

## WHO are we empathizing with?

Mensen met ADHD die net zijn begonnen met D&D.

## What do they need to DO?

(het merendeel van) de regels kennen

Het spel onder de knie krijgen  
(roleplaying)

## What do they SEE?

Grote lappen tekst in de boeken

Roll20

D&D Beyond

## What do they SAY?

"Ik liep er tegen aan dat er te veel tekst en regels zijn om te leren"

"De essentie van een role-playing game is dat het een coöperatieve groepservaring is"

"Ik kreeg in het begin heel vaak nare opmerkingen. Deze lieten mij ook niet welkom voelen"

## What did they DO?

Door het gebruiken van een digitale versie van het spel meer in te leven en toch overzicht te houden over bv. Het bord.

Aan de DM vragen stellen

### Pains

- Onzeker over het spel goed genoeg doen
- Onzekerheid over de regels goed genoeg begrijpen
- Hoge leercurve
- Moeite met roleplayen & interacties

### Gains

- Nieuwe mogelijkheden in het spel ontdekken
- Gezelligheid, een connectie met vrienden maken
- Puzzles oplossen
- Zelfvertrouwen krijgen door creatieve oplossingen te bedenken op problemen in het spel

## What do they HEAR?

"Als je moeite hebt met D&D dan ga je toch mario kart spelen?"

"Als ADHD'er snap je deze complexe dingen toch nooit"

"Als je het niet kan waarom doe je dan mee."



## WHO are we empathizing with?

Mensen met ADHD die al een tijdje D&D spelen maar nog steeds obstakels in het spel ervaren vanwege hun D&D.

## What do they need to DO?

Moeten hun aandacht bij de sessie houden

Weten wat de vervolgstappen van hun karakter zijn

Weten wat er in het verhaal gebeurt

## What do they SEE?

Te veel informatie in een keer met grote lappen tekst

Irrelevante informatie van pagina naar pagina bladeren.

Online Virtual Tabletop Omgevingen

Extra homebrew regels/content

## What do they SAY?

"Ik dacht vroeger dat ik gewoon een slechte speler was maar nu begin ik te begrijpen waarin ik anders ben dan mijn neurotypische medespelers"

"Als ik het in een sessie durf, doe ik dat misschien ook sneller in het dagelijkse leven."

"Ik verlies mijn concentratie tijdens

## Pains

- de angst voor de verwachtingen van medespelers om goed te presteren
- grote lappen tekst (door de bomen het bos niet meer zien)
- concentreren
- overzicht houden
- moeite met de game gaande houden als DM
- moeite met roleplayen & interacties

## Gains

- sociale connectie en andere een goed gevoel geven meer dan mezelf.
- Andere coole ervaringen opdoen als een cool karakter in een fantasie wereld
- geen druk is om te presteren of zich anders voor te doen als hij/zij eigenlijk is

## What did they DO?

Zodra iets als (huis)werk begint te voelen, stellen ze het tot het laatste moment uit.

Genoeg "afleiding" hebben tijdens sessie om de aandacht erbij te houden (bv breien zodat er geconcentreerd kan worden op het verhaal)

## What do they HEAR?

Waarom let je niet op het spel? (als er genoeg prikkels gezocht worden om op het spel te kunnen letten)

Je had eerder erover na moeten denken wat je in je beurt gaat doen



## WHO are we empathizing with?

Mensen met ADHD die willen spelen maar dit nog niet doen vanwege hun ADHD.

## What do they need to DO?

Weten wat de vervolgstap van hun karakter is

Een (eerste) karakter maken

## What do they SEE?

Complexe character sheet

Youtube videos van D&D spellen waarin iedereen allemaal regels kennen

(Online) boeken met grote lappen tekst

## What do they SAY?

"Ik vond het moeilijk om voor de eerste keer een karakter te maken en onderdelen ervan te begrijpen"

"Het is zoveel tekst. Als ik ergens niet goed in ben, is het veel tekst lezen en ook nog eens onthouden."

## What did they DO?

Andere bordspellen spelen

De D&D boeken proberen te lezen

### Pains

- te lang doen over je beurt
- te veel informatie
- onzeker over of dit spel wel gemaakt is voor iemand zoals ik

### Gains

- samen zijn met vrienden
- (als) een ander persoon kunnen zijn in de D&D wereld
- creativiteit in spelvorm kwijt kunnen

## What do they HEAR?

Mede spelers die de regels al begrijpen/al ervaring hebben met roleplaying

"Aan jou zie je het niet dus je kan wel gewoon normaal doen"

"Je had je beter moeten voorbereiden"