

Trimbos: gamers blowen, drinken minder dan niet-gamers

8 april 2019



De gemiddelde tijdsbesteding van gamende jongeren is zo'n 14 uur per week voor de groep hobbymatig gamende jongeren die weinig problemen ervaren op belangrijke leefgebieden. De meer tijdrovende online games worden vooral door jongens gespeeld. Van hen behoort ongeveer 7 procent tot de [risicogroep](#). Deze groep vertoont vijf keer zo vaak [lichamelijke](#) en [mentale](#) gezondheidsproblemen als de hobbygamers of de niet-gamende jongens.

Probleemgamers gebruiken dezelfde apparaten en spelen dezelfde spellen als jongeren die hun gamegedrag weten te beperken. Dat wekt het vermoeden dat vooral jongeren met bestaande problemen teveel gamen als (ongezonde) strategie om met hun problemen om te gaan (escapisme). Het gamegedrag levert dan weer nieuwe problemen op die de situatie verder verergeren, [aldus](#) het Trimbos-onderzoek.

Onderzoek met Universiteit Utrecht

Trimbos biedt het onderzoek aan in een factsheet. Het onderzoek werd uitgevoerd door Trimbos in samenwerking met Regina van den Eijnden van de Universiteit Utrecht. De data uit het onderzoek zijn afkomstig van drie andere onderzoeken, te weten het Health Behaviour in School-aged Children project (www.hbsc.org, 2017), het European School Survey Project on Alcohol and Other Drugs (ESPAD, www.espad.org, 2015), en het Digital Youth onderzoek (DIYO, Universiteit Utrecht, 2018).

Verslaving aan (online) gaming zou mogelijk door de Wereldgezondheidsorganisatie (WHO) [worden opgenomen](#) in de elfde editie van de Internationale Classificatie van Ziekten (ICD11). De WHO spreekt over een gameverslaving wanneer gamen het leven van een persoon overheerst en gamen dwangmatig wordt. Volgens de organisatie kan gamen tot gezondheidsproblemen leiden en daarom is behandeling nodig. Daarnaast constateerde de WHO vraag naar een behandeling en naar een erkenning door professionals uit de medische

wereld.

Preventief optreden

Door de erkenning zal er meer onderzoek worden gedaan naar de problematiek en kan er preventief worden opgetreden. Een ander groot voordeel van een officiële erkenning is dat er een duidelijker scheidslijn komt tussen mensen die veel gamen zonder gevolgen en mensen die hier significante negatieve gevolgen van ondervinden.