

Gamen en autisme:

Hoe kun je problemen signaleren?



Ze sluiten zich op, hebben geen andere interesses meer, raken geïrriteerd als ze moeten eten en vaak kunnen ze met geen mogelijkheid meer stoppen met gamen. Voor hun boek *Gamen en autisme* deden Herm Kisjes en Erno Mijland kwalitatief onderzoek naar dit onderwerp. Naast een literatuurstudie werden 467 ouders van kinderen met autisme bevestigd over de effecten van het spelen van games op hun kinderen. In dit artikel een korte samenvatting van de bevindingen en hoe je als remedial teacher gameverslaving kunt signaleren.

Herm Kisjes en Erno Mijland

'Bram kan niet tegen zijn verlies. Hij begint te schelden met lelijke woorden, waarvan hij er sommige heeft geleerd tijdens gamen. Als hij meer dan drie uur speelt, begint hij te gillen en gooit hij soms met zijn controller.'

(Marjan, moeder van Bram, 8 jaar)

In ons boek *Gamen en Autismen* staan vele voorbeelden zoals de situatie hierboven beschreven. Uiteraard zijn er positieve effecten van gamen bekend, maar er bestaan ook een aantal problemen. In probleemsituaties geven ouders vrijwel altijd aan dat hun kind boos wordt als gevolg van het spelen van games. Op zich is boos worden bij het verliezen van een spel een natuurlijke reactie. Slechte verliezers kennen we allemaal. Maar wat opviel was dat ouders van een kind met autisme de manier van uiten van de boosheid als problematisch ervaren. Het kind reageert vaak kortaf, heeft driftbuien of begint te schelden. Er is sprake van verlies van controle over de emotie of het kind blijft lang hangen in de boosheid. Daarnaast worden ook andere emoties gerapporteerd die het kind overvallen na het spelen of op momenten dat ze niet kunnen spelen. Ze gedragen zich bijvoorbeeld zenuwachtig, gespannen, gestrest of juist suf en apathisch.

Vluchten in het gamen

Daarnaast constateerden we dat gamen veel energie kost en dat het kan leiden tot een vermoeid, mat gevoel. Gamers noemen dit zelf wel eens *game stoned*, waarbij ze het effect van langdurig gamen vergelijken met dat van een verdovend middel. Door het gamen kan een kind met autisme nog sterker in zichzelf gekeerd raken. Hier spreekt men dan van 'geblokkeerd raken' of 'vereenzaming'. Kinderen met autisme hebben vaak problemen met sociale interactie en moeite met communicatie.

Daarom kunnen zij extra vatbaar zijn om gameproblematiek te gaan vertonen. Ze denken veel aan het spelen of praten veel over het spel op momenten dat ze niet kunnen spelen. Want wat een onschuldige vorm van ontspanning kan zijn, wordt door ouders ook gezien als een middel dat ze gebruiken om te ontsnappen aan moeilijke situa-

ties of emoties. Enkele voorbeelden hiervan zijn beperkingen van het vermogen om een gesprek te beginnen en te onderhouden en de afwezigheid van sociaal emotionele wederkerigheid.

Ook de verwachting in een moeilijke situatie terecht te komen, kan al een reden zijn om de toevlucht te nemen tot gamen. Gamen is voor een kind met autisme bijvoorbeeld veel prettiger dan buiten gaan spelen, want daarbij kun je in onvoorspelbare situaties terecht komen. Een game is een 'veilige' bekende omgeving. Kinderen kunnen meer gaan gamen als ze minder goed in hun vel zitten. Het biedt immers afleiding. Het helpt dan om even niet te hoeven denken aan je problemen. Soms is er sprake van gamen als strategie om de stemming te verbeteren. Bij kinderen met autisme zien we dat het gamen vaker met een onderliggend doel gedaan wordt, dan bij kinderen zonder autisme.

Sociaal isolement

'Het gamen heeft een negatieve invloed op haar sociale contacten. Ze heeft al moeite met contact maken en onderhouden. Op het moment dat ze in een game speelt, heeft ze geen oog voor anderen. Ook niet als er iemand speciaal voor haar op bezoek komt.'

(Henriëtte, moeder van Myrthe, 13 jaar)

Tijdens het gamen kunnen jongeren zich gemakkelijk terugtrekken. Ze zijn niet meer bereikbaar en aanspreekbaar voor anderen. Een ander gevaar is een sociaal isolement, waarbij ze zich niet meer ontwikkelen in de sociale omgang met vereenzaming als gevolg.

Moeilijk stoppen

Alle ouders die zijn geïnterviewd merkten op dat hun gamende kind moeilijk kan stoppen. Ze ervaren dat als een probleem. Hun kind gaat langer door dan is afgesproken. Ook bij kinderen zonder autisme komt dit veel voor, maar bij autisme speelt dit in hogere mate. Kinderen met autisme zijn vaak overgeconcentreerd en kunnen helemaal opgaan in een game en alles om hen heen vergeten. Zoals de tijd. Ze kunnen in de game blijven hangen, komen er niet van los en vertonen obsessief gedrag. Ze leven voor het spel en zijn er afhankelijk van. Begrippen als fixatie en preoccupatie spelen ook een rol: alles draait om de game, de rest is niet belangrijk. Een theoretische verklaring hiervoor kan zijn dat individuen met een ASS bepaalde lichamelijke prikkels (zoals onder andere honger en dorstgevoel, maar ook vermoeidheid) anders waarnemen. Vaak worden deze prikkels veel later opgemerkt of als ander soort stimuli opgevat (Vandereycken et al, 2008). Wanneer een kind dan geconcentreerd aan het gamen is en andere prikkels niet meer opvangt, lijkt het logisch dat de gamesessie langer duurt.

Echt of fantasie

Kinderen met autisme zouden soms moeite hebben met onderscheid tussen fantasie en werkelijkheid. Ouders beschrijven dan dat hun kinderen voortdurend de geluiden nabootsen uit de game of zich identificeren met figuren uit de game. Maar het kan ook verder gaan: het gamende kind neemt de normen en waarden waarop een spel gebaseerd is zonder nadenken mee naar de echte wereld. Daarnaast kunnen ze een fascinatie voor één onderwerp ontwikkelen. Dit wordt wel preoccupatie genoemd. Ze weten dan alles over dat onderwerp, kunnen er heel veel over praten en verliezen de belangstelling voor andere activiteiten. Hierdoor worden andere kennis en vaardigheden niet ontwikkeld. Games kunnen zo'n onderwerp van preoccupatie zijn. De game is dan het enige wat telt.

Omgaan met nadelen van het gamen

Gamen, en dat geldt niet alleen voor kinderen met autisme, kan soms kleine hanteerbare problemen veroorzaken en soms tot ernstige problemen leiden. Op welke manier nadelige effecten van



gamen voorkomen kunnen worden of worden verminderen, dat zit 'm in vele factoren. Een belangrijke zaak is het herkennen van gamegedrag en de ernst per individu. Adviseer ouders zich te verdiepen in het gamegedrag, maar verdiep je als remedial teacher ook in het gedrag van je leerling. Stel de juiste vragen, zoals:

- zijn de gedachten van de leerling constant bij een spel, zowel een eerder gespeeld spel als bij een volgend spel dat hij of zij graag zou willen spelen?
- is het internetgamen een op de voorgrond staande activiteit in het dagelijks leven?
- heeft de leerling steeds minder belangstelling voor andere hobby's of activiteiten?
- misleidt een kind de ouders over de speeltijd van een game of game-periode?
- is een kind prikkelbaar op het moment dat je aangeeft dat het gamen moet minderen?
- gebruikt een kind een game te vaak om een negatieve stemming te ontvluchten/ te verlichten?

Correspondentieadres: herm.kisjes@chello.nl en erno@innodoks.nl.

Literatuur

- *American Psychiatric Association Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders* (5e editie). Washington: American Psychiatric Association; 2013.
- Kisjes, H. en Mijland, E. *Gamen en autisme* (2011). Middelbeers: Innodoks.



Herm Kisjes is werkzaam in een zelfstandige praktijk Affect2U voor mensen met verslavingsproblemen waaronder internet- en gameverslaving, geeft trainingen en schrijft over zijn werk.



Erno Mijland schrijft en spreekt voor en over het onderwijs, met name over de impact van technologie op kinderen en jongeren. Zie ook www.betergamen.nl. Je kunt je aanmelden via de LinkedIngroep 'Gamen en autisme'.

PRATEN OVER GAMEPROBLEMEN

Nadenken en van gedachten wisselen over gamen en het gedrag eromheen is geen vanzelfsprekende activiteit voor jongeren, hun ouders en remedial teachers. Hoe begin je een goed gesprek? Hoe breng je in kaart hoe het gaat? Een vragenlijst kan helpen inzicht te krijgen en aan de hand daarvan het gesprek aan te gaan. Wij hebben een algemene vragenlijst opgesteld in de vorm van een zogenaamde zelfrapportage. Dat betekent dat de gamende jongere zelf een score toekent aan stellingen. Remedial teachers of ouders vullen bij de lijst de score in die zij vinden passen bij het kind of jongere. Door samen te kijken naar waar scores overeenkomen en waar ze juist afwijken heb je de basis voor een gesprek. Het invullen van de vragenlijst maakt zowel de gamer als de begeleider meer bewust van eventuele problemen bij gamen. Het is een algemene vragenlijst en niet specifiek voor kinderen jongeren met autisme. Onze vragenlijst (gratis te downloaden via www.betergamen.nl) is een vrije vertaling van lijsten die we in wetenschappelijk onderzoek hebben gevonden. Je kunt er geen gevalideerde diagnose mee doen. Wel geven de scores een indicatie voor hoe de jongere omgaat met het gamen en geeft het inzicht in de mate van problemen.

KORTING OP GAMEN EN AUTISME

De uitgave *Gamen en autisme* geeft achtergrondinformatie, praktische adviezen van de auteurs en ervaringsverhalen van ouders. Het biedt hulpverleners en professionals in het onderwijs houvast bij het begeleiden van kinderen en jongeren met autisme die games spelen naar een goede balans tussen het gamen en andere activiteiten en verantwoordelijkheden. Lezers van dit tijdschrift kunnen het boek *Gamen en autisme* en het boek *It's all in the games* tot 1 november 2014 bestellen voor 15 euro in plaats van € 18,95. Vermeld dat je lid bent van de LBRT en bestel via www.boekenwerk.nl.

