

Gaming blijkt toch minder anti-sociaal dan eerder gedacht

06-10-2020 10:45



Wel kan het alleen spelen van games soms juist het gevoel van eenzaamheid versterken.

De overgrote meerderheid van de jongeren speelt regelmatig games, in Nederland gemiddeld zelfs zo'n 14 uur per week. Toch bestaat vaak nog het idee dat gamers anti-sociale, eenzame types zijn. 'Veel onderzoek tot nu toe gaat er vanuit dat de hoeveelheid schermtijd het sociale welzijn van jongeren bepaalt. Uit mijn onderzoek blijkt echter dat dat geen goede indicator is, en dat het veel meer uitmaakt in wat voor context adolescenten spelen,' aldus Verheijen.

Vriendschap en eenzaamheid

Tijdens een van de studies werden adolescenten gefilmd terwijl ze het race-spel Mario Kart op één van drie manieren speelden: alleen, competitief, of samenwerkend met een vriend. Verheijen: 'Wanneer vrienden veel positief en prosociaal gedrag lieten zien, leidde dit tot een betere vriendschap, ook bij een competitief spel. Uiteindelijk bleek dat de interactie tussen spelers het belangrijkste was voor de kwaliteit van de vriendschap, en niet het speltype dat gespeeld werd.'

Games kunnen daarnaast een waardevol middel tegen eenzaamheid zijn. In sommige situaties kan het echter ook eenzaamheid versterken. Verheijen volgde zo'n 600 jongeren voor een periode van drie jaar, waaruit bleek

dat eenzaamheid toenam bij gamers die vooral alleen speelden. 'Bij jongeren die vooral alleen gamen zagen we stijgende eenzaamheid. Maar adolescenten die vooral samen met anderen spelen, waren consistent minder eenzaam, zowel op de korte als lange termijn.'

Desalniettemin kunnen games die alleen gespeeld worden ook waardevol zijn in een sociale context. Verheijen: 'Videogames zijn onderdeel geworden van de jongerencultuur. Ze worden op het schoolplein onderling besproken, dus het helpt kinderen als ze daarover kunnen meepraten. Als ouders kinderen verbieden om games te spelen, is de kans juist groter dat ze buiten een vriendengroep vallen.'

Geweld

Veel ouders zijn bang dat gewelddadige spellen kunnen leiden tot agressiever gedrag bij hun kinderen, maar ook daar zet Verheijen een kanttekening bij. 'We volgden tweetallen vrienden een jaar lang, en hielden bij hoeveel ze werden blootgesteld aan gewelddadige games. Het blijkt dat als jongens een beste vriend hebben die veel van dit soort spellen speelt, zij zelf agressiever worden. Het gamegedrag van de beste vriend bepaalt dus eventueel agressief gedrag van de adolescent. Dat suggereert dat niet de game zelf, maar juist de interacties die daaruit tussen de beste vrienden volgen de agressie verhogen, al moet dat nog verder onderzocht worden.'

Volgens Verheijen is het belangrijk dat ook bij toekomstig onderzoek naar games naar de sociale context wordt gekeken. 'Onderzoek naar games draait nu nog vaak om uren en schermtijd, maar het gedrag rondom games is veel complexer dan dat. Het maakt enorm uit met wie en op welke manier games gespeeld worden. Er is geen simpel antwoord op de vraag of games 'goed' of 'slecht' zijn. Wel lijken video games, net als films en boeken, een belangrijk middel om mensen met elkaar te verbinden. Dat wordt nu nog vaak onderschat. Alleen door die sociale context te erkennen, wordt de bredere impact van games op het welzijn van jongeren duidelijk.'

Bron en meer informatie: [Radboud Universiteit Nijmegen](#)