Stelling: gamen is ongezond

Toen de eerste bioscopen hun deuren openden, ontstond er grote ophef over de gevaren van deze nieuwe vrijetijdsbesteding. Men zou verslaafd raken en agressief worden. Eenzelfde opinie heerst op dit moment over videogames, mogelijk niet geheel onterecht, maar zeker eenzijdig.

De meeste ouders gruwelen ervan; een zoon of, bijna erger nog, een dochter die een groot deel van zijn of haar vrije tijd besteed aan het spelen van videogames. Het bloed spat nog net niet van het scherm en het liefst gaan de jongeren door tot diep in de nacht. Onder ouders met jongere kinderen wordt met trots gesproken over de beperkte 'schermtijd' die zij hun kroost toestaan.   
  
De aantrekkingskracht van videogames is sterk. Bijna alle kinderen en jongeren spelen videogames en besteden hier gemiddeld zo'n twee uur per dag aan. Hetgeen oploopt met de leeftijd van de jongeren. Dit is niet verrassend gezien de enorme industrie die er dag en nacht aan werkt om videogames zo motiverend mogelijk te maken. Zelfs menig volwassene die beweert geen videogames te spelen, besteedt hier en daar een paar ontspannen minuutjes aan Candy Crush of onderhoudt al jaren een virtuele boerderij op Facebook.

Dpe vraag of videogames nou echt zo slecht zijn, wordt al lange tijd gesteld en krijgt veelal tegenstrijdige antwoorden. Populaire media maken dikwijls melding van onderzoek naar gameverslavingen en gewelddadige gevolgen van het spelen van videogames. Wetenschappelijk onderzoek geeft een enigszins genuanceerder beeld. Onderzoek naar de effecten van videogames op agressie lijkt aan te tonen dat het hooguit gaat om kleine effecten, en hoewel er een kleine groep problematische gamers is (vier procent van de jonge adolescenten; Van Rooij & Schoenmakers, 2013), blijkt dit vooral voorbehouden aan een zeer specifiek type videogames, namelijk Massively Multiplayer Online Role Playing Games (MMORPG's) waarin je samen met andere spelers in een online virtuele wereld speelt die onafhankelijk van jou bestaat.   
  
Het type game lijkt dus, niet onlogisch, essentieel voor de invloed die men kan verwachten. Er wordt in onderzoek naar videogames dan ook vaak een vergelijking gemaakt met voedsel: van een appel verwacht je andere effecten op je gezondheid dan van een zak chips, hetzelfde geldt voor verschillende typen videogames.

Mijn mening

# Stelling: gamen is ongezond

Ik ben het oneens met de stelling en dat zal je in dit stukje tekst lezen

# Eerste argument

**‘gamen is onder andere goed voor de mentale gezondheid van jongeren.'**

Ik vind dat het niet eerlijk is om kinderen niet te laten gamen en gamen is ook nog leerzaam en gamen is ook onder andere goed voor de mentale gezondheid van jongeren.

# Tweede argument

**'Gamen maakt gelukkig'**  
Zelfs simpele spelletjes als Angry Birds hebben een positief effect. Ze vormen volgens de onderzoekers afleiding en kunnen daarom ontspannend werken en hebben een gunstige invloed op iemands gemoedstoestand. Ook zouden kinderen die veel spelletjes spelen, leren omgaan met verlies.

# Slot

Dus ik ben tegen ‘gamen is ongezond’ omdat het gewoon niet waar is.

Er zijn meer dan deze redenen die ik benoem maar de redenen die ik benoem zijn volgens mij wel de belangrijskte reden en

Hier zijn mijn argumenten

* **'Gamen maakt gelukkig'**
* **‘gamen is onder andere goed voor de mentale gezondheid van jongeren.'**

tony van schaardenburg