

## Gamen is goed voor jou!

**Hou jij ook zo van gamen en doe je het graag uren per dag? Maar zeuren jouw ouders daar erg over? Lees dan dit artikel eens goed. Wij van [www.gamenisgoedvoorjou.nl](http://www.gamenisgoedvoorjou.nl) zullen hier uitleggen waarom gamen goed voor jou is!**

### **Door gamen leer je ontzettend veel!**

Gamen is niet alleen leuk om te doen, maar ook heel leerzaam. Je leert er zeer uiteenlopende dingen door. Je traint je oog-handcoördinatie, want je handen voeren uit wat je ogen zien. Je leert steeds sneller te reageren. Door gamen oefen je je geheugen en je ruimtelijk inzicht. Omdat je bij veel games moet doorzetten, krijg je meer wilskracht. Bovendien kun je games vaak samen met een vriendje doen. Daardoor verbeteren je sociale vaardigheden. En ze zijn toch vaak in het Engels? Dat zorgt ervoor dat jij een aardig woordje Engels leert.

En alsof dat nog niet genoeg is: elke game leert je ook nog iets bijzonders. Een quizgame is bijvoorbeeld gemaakt met als doel dat jij nieuwe kennis opdoet. Een sportgame is er opdat jij spelregels leert en technieken kunt oefenen. Zo kun je een voetbalgame gebruiken teneinde je voetbaltechniek te verbeteren. Ook zijn er games die een beroep op je creativiteit doen. Daarom zijn die aan te raden als je je creativiteit wilt stimuleren. En bij avonturengames kun je je lekker afreageren.

'Gamers bewegen te weinig!' werd er geroepen. Gamers moeten meer bewegen. Welnu, daartoe is de Wii ontwikkeld. Met als resultaat dat niet alleen kinderen, maar ook de (groot)ouders bewegen!

### **Waarom dan toch negatieve geluiden?**

Vroeger werd het lezen van boeken slecht gevonden. Later het kijken naar de televisie en films. En nu zijn de games de grote boosdoeners. Soms haalt een jongere door agressief gedrag het nieuws. En dan zeggen ze dat het door het gamen komt.

Of staat er in de krant dat jongeren er verslaafd aan raken. We ontkennen niet dat er inderdaad problemen kunnen ontstaan. MAAR ... wij weten dat het maar om een heel klein aantal jongeren gaat. Onderzoekers zeggen allemaal dat het meestal om jongeren gaat die al niet lekker in hun vel zaten. Of die altijd al snel driftig werden. Uit onderzoek blijkt dat jongeren na agressieve games juist meestal minder agressief zijn dan anderen! Dus, heb je een overbezorgde moeder of (jaloerse?) vader, laat ze dit eens lezen!

## Bezorgde moeder

Door *Bezorgdemoeder*, woensdag 20 januari, 20:45

Ben ik toch wel heel blij, dat jullie mijn zoon van tien jaar aanraadden dit artikel aan mij te laten lezen! Want jullie hebben wel heel sterk alleen de voordelen genoemd. Hebben jullie soms aandelen in de game-industrie?! ☺

Er zijn namelijk ook veel nadelen aan het gamen! Kinderen die erg veel gamen en chatten, leren onvoldoende om gezichtsuitdrukkingen te herkennen. Hoe kijkt iemand die blij, bang of boos is? En dat heb je juist nodig voor een goede communicatie! Dat verzin ik niet, maar dat is uit onderzoek gebleken.

Bovendien is het niet goed voor je lichaam om vaak te stressen. Bij een game kun je steeds verliezen, waardoor kinderen erg opgewonden raken. Er wordt dan steeds adrenaline in je lichaam aangemaakt, wat ongezond is. Bovendien kunnen je ogen uitdrogen doordat je nauwelijks knippert. En bij de meeste games wordt je linkerhersen helft niet verder ontwikkeld. Die is juist belangrijk voor bijvoorbeeld het (na)denken, luisteren en communiceren.

Ook wil ik noemen dat vooral online games erg verslavend zijn. Het zijn namelijk spellen zonder einde! En dan nog de Wii's. Ik vind dat ouders deze games niet moeten kopen. Ze zijn leuk om een enkel keertje samen te doen, maar niet om je kind hele dagen voor te zetten. Een kind moet gewoon buiten spelen en sporten.

Kortom, jullie zouden er goed aan doen ook alle nadelen aan kinderen te noemen. Of kinderen en ouders in ieder geval goede adviezen te geven. Om verslaving te voorkomen is het nodig om afspraken te maken. Bijvoorbeeld dat een kind eerst zijn huiswerk maakt en hoe lang het mag gamen. Ook moeten ze het PEGI-systeem op de verpakking bekijken voordat ze iets kopen. Dit geeft aan voor welke leeftijd de game geschikt is.

Ik ben benieuwd naar jullie antwoord!

*Inge van Dam*