan begrijp je direct wat jouw kind motiveert. Zoek naar spellen met een co-op modus, waarbij je samen (en dus niet tegen elkaar) het spel speelt.

Praat over het gedrag van uw kind & Stel haalbare regels!

Wees geïnteresseerd en bespreek met je kind wat er nou zo leuk is aan dat ene favoriete spel of social media platform.

Zo leer je vanzelf hoe het in elkaar steekt en kun je meteen afspraken maken over het game gebruik of gebruik van telefoon/social media.

leeftijdscategorieën



www.pegi.info



www.pegi.info



www.pegi.info



www.pegi.info



www.pegi.info

De inhoudsbeschrijvingen geven aan of er in de game sprake is van gokken, angst, drugs- en/of alcoholgebruik, seks, discriminatie, grof taalgebruik, geweld of ingame-aankopen.



GEWELD



GROF TAALGEBRUIK



ANGST



GOKKEN



SEKS



DRUGS



DISCRIMINATIE



IN-GAME-AANKOPEN

Parentelcontrole

Dit stelt je in staat om onder andere:

- Te selecteren welke games jouw kind mag spelen
- Te bepalen hoe lang je kind mag spelen en om in het logboek na te kijken wanneer en wat je kind gespeeld heeft
- Te controleren welke ingame-aankopen worden gedaan en eventueel een bestedingslimiet in te stellen
- Voice chat uit te schakelen en te selecteren met wie je kind online mag spelen
- Een internetfilter in te stellen, zodat bepaalde websites/zoektermen geblokkeerd worden

Geef het goede voorbeeld!





Wat kan Tactus voor u betekenen?



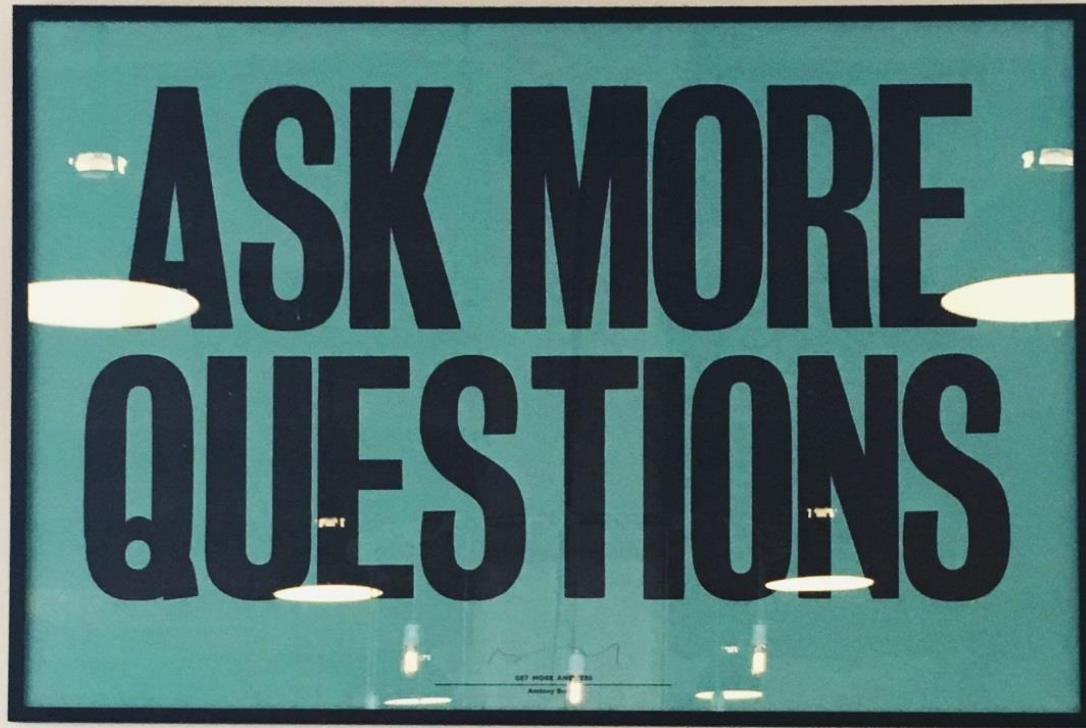
Preventie

- ✓ Consultatie
- ✓ Voorlichting
- ✓ Preventiegesprekken



Behandeling

- ✓ Begeleiding
- ✓ Behandeling
- ✓ Aanvullende therapie
- ✓ Groepsaanbod
- ✓ Ouders, partners, kinderen



Jaap Lummen

Preventiemedewerker
Tactus Verslavingszorg

T 088 38 228 87
M 06 22 41 80 61
E j.lummen@tactus.nl
I www.tactus.nl





Tactus

verslavingszorg