

Feitenkaart Gamegedrag van jongeren



Gamen in de vrijetijd

Gamen is een vorm van vrijetijdsbesteding. Frequent gamen hoeft niet gepaard te gaan met mentale of lichamelijke gezondheidsproblemen. Uit onderzoek van het Trimbos instituut blijkt dat hobbygamers minder vaak roken, blowen en drinken dan niet-gamende jongeren. Jongeren met risicovol gamegedrag hebben vaker lichamelijke en mentale gezondheidsproblemen. Games worden tegenwoordig ook steeds vaker ingezet om het onderwijs leuker te maken of voor een psychologische therapie. Het is voor jongeren lastig om de grens in te schatten tussen een passionele hobby en het verliezen van de controle. Daarnaast is er nog weinig informatie beschikbaar over wat een gezonde schermtijd-balans is.

Hoeveel gamen jongeren en hoe vaak?

Tweedeklassers gamen vaker dan vierdeklassers. Van de jongeren uit klas 2 in de regio Rijnmond gamet 63% minstens 1 keer per week. Vierdeklassers gamen minder vaak. De helft van de jongeren van klas 4 gamet 1 keer per week of vaker. Jongens gamen veel vaker dan meisjes. Acht op de tien jongens gamen 1 keer per week of vaker. Bij meisjes is dit één op de drie. Op de stelling 'Hoe vaak zeggen anderen dat je minder zou moeten gamen' wordt het antwoord vaak of zeer vaak het meest gegeven (zie figuur 2). Het minst vaak wordt gamen vanuit een gevoel van onrust, stress of irritatie genoemd.

Auteur

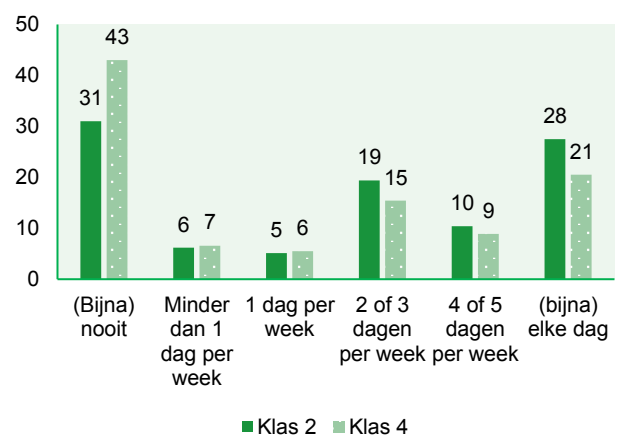
Gea Schouten, Onderzoek en Business Intelligence, gemeente Rotterdam, maart 2021.

Met dank aan Netty van Veelen en Nathalie Koene-Smit.

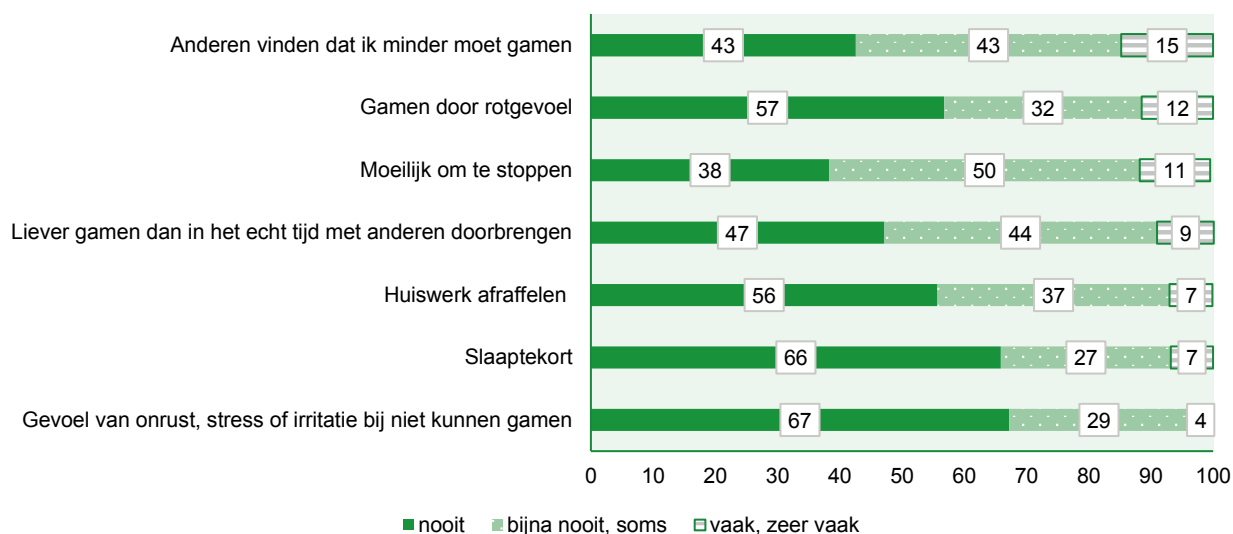
Meer informatie

Deze factsheet is te vinden op www.gezondheidinkaart.nl. Vragen over de Gezondheidsmonitor mailt u naar Gezondheidsmonitor@rotterdam.nl

Figuur 1. Aantal dagen per week dat jongeren gamen (2019)



Figuur 2. Het percentage jongeren dat nooit, bijna nooit/soms en (zeer) vaak antwoordt op de stellingen over gamen in regio Rotterdam-Rijnmond (2019).



Hoeveel risicovolle gamers zijn er?

In de regio heeft 3,6% van de 13- t/m 16-jarigen een verhoogd risico op problematisch gamen. Dit is iets hoger dan het landelijk gemiddelde (2,7%). Problematisch gamegedrag komt vaker voor bij jongens dan bij meisjes (zie tabel 1). Ondanks dat tweedeklassers vaker gamen, is het aandeel jongeren dat problematisch gamet vergelijkbaar met dat van vierdeklassers. Jongeren die aangeven dat er thuis moeite is om financieel rond te komen, zijn vaker risicovolle gamers.

Definitie risico op problematisch gamen: gemiddelde score op 7 stellingen groter dan 2. De gemiddelde score loopt van 0 (nooit) tot en met 4 (zeer vaak). Als er vaak of zeer vaak sprake is van slaaptekort of het afraffelen van huiswerk dan wordt de jongere ook als risicogroep geïdentificeerd.

Tabel 1. Percentage jongeren met een risico op problematisch gamegedrag naar achtergrondkenmerken (2019)

Achtergrondkenmerk	% risicovolle gamers
Geslacht	
Jongen	6,1%*
Meisje	1,1%
Leerjaar	
Klas 2	3,7%
Klas 4	3,4%
Rondkomen met inkomen	
Moeite met rondkomen	3,4%
Geen moeite met rondkomen	6,4%*

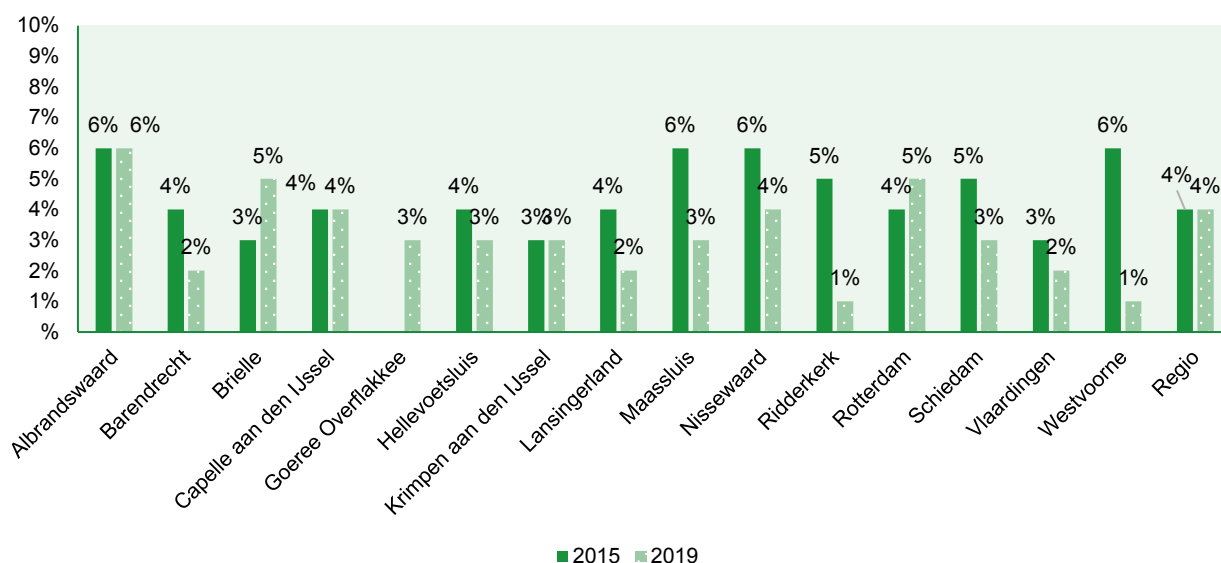
* Significant verschil ($p < 0,05$)

Aandeel risicovolle gamers vergelijkbaar

Op regioniveau is het aandeel risicovolle gamers tussen 2015 en 2019 gelijk gebleven (zie figuur 3). In Lansingerland, Schiedam, Ridderkerk en Westvoorne daalde het aandeel jongeren dat een risico loopt op problematisch gamen tussen 2015 en 2019 licht. In 2019 is in Rotterdam en Albrandswaard het aandeel risicovolle gamers iets hoger dan gemiddeld in de regio.



Figuur 3. Percentage jongeren 13 t/m 16 jaar met een verhoogd risico op problematisch gamen (2015 en 2019)



Samenhang met ervaren gezondheid

Van de jongeren die risicovol gamen geeft 68% aan een goede gezondheid te hebben. Dit is lager dan jongeren die geen risicovolle gamers zijn, van hen geeft 83% aan een goede gezondheid te hebben.

Samenhang met risico op psychosociale problemen

Een set van 25 stellingen meet of de jongere een (hoog) risico heeft op psychosociale problemen. Van de jongeren met risicovol gamegedrag heeft 28% een verhoogd risico op psychosociale problemen. Onder de jongeren die niet risicovol gamen, heeft 13% een verhoogd risico op psychosociale problemen.

Hoe zijn de vragen over gamen gesteld?

Hoe vaak speel je games?

Antwoorden: (Bijna) nooit, minder dan 1 dag per week, 1 dag per week, 2 of 3 dagen per week, 4 of 5 dagen per week, (Bijna) elke dag.

Stellingen (Antwoorden: Nooit, bijna nooit, soms, vaak, zeer vaak)

Hoe vaak vind je het moeilijk om met gamen te stoppen?

Hoe vaak zeggen anderen (bijvoorbeeld ouders of vrienden) dat je minder zou moeten gamen?

Hoe vaak ga je liever gamen dan dat je in het echt tijd met anderen doorbrengt (bijvoorbeeld vrienden of ouders)?

Hoe vaak voel je je onrustig, gestrest of geïrriteerd wanneer je niet kunt gamen?

Hoe vaak raffel je je huiswerk af omdat je wilt gamen?

Hoe vaak ga je gamen omdat je je rot voelt?

Hoe vaak kom je slaap te kort door het gamen?

Bronnen en verwijzingen

Gezondheidsmonitor Jeugd 2015 GGD'en en RIVM
Gezondheidsmonitor Jeugd 2019 GGD'en en RIVM

Factsheet (On)gezond gamegedrag van Nederlandse jongeren, Trimbos Instituut en Universiteit Utrecht
