

Juni 2021

Marie Lunde

Sosiale konsekvenser av dataspill blant ungdom og unge voksne i Norge



Universitetet
i Stavanger

MSOMAS

Masteroppgave i sosialfag

Institutt for sosialfag

Det samfunnsvitenskapelige fakultet

Universitetet i Stavanger

Veileder: Svein Tuastad

**MASTERSTUDIUM I SOSIALFAG
MASTERGRADSOPPGAVE**

SEMESTER:

Vår – 2021

FORFATTER/MASTERKANDIDAT: Marie Lunde

VEILEDER: Svein Tuastad

TITTEL PÅ MASTEROPPGAVE:

«Sosiale konsekvenser av dataspill blant ungdom og unge voksne i Norge»

EMNEORD/STIKKORD:

Dataspill, ungdom, problemspillere, storspillere, psykisk helse, relasjoner, risikoperspektiv, ressursperspektiv

ANTALL SIDER: 57

STAVANGER

1.6.2021

Marie Lunde

DATO/ÅR

Kandidatens navn

Forord

Jeg vil først og fremst rette en stor takk til Svein Tuastad som har vært veileder på denne masteroppgaven. Han har gjennom hele prosessen vært en engasjerende og pedagogisk veileder, og har gjennom sin dyktighet både motivert og inspirert. Det har vært svært lærerikt å diskutere temaet med ham, og hans verdifulle innspill er jeg svært takknemlig for.

Jeg har stor respekt for at veileder, lærere og bibliotekarer ved Universitetet i Stavanger har omstilt seg til digital undervisning og veiledning det siste året, og er som student prisgitt at de har stått på for oss til tross for hjemmekontor eller tomme klasserom. At ikke en gang en verdensomspennende pandemi kan ta fra dere evnen til å kontinuerlig bidra til kompetanseløft sier alt. All ære går til dere.

Takk til Ipsos - Norsk Monitor som har gitt meg anledning til å benytte meg av deres fantastisk rike datamateriale, og takk for veiledning og hjelp.

Takk til mine kloke og oppløftende medstudenter Anna, Celin, Dorte og Åsfrid. De har bidratt til at denne prosessen har vært både hyggelig og lærerik.

Takk til min mor som alltid har klart å se både positive og negative konsekvenser av dataspill. Hun et godt forbilde med sin nysgjerrighet og evne til å ha et helhetlig perspektiv.

Takk til min søster som alltid heier på meg, og min bror som fikk meg interessert i dataspill.

Til slutt vil jeg takke mannen min som er verdens beste støttespiller.

Tusen takk!

Innholdsfortegnelse

Forord	2
Sammendrag	5
Abstract	5
Kapittel 1 - Introduksjon	6
1.1 Tidligere forskning på området	7
1.1.1 Vold som tema.....	7
1.1.2 Avhengighet som tema.....	7
1.2 Formål med studien	8
1.3 Presentasjon av tema og problemstilling	9
1.4 Fremgangsmåte	9
1.5 Definisjoner	10
«Dataspill»	10
«Online»	10
«Dataspillavhengighet».....	10
«Ungdom» og «unge voksne».....	10
1.6 Avgrensninger	11
Dataspillavhengighet som diagnose	11
Kapittel 2 – Spillhistorie, teori og forskning	11
2.1 Dataspills historie og forskningsfokus	11
2.2 Hvorfor spiller vi dataspill?.....	14
2.3 Sosiale perspektiver på dataspill	14
2.4 Ressursperspektivet	15
2.4.1 Fyller behov og gir opplevelse av mestring.....	15
2.4.2 Styrker sosial kompetanse og skaper nye relasjoner	15
2.5 Risikoperspektivet.....	16
2.5.1 Manglende kunnskap kan skape frykt	16
2.5.2 Litteratursøk på forskningsfeltet.....	17
2.5.3 Dataspillforskning baseres på nærliggende modeller	18
2.5.4 Ungdom i en sårbar tid	18
2.6 Emosjonsregulering, empati og beskyttelsesfaktorer	19
2.7 Storspillere eller problemspillere: Potensielle negative konsekvenser av dataspill	20
2.7.1 Forskjellen på storspillere og problemspillere.....	20
2.7.2 Forskning på storspillere og problemspillere	21
Kapittel 3 – Metode og metodiske overveielser	23
3.1 Metodisk tilnærming	23
3.2 Norsk monitor.....	23
3.3 Utvalg	24

3.4 Storspillere og problemspillere.....	25
3.5 Forskningsdesign.....	25
3.6 Hypotesetesting for å finne statistisk signifikans	26
3.7 Kvantitativ metode	27
3.8 Fremgangsmåte	27
Kapittel 4 – Funn.....	28
4.1 Hvor populært dataspill er i Norge.....	28
4.1.1 Ungdom, unge voksne og voksne 15 – 39 år.....	29
<i>Tabell 1: 6477 respondenter mellom 15 – 39 år prosentfordeling på tidsbruk.....</i>	29
4.1.2 Ungdom og unge voksne 15 – 24 år.....	29
<i>Tabell 2: 3068 respondenter mellom 15-24 år prosentfordeling på tidsbruk</i>	29
4.2 Relasjoner og sosial trivsel.....	30
<i>Tabell 3: «Hvor ofte er du ute for å treffe venner»</i>	30
<i>Tabell 4: Hvor fornøyd er du med forholdet til dine nærmeste</i>	31
<i>Tabell 5: «Hva passer best for deg: Er utadventt og sosial»</i>	32
4.3 Psykisk helse	33
<i>Tabell 6: «Vil du stort sett beskrive deg selv som meget/ganske lykkelig, eller ikke spesielt/slett ikke lykkelig?»</i>	33
<i>Tabell 7: «Hvor fornøyd er du med egen tilværelse?».....</i>	33
4.4 Fysisk helse og trening	34
<i>Tabell 8: Hvordan vurderer du din egen helse?.....</i>	34
<i>Tabell 9: «Hvor ofte trener/mosjonerer du?»</i>	36
4.5 Oppsummering av funn	36
Kapittel 5 – Diskusjon.....	37
5.1 Dataspill – forekomst og tendens	37
5.1.1 Hvor mange spiller dataspill?.....	37
5.1.2 Hvorfor er det mer populært blant unge?	38
5.2 Storspillere og problemspillere.....	39
5.2.1 Definisjoner på problemspillere og storspillere.....	39
Figur 1: Storspillere og problemspillere i de ulike hovedperspektivene	40
5.2.2 Skillet mellom problemspillere og storspillere.....	40
5.2.3 Betydningen av tidsbruk.....	41
5.3 Dataspill og helse	42
5.3.1 Ressursperspektiv: Dårlig livstrivsel = dataspill	43
5.3.2. Risikoperspektiv: Dataspill = dårlig livstrivsel	43
5.3.3. Diskusjon av perspektivene opp mot psykisk og fysisk helse	44
5.4 Sosiale konsekvenser av dataspill	45
5.4.1 Risikoperspektiv: Dataspill = Dårlige relasjoner.....	45

5.4.2 Ressursperspektiv: Dårlige relasjoner = Dataspill.....	47
5.4.3 Diskusjon av perspektivene opp mot relasjoner.....	48
5.5 Perspektivene som implikasjoner for praktisk sosialt arbeid	49
5.5.1 Ha et helhetlig blikk på dataspill.....	49
5.5.2. Kartlegging på dataspill og spillere.....	50
5.6 Behov for fremtidig forskning.....	51
6. Konklusjon	51
Referanseliste	52

Sammendrag

Denne studien omhandler sosiale konsekvenser av dataspill. Norsk Monitors database er benyttet for å kartlegge om det finnes sammenhenger mellom dataspill og sosiale konsekvenser, og om tidsbruk på dataspill utgjør en forskjell på trivselsfaktorer blant ungdom og unge voksne mellom 15 - 24 år. Undersøkelsen viser at det er en sterk sammenheng mellom å spille mer enn 3 timer daglig og å oppleve større negative konsekvenser enn de som ikke spiller dataspill i det hele tatt. Dette diskuteres i lys av dataspillets mediehistorie og tidligere forskning, for å kunne gi implikasjoner for sosialt arbeid med mennesker som spiller dataspill.

Abstract

This study investigates social consequences from playing computer games. The database Norsk Monitor was used to map links between computer games and social consequences, and whether time used playing computer games constitutes differences in various satisfaction with life factors for young adults between the age of 15 - 24 years. The results show that there is a significant connection between more than 3 hours of computer gaming each day and experiencing negative social consequences, compared to individuals that do not play computer games. The results are discussed from perspectives of computer games media history and other relevant research, and concludes with descriptions of practical implications for social work.

Kapittel 1 - Introduksjon

Dataspill er blitt et stort og populært fenomen, ikke minst for barn og ungdom. I medietilsynets rapport fra 2020 kommer det fram at 86 % av 9-18 åringer spiller spill (Medietilsynet, 2020, s. 6). De siste årene har interessen vært økende i en slik grad at det å spille dataspill blir oppfattet som en del av kulturen – dataspill har kommet for å bli.

Samtidig som populariteten rundt spill på nett øker og omfatter begge kjønn og alle aldre (Wenzel, Bakken, Johansson, Göttestam & Øren., 2009, s.1246), har det parallelt eksistert en skepsis mot for mye spilling og risikoer ved dette. Avhengighetsproblematikk har oppstått som et tema man har vært opptatt av på faglig hold (Huang et al., 2015, s.33; Rumpf et al., 2018, s.557; Saunders et al., 2017, s.272). Nylig kom forslaget om å innføre dataspillavhengighet som diagnose i det nye diagnosesystemet ICD-11 (Rumpf et al., 2018). ICD-11 er et internasjonalt diagnosesystem eid av World Health Organization, og har som hensikt å gi verden en global standard på tvers av landegrensler (WHO, 2021). Forslaget avfødte stor internasjonal debatt, hvor man på den ene siden så nødvendigheten for å ha en egen diagnose rundt dataspillavhengighet for å hjelpe de som kan være skadelidende av dette, mens motforestillingene har dreid seg om bekymring for om en slik diagnose vil kunne bidra til økt stigmatisering og et negativt syn på de som spiller dataspill (Aarseth et al., 2017, s.269). På tross av motargumentene ble dataspillavhengighet gitt en egen diagnose i ICD-11 (WHO, 2018).

Det eksisterer et behov for mer kunnskap om ulike aspekter ved dataspill. På den ene siden er det viktig å ta faglige bekymringer på alvor, samtidig som man på den andre siden bør unngå faglig ubegrunnet alarmisme og overdrivelser. Med en historisk polarisert debatt som bakteppe, vil økt kunnskap om dataspill som fenomen kunne bidra til en mer treffsikker tilnærming til fenomenet. Dette gjelder særlig for dem som utøver sosialt arbeid med unge voksne som har dataspill som en del av hverdagen. Målet med denne oppgaven er å framskaffe ny empirisk kunnskap om ulike sosiale aspekt ved dataspill, og å bidra i en større sammenheng til en fagbasert og helhetlig oversikt over potensielle positive og negative konsekvenser av dataspill hos unge.

1.1 Tidligere forskning på området

Forskningen på dataspill bærer preg av at dataspill har vært et omdiskutert og kontroversielt tema. Jeg skal i neste kapittel komme inn på en mer detaljert oversikt over forskningslitteraturen. For å gi en bred oversikt vil jeg vise at forskningen har bestått av ulike faser, temaer og forskningstradisjoner.

1.1.1 Vold som tema

Forskning på dataspill har sammenheng med fordommene som oppsto mot voldelige dataspill, og har preget den tidligste forskningsfasen. Mange dataspill inneholder voldelige bilder eller handler om å utøve vold (Durkin & Barber, 2002, s.375). Det har derfor blitt forsket på om det å spille voldelige spill kan føre til aggressive handlinger og aggressiv personlighet (Ferguson, 2007, s.311; Hasan, Bègue & Bushman, 2013, s.66). Noen studier viser at voldelige dataspill påvirker menneskers empati, og svekker prososial atferd (Anderson et al., 2010, s.167). Andre studier viser at det ikke finnes noen korrelasjon mellom aggressiv atferd og voldelige dataspill, og at forklaringene på aggressiv adferd henger mer sammen med faktorer, som at en selv har blitt utsatt for vold i relasjoner (Ferguson, 2007, s.314).

Tradisjonelt er det forskere som har sitt primære tilhold innen psykologifeltet som har argumentert for at voldelige dataspill er skadelige for ungdoms utvikling, fordi det fremmer voldelig og antisosial atferd. Fordommene fikk så grobunn i USA da det viste seg at flere av terroristene bak ulike skoleskytinger i USA pleide å spille voldelige dataspill (Anderson & Bushman, 2001, s.353). Det argumenteres i denne forskningsfasen for at det å spille dataspill også innebærer at man involverer seg psykisk og emosjonelt, og at voldelige spill derfor fører til at man «trenes opp» i antisosial atferd (Anderson et al., 2010, s.171). Forskerne som konkluderte med at dataspill var farlig, argumenterte derfor for at voldelige videospill var en trussel mot folkehelsen. De mente at dataspillene kunne skape aggresjon blant barn og unge, og argumenterte for at voldelige videospill var med på å skape aggressive personligheter på lenger sikt (Anderson & Bushman, 2001, s.358).

1.1.2 Avhengighet som tema

Et annet tema knyttet til dataspill er avhengighet. Flere forskere har lett etter hva som kan være årsaken til at noen utvikler dataspillavhengighet, og hvilke faktorer som kan føre til problematisk spilling. Et av studiene resulterte i funn om at lav sosial kompetanse, lav selvfølelse og ensomhet kan være relatert til å utvikle dataspillavhengighet (Liau et al, 2015,

s.303). Et annet studie viste at overdreven spilling fører til personlige problemer, og utfordringer med helse, skole og arbeidsliv (Cudo, Koplís, & Zabielska-Mendyk, 2019, s.11).

For 10 år siden fantes det ikke et definert rammeverk for dataspillavhengighet, hvilket gjorde at de mest nærliggende modellene gjaldt andre typer avhengighet. Forskning på dataspillavhengighet har derfor tidligere tatt utgangspunkt i modeller for patologisk pengespill og rusmisbruk (Huang et al, 2015, s.44). Dette fikk senere betydning da dataspillavhengighet fikk egen plass som diagnose i ICD-11. Det finnes ni ulike kriterier for å få dataspillavhengighet som diagnose, og disse kriteriene er i all hovedsak basert på symptomer for pengespill-avhengighet og internettavhengighet (Latinsky & Ueno, 2021, s.38). Huang et al. skriver at det er uenighet i forskningsfeltet rundt hvor grensen går mellom misbruk og avhengighet av dataspill, og påpeker at det er diskutabelt hvor nyttig det er å omtale overdreven atferd som avhengighet, for eksempel å sammenligne med rusmidler. Å sammenligne det slik vil kunne bety at all atferd som er belønnende kan ende opp med å være avhengighetsskapende (Huang et al., 2015, s.35).

1.2 Formål med studien

Formålet med denne studien er å få økt kunnskap om hvordan dataspill spiller en rolle for menneskers sosiale liv. Jeg håper med dette å kunne belyse fenomenet dataspill på en helhetlig og nøytral måte innenfor rammene av denne oppgaven. Kunnskapen er ment å gi implikasjoner for praktisk sosialt arbeid, hvor sosialarbeidere og andre kan bygge opp under de positive effektene av dataspill, samtidig som man forebygger de negative fra et oppdatert, faglig ståsted.

Studien er inspirert av at dataspillavhengighet har fått plass som egen diagnose i diagnosesystemet ICD-11. Debatten som førte til inkludering av diagnosen var spennende å følge med på siden den var polarisert, samtidig som den hadde holdbare argumenter på begge sider slik jeg tolket det. Min egen oppfatning og forforståelse var at dataspill de siste årene i all hovedsak er blitt å anse som en ordinær og positiv aktivitet for både unge og voksne. Diagnosens inntreden symboliserte et nytt alvorspreg rundt dataspill. Argumentene om at en slik diagnose kunne føre til stigmatisering var vanskelig å ta stilling til når det var satt opp mot behovet til de som kan være skadelidende, og at de ikke nødvendigvis hadde samme rett på helsehjelp som andre med avhengighetsproblemer (Rumpf et al., 2018, s.558; Saunders et al., 2017, s.273; Aarseth et al., 2017, s.268-269). Jeg ønsket derfor å øke og nyansere min

egen forståelse av bestemte sosiale aspekter rundt dataspill gjennom en studie hvor jeg ønsket å undersøke forskjellige sider, for å danne et større helhetsbilde av fenomenet.

1.3 Presentasjon av tema og problemstilling

Problemstillingen er:

A) Hvilke sosiale konsekvenser har sammenheng med dataspill for ungdom og unge voksne i Norge?

B) Hva betyr tidsbruk på dataspill for dette?

Jeg har valgt å utforme 4 forskningsspørsmål for å besvare denne problemstillingen. Svarene på forskningsspørsmålene vil også kunne gi implikasjoner for sosialt arbeids praksis knyttet til tematikken.

- 1) Hvor populært er dataspill i Norge, og hvorfor?
- 2) Hvordan påvirker dataspill relasjoner?
- 3) Hvor går skillet mellom storspillere og problemspillere?
- 4) Har psykisk og fysisk helse sammenheng med tid brukt på dataspill?

1.4 Fremgangsmåte

Måten jeg går fram for å svare på forskningsspørsmålene og problemstillingen er i hovedsak å benytte datasamlingen til Norsk Monitor. Først vil jeg kartlegge typisk tidsbruk på dataspill blant nordmenn 15 - 39 år fra 2011 - 2019. Deretter vil jeg undersøke ungdom og unge voksne mellom 15 - 24 år i samme tidsrom. Formålet med gjennomgangen er å kartlegge hvordan unge nordmenn sine datavaner har sett ut de 10 siste årene, for å kunne besvare problemstillingen. Grunnen til at det er de 10 siste årene som er valgt ut, er for å bruke et større utvalg, slik at studien av spill blant ungdom blir mer presis og statistisk holdbar, særlig med tanke på diverse bakgrunnsvariabler. Ved å undersøke mennesker som er 15 år i dag, og de som var det for 10 år siden, blir det dessuten mulig å si noe om ungdom og unge voksne mer generelt, over en lenger tidsperiode. For å besvare forskningsspørsmålene vil jeg se på trivselsfaktorer til gruppen som ikke spiller opp mot dem som spiller mye, og undersøke hvilke forskjeller og sammenhenger som finnes mellom gruppene. Trivselsfaktorene handler om deres sosiale liv, hvilket forhold de har til sine nærmeste, psykisk helse, og andre helsefaktorer som antas å kunne spille en rolle for deres livstrivsel.

1.5 Definisjoner

«*Dataspill*» gjelder alle spill som spilles på datamaskin eller konsoll. Selv om den direkte oversettelsen fra den engelske varianten «video games» ville vært videospill, er «dataspill» et hyppigere brukt begrep. Den engelske varianten «video games» inkluderer både spill på datamaskin og konsoll og vil derfor ha samme betydning når det benyttes internasjonal forskningslitteratur.

«*Online*» betyr at man er pålogget på internett. Dataspill blir noen ganger ansett som en sosial aktivitet, og dette er hvis man spiller sammen med andre – noe som vanligvis foregår på nett. Det å spille online betyr derfor i denne sammenheng at man spiller dataspill med andre, heller enn at man spiller alene.

«*Dataspillavhengighet*» viser til diagnosen i ICD-11. Dataspillavhengighet kan anses å være en subkategori under internettavhengighet, men innebefatter kun dataspilling.

Dataspillavhengighet og problematisk spilling skiller seg fra problematisk internettbruk eller internettavhengighet, hvor sistnevnte omfatter overdreven bruk av pengespill, pornografi og av sosiale medier (Cudo et al., 2019, s.2). ICD-11 ble utgitt i midten av 2018, men tas ikke i bruk før 1 januar 2022. Hensikten med å presentere diagnosen på forhånd er å gi ulike land tid til å planlegge strategier for folkehelse (WHO, 2018). I Norge er derfor ikke dataspillavhengighet en egen diagnose enda, men du har fortsatt rett på helsehjelp dersom det går utover ditt sosiale liv eller din psykiske helse. Norsk psykisk helsevesen er basert på diagnoseoversikten til WHO, men den amerikanske diagnoseoversikten DSM-5 hvor dataspillavhengighet ikke er en egen lidelse, benyttes også (Medietilsynet, 2019; WHO, 2019).

«*Ungdom*» og «*unge voksne*» betyr i denne sammenheng mennesker fra 15 - 24 år som har svart på Norsk Monitor sin undersøkelse. Når det vises til Norsk Monitor sitt datamateriale er ungdom i alderen 15 - 24 år anse som base for funn, og er en sammenslåing av to aldersgrupper: 15 - 19 år og 19 - 24 år. Gruppene er slått sammen fordi jeg undersøker de 10 siste årene, som gir mulighet for å inkludere ungdomstiden til mennesker som i dag er 24 år, samt inkludere tiden hvor de er unge voksne. Når det refereres til ungdom generelt i oppgaven, gjelder dette aldersgruppen 15 - 19 år med mindre annet er spesifisert.

1.6 Avgrensninger

Dataspillavhengighet som diagnose

Selv om dataspillavhengighets inntreden som diagnose avfødte spørsmål som det var en inspirasjon å skulle finne mer ut av, vil det ikke bli gått nærmere inn på enn hvilken rolle den har for hvordan vi tenker om dataspill som fenomen eller hvordan vi forebygger avhengigheten direkte. Sosialfaglig er en slik tilnærming mer anvendelig enn å ensidig vektlegge forskning og ulike debatter rundt dataspillavhengighet som diagnose, eller å hovedsakelig problematisere hvordan avhengighetsdiagnosen vil kunne utfordre moderne sosialt arbeid.

Kapittel 2 – Spillhistorie, teori og forskning

Dataspillkulturer har endret seg gjennom tidene, og det samme gjelder synet samfunnet har på dataspill og dens konsekvenser på forskjellige områder. I dette kapittelet skal jeg gi en oversikt over dataspillets historie og forskningsområder, for å illustrere den historiske konteksten problemstillingene i denne oppgaven befinner seg innenfor. Jeg skal beskrive grunner til at dataspill er så populært, før jeg gjennomgår forskning om dataspill tilbake til 1980-tallet. Dette skal etter hvert deles opp i teoretiske perspektiver på dataspill, hvor det ene dreier seg om risikoer knyttet til dataspill, og det andre med et mer moderne og differensiert blikk som dreier seg om ressurser.

Jeg organiserer kapittelet ved først å gi en oversikt over dataspillhistorien, for så å organisere framstillingen av teori og forskning ut fra to hovedperspektiver: risikoperspektiv og ressursperspektiv.

2.1 Dataspills historie og forskningsfokus

Forskningen på dataspill har endret seg gjennom tidene, og bærer preg av at det som kan oppfattes som fordommene mot dataspill i en tidlig fase av spillenes historie, har endret seg etter hvert som man har fått mer kunnskap om dataspill. Det har også blitt vanligere blant folk flest å spille.

Dataspillets historie starter sent på 50 tallet med gamle spill-tradisjoner på konsoller man kunne operere på uten internett. Med internettets inntreden ble maskiner mer sofistikerte. Dataspill utviklet seg til å bli mer komplekse, og åpnet opp for at man kunne samhandle med andre (Wenzel et al., 2009, s.1237-1238). Etter hvert som internett vokser, gjør også dataspill dette, og bidrar til flere spill og plattformer hvor man kan spille sammen med andre

(Williams, Yee, & Caplan, 2008, s.993). På 1980-tallet skapte brett-rollespillet Dungeons and Dragons stor kontrovers, fordi man kunne spille roller som trollmenn, prester og riddere som skulle slakte monstre. (Ferguson, 2008, s.30). Psykologer var redde for at spillet skulle føre til psykoser, religiøse grupper uttrykte bekymring for at det kunne føre til satanisme, og bekymringen ble forklart med at barn ikke har utviklet evnen skille fiksjon fra virkelighet. Dungeons and Dragons er et tidlig eksempel på hvordan spill knyttes til vold, hvor fagfolk og andre antok at spill er potensielt skadelig for barn og unge. Dataspill kommer etter brettspillets kontrovers, og psykologene var i denne forbindelse bekymret for om voldelige dataspill kan få mennesker til å begå voldelige handlinger. En annen forskningsmessig sammenheng mellom voldelige dataspill og utførelse av voldshandlinger er studier på skoleskytinger i USA. Gjennom historien har tradisjonelt dataspillvanene til terroristene blitt regnet for å påvirke dem til å utføre terrorhandlinger, fordi studier som for eksempel Anderson og Bushman (2001) hadde konkludert med at voldelige spill førte til aggressive tanker, følelser og oppførsel, og fant at flere skoleskyttere hadde spilt voldelige dataspill før de utførte terroren (Anderson & Bushman, 2001, s.353). Koblingene som ble presentert mellom dataspill og terrorisme hadde en effekt på forskningsfeltet, og førte til at flere begynte å forske på om dataspill har sammenheng med vold. Studiene konkluderte forskjellig med tanke på om det fantes definitive sammenhenger mellom dataspill og voldelige handlinger (Anderson & Bushman, 2010, s.151; Ferguson, 2007, s.309; Markey, Ivory, Slotter, Oliver & Maglalang, 2019, s.494).

Moralsk panikk er et begrep som kan kaste lys over samfunnets sterke reaksjoner mot dataspill som fenomen, og mellom koblingene som ble foretatt mellom dataspill og voldsutøvelse (Ferguson, 2008). Utvikling av ny teknologi kan i seg selv føre til samfunnsmessig bekymring for hvilke risikofaktorer den kan medføre. Moralsk panikk-begrepet rommer også reaksjoner mot mennesker som handler på måter som kan fremstå avvikende eller annerledes i forhold til standard-normer. Det anvendes også for å forklare hvorfor mange ofte anser et nytt fenomen som en trussel mot fellesskapet (Ferguson, 2008, s. 30). Ferguson (2008) skriver at politikere og media kan være medskapere av samfunnsmessig moralsk panikk, også på grunn av bakenforliggende motiver. Politikere kan for eksempel entydig legge skylden på dataspill når vold skjer i samfunnet, heller enn å fokusere på mer komplekse samfunnsmessige faktorer, som sårbare familiesituasjoner eller dårlige økonomiske forhold. Ved å gi inntrykk av at det jobbes aktivt mot dataspill, vil det i samfunnet kunne oppfattes som at folkevalgte er handlekraftige og motarbeider vold.

Samtidig kan effekten være at oppmerksomheten fjernes fra andre viktige samfunnsområder, og at kompleksiteten forenkles.

Mellom 1990-2010 skjedde det er paradigmeskifte i forskningen på dataspill, der oppfatningen av for eksempel klare sammenhenger mellom dataspill og voldsutøvelse ble mer nyanserte (Ferguson, 2007, s.310). En omfattende litteraturstudie av fagfelleverderte artikler som Ferguson (2007) gjennomførte innebar for eksempel kritikk mot både metoder og funn som hadde påvist økte voldstendenser. Han oppdaget blant annet en studie som målte aggresjonsnivået til spillere gjennom å spille en høy lyd for å straffe og irritere spillerne. Metoden var å spille av lyden for deretter å putte spillerne i kategorier ut fra deres reaksjon på den, og dette målte aggresjonsnivå. Denne studien konkluderte med økte voldstendenser som følge av dataspill. Ferguson pekte på at studien hadde benyttet ikke-standardiserte programmer i sin metode, og han avviste studiens positive funn på voldskorrelasjonen. Ferguson testet senere en standardisert versjon og fant da selv ingen korrelasjon mellom dataspill og voldstendenser.

Også Hasan et al. (2013) har undersøkt sammenhenger mellom voldelige spill og aggresjon i spillsituasjon, og fant at dataspill som inkluderer gjør spillerne stresset, og at det er selve stresset som kan føre til aggressivitet og generell irritabilitet (Hasan et al., 2013, s.68). I en longitudinell analyse av dataspill og kriminalitet i 2018 ble det ikke funnet noen sammenheng mellom det å eie et skytespill som barn, og senere voldshandlinger eller kriminalitet (Smith, Ferguson & Beaver, 2018, s.51). I 2019 fant Markey et al. (2019) at forklaringer på sammenhenger mellom terrorisme og dataspill oftere pekte på videospill som en bakenforliggende årsak når terroristen var hvit (Markey et al., 2019, s.495). Han framhevet at den stereotypiske assosiasjonen mellom minoriteter og voldelige handlinger kan føre til at folk leter etter årsaksforklaringer i dataspill, fordi hvite terrorister ikke stemmer med fordommene deres. Forfatterne konkluderte derfor med at rasestereotyper kan være en av grunnene til at dataspill blir tillagt betydning for skoleskytinger (Markey et al., 2019, s.494).

Den historiske utviklingen av dataspillfeltet, dens skiftende forskningsmessige fokus og samfunnsreaksjoner på nye fenomener førte til et behov for å nyansere sammenhenger mellom dataspill og eventuelle individuelle sosiale konsekvenser i samfunnet. I neste kapittel vil jeg derfor presentere ulike faglig baserte og teoretiske perspektiver på dataspill. Jeg vil inkludere motivasjonsfaktorer for dataspill, og beskrive individuelle og sosiale utviklingsfaktorer knyttet til fenomenet. Jeg vil også beskrive hvordan dataspill og avhengighetspotensiale kan knyttes sammen, og hvordan begreper som storspillere og

problemspillere kan bli brukt for å nyansere bildet av dataspill som potensiell risikoaktivitet på den ene siden, opp mot dataspill som en positiv ingrediens i sosialt samvær og i den sosiale utviklingen på den andre siden.

2.2 Hvorfor spiller vi dataspill?

De fleste unge i Norge har tilgang på utstyr og teknologi som kreves for å spille dataspill, og 70 % av barn og unge i Norge mellom 9-18 år har en egen pc (Medietilsynet, 2020, s.14). 86 % av norske barn mellom 9 - 18 år spiller dataspill (Medietilsynet, 2020, s.93). Omtrent halvparten er enige i at dataspill er sosialt (Medietilsynet, 2020, s.94). Mange som har dataspill som hobby har muligens gjort dataspill til en vane eller rutine, dersom de ser på det som en givende aktivitet (Hartmann, Jung, & Vorderer, 2012, s.20). Studier viser at spillere opplever at de utvikler vennskap og opparbeider sosial kapital gjennom uformell sosialisering i virtuelle verdener. Dataspill på internett, hvor man kan samhandle med tusenvis av andre spillere, fungerer derfor som en egen arena ved siden av den fysiske virkeligheten (Ask, 2011, s.140).

En studie fra 1998 med 387 ungdom mellom 12 - 16 år fant at motivasjonsfaktorer for å spille dataspill var knyttet til at det ble beskrevet som gøy, en meningsfull aktivitet, fordi det var spennende, og fordi det bød på utfordringer (Griffiths & Hunt, 1998, s.477). En senere studie av Williams et al. (2008) viste at spillere lar seg motivere til å spille dataspill for å oppleve mestringsfølelse, konsentrere seg mentalt, og for den sosiale gevinsten spill kan by på. I studien med 7000 respondenter ble det dokumentert at den viktigste motivasjonen for å spille dataspill var mestringsfølelsen spillet kunne gi (Williams et al., 2008, s.1006-1007). Følelsen av mestring og suksess øker ønsket om å spille mer for å forsterke disse positive følelsene, og derfor øker gjerne lysten til å bruke mer tid på dataspill for å forsterke eller fortsette de positive opplevelsene (Cudo et al., 2019, s.12).

2.3 Sosiale perspektiver på dataspill

Diskusjonene om dataspill i det offentlige rom kan fremstå som polariserte. Man ser dataspill enten som en avhengighet og voldsskapende tidstyv som truer et normalt liv, eller som en ufarlig, lærerik og ressurssterk arena (Ask, 2011, s.152). For å beskrive sosiale perspektiver på dataspill har jeg derfor valgt å dele opp i to hovedperspektiver som jeg har valgt å kalle for ressursperspektiv og risikoperspektiv. Risikoperspektivet baserer seg på forskningsfokuset i mediehistorien som i stor grad omhandlet potensielle negative konsekvenser av dataspill, og illustrerer et perspektiv som anser dataspill for å være risikofyllt, potensielt skadelig eller

avhengighetsskapende. Ressursperspektivet er mer differensiert og orientert rundt mulighetene i dataspill, og ser derfor mer på potensielle positive konsekvenser enn hva risikoperspektivet gjør. Formålet med å bruke disse to perspektivene er for å bruke dem som innramming når jeg i kapittel 5 diskuterer funnene i oppgavens analysedel.

2.4 Ressursperspektivet

Positive sosiale konsekvenser av dataspill innebærer for eksempel at det skapes nye sosiale arenaer som kan by på sosiale opplevelser (Snodgrass et al., 2017, s.293). Disse nye sosiale arenaene vil kunne erstatte direkte sosial kontakt for dem som finner dette vanskelig, eksempelvis mennesker med sosial angst (Cudo et al., 2019, s.11). Dataspill tilbyr ungdom, og for øvrig mennesker i alle aldre, sosialisering med mennesker over hele verden, gjennom et felles referansepunkt og deling av opplevelser. Dette betyr at man kan møtes på nettet for å sosialisere med folk man allerede kjenner, eller få nye sosiale relasjoner (Gjertsen, 2010, s.129).

2.4.1 Fyller behov og gir opplevelse av mestring

Mestringsfølelse kan i noen tilfeller forsterkes av dataspill når grupper spiller sammen for å løse store oppgaver i et spill (Williams et al., 2008, s.1009). Forfatteren diskuterer om spillere velger type spill ut fra hvilke behov de har å fylle. Eksempler er om lav selvtillit fører til at man velger dataspill for å oppleve økt mestringsfølelse, om de velger lagspill for å fylle et behov for å være sosial eller for å samarbeide med andre, og om de velger dataspill som skal fungere som virkelighetsflukt (Williams et al, 2008, s. 1010). Dette påpekes også av andre forskere, som skriver at det kan være en forskjell på å spille alene eller å spille sammen med andre, fordi de ulike måtene å spille på kan fylle ulike behov (Liau et al., 2015, s.307).

2.4.2 Styrker sosial kompetanse og skaper nye relasjoner

I en norskprodusert rapport om ungdom og datakultur presenteres positive funn om dataspill, og ungdom rapporterer selv at de anser dataspill som en sosial aktivitet, enten det foregår digitalt eller de fysisk er i samme rom mens de spiller. Den rådende oppfatningen var at dataspill er en trygg arena for å skape nye sosiale relasjoner. Rapporten var et resultat av et medvirkningsseminar hvor 80 ungdommer og ungdomsarbeidere deltok med sine erfaringer. Ungdom som deltok uttrykte at dataspill kan styrke sosial kompetanse, og at det å spille dataspill er særlig viktig for de som har opplevd sosiale eller psykiske utfordringer (Ungdom og fritid, UKM, KANDU & Tverga, 2020). Essensen i god sosial kompetanse er å kunne tilpasse ens atferd til ulike situasjoner. Det som er god sosial kompetanse i én setting er ikke

nødvendigvis lik i en annen, fordi det er avhengig av konteksten og kulturen man befinner seg i (Ertesvåg, 2003). Sosial kompetanse er på denne måten dynamisk, og kan kreve at våre kunnskaper og evner tilpasser seg etter hvem vi kommuniserer med (Healy, 2018, s.3). Å kunne etablere og vedlikeholde relasjoner er essensen i menneskers relasjonskompetanse, hvilket betyr at det er en sammenheng mellom våre sosiale ferdigheter og sosiale relasjoner, og at relasjonene ofte får betydning for vår velvære over tid (Gundersen, 2010, s.51). Forskning viser at det er en viss sammenheng mellom dårlig sosial kompetanse og ensomhet, depresjon, avhengighet og atferdsvansker (Gundersen, 2010, s.55). Vi vet at barn trenger flere egenskaper for å fungere i lek og samspill med andre. Det krever evne til emosjonsregulering, mentalisering, lytteegenskaper og å kunne dele. Disse egenskapene viser seg å være viktige for å etablere gode relasjoner med andre mennesker som innehar de samme egenskapene, og de styrker utviklingen av den sosiale kompetansen (Gundersen, 2010, s.52).

2.5 Risikoperspektivet

Problematisk eller overdreven spilling kan inkludere milde symptomer som minner om avhengighet, for eksempel at mennesker kan ha en stor trang til å spille og opplever abstinenser uten denne aktiviteten, eller at de lyver til og lurer nettverket sitt til å tro at de spiller mindre enn de faktisk gjør (Hartmann et al., 2012, s.20). Diskusjoner om hvorvidt dataspill kan være avhengighetsskapende, startet allerede tidlig på 2000-tallet, med argumenter om at avhengighet av dataspill kan utvikle seg til å bli være så alvorlig at det krever klinisk behandling. Det oppstod en konfliktfylt debatt hvor flere med klinisk utdanning mente at dataspillavhengighet bør inkluderes som diagnose, mens mediopsykologer og dataspillforskere mente at diagnostisering ville skape stigmatisering av en hobby som ikke bør ha et tungt og negativt stempel på seg (Rumpf et al., 2018, s.558). Studier har blant annet vist at depresjonssymptomer hadde en sammenheng med å utvikle patologisk spillbruk, og at dataspill kan føre til alvorlige psykiske problemer og avhengighet (Liau et al., 2015, s.301).

2.5.1 Manglende kunnskap kan skape frykt

Forskningsfeltet har etterlyst longitudinelle studier, og særlig hva som angår risiko og årsak for å utvikle forebyggende tiltak når det gjelder dataspillavhengighet fordi avhengighetsperspektiver har fått økt fokus (Huang et al., 2015, s.44). Det psykologiske risikoperspektivet synes ofte å ha sammenheng med de tidlige fordommene mot voldelige dataspill. Fordommene, som her viser til sterke vurderinger som ikke synes som dokumenterte, fikk grobunn i USA da det viste seg at flere av terroristene bak ulike skoleskytinger i USA pleide å spille voldelige dataspill (Anderson & Bushman, 2001, s.353).

Forskere som hadde sitt primære tilhold innen psykologifeltet, argumenterte for at voldelige dataspill er skadelige for ungdoms utvikling fordi det fremmer voldelig og antisosial atferd (Anderson & Bushman, 2001, s.353). Konsekvensen av denne tilnærmingen var at voldelige videospill ble vurdert som en trussel mot folkehelsen, og at spillene førte til aggresjon blant barn og unge. Det ble konkludert med at voldelige videospill er med på å skape aggressive personligheter på lenger sikt (Anderson & Bushman, 2001, s.358).

2.5.2 Litteratursøk på forskningsfeltet

For å kunne synliggjøre hvilken holdning de ulike fagdisiplinene har til dataspill, og undersøke hvor gjeldende risikoperspektivet er i dag, har jeg foretatt litteratursøk.

Litteratursøkene tyder på at de ulike fagdisiplinene også virker til å ha ulike ståsted når det gjelder syn på dataspill, der de mer pedagogisk orienterte gjerne fokuserer på å benytte seg av dataspill som verktøy for eksempel i skolen, mens psykologifeltet virker til å se store risikoer forbundet med dataspill. Litteratursøk i Norske fagbibliotek viser at det er gjort lite forskning på det utvalgte området nasjonalt, og enda mindre har en sosialfaglig tilnærming. Det er svært få vitenskapelige publikasjoner om ungdom, dataspill, eller tilhørende avhengighetsproblematikk. Ved bruk av søkeordene «dataspill» og «ungdom», får man treff på masteroppgaver som omhandler barn, ungdom og dataspill, men disse tilhører andre studieretninger, og peker gjerne mot dataspill som pedagogisk virkemiddel. Søk jeg har foretatt viser at dataspill er tema i masteroppgaver i blant annet familiebehandling, spesialpedagogikk og samfunnsfagdidaktikk. Årsaksforklaringen på hvorfor avhengighetsproblematikk ikke er forsket mye på nasjonalt kan ha sammenheng med at dataspillavhengighet ikke var en del av diagnosesystemet tidligere, hvilket gjør at problemstillinger knyttet til problematisk dataspilling er mer aktuelt nå enn før.

Sammenlignet med hvor mye forskning det etter hvert er på aktiv bruk av dataspill i undervisning, finnes det svært lite forskning om hvordan dataspill kan brukes til å styrke sosiale nettverk, eller gi seg utslag i dataspillavhengighet. Internasjonalt finnes det naturlig nok mer forskning, hvorpå det psykologiske perspektivet også suppleres med sosialfaglig tilnærming. Litteratursøk på Academic Search Premier og SocIndex med søkeordene “addiction”, “video gamers”, “video game or gaming”, “risk factors or contributing or predisposing factors” gir 356 treff, hvor det er tydelig at psykologiske perspektiv og avhengighetsperspektiv er ledende (03.12.20).

2.5.3 Dataspillforskning baseres på nærliggende modeller

Forskning på dataspillavhengighet har tidligere tatt utgangspunkt i modeller for patologisk pengespill og rusmisbruk. Frem til for bare noen år siden fantes det ikke et definert rammeverk for dataspillavhengighet, hvilket gjorde at de mest nærliggende modellene gjaldt andre typer avhengighet (Huang et al, 2015, s.44). Dette fikk også betydning når dataspillavhengighet fikk egen plass som diagnose i ICD-11. Det finnes ni ulike kriterier for å få dataspillavhengighet som diagnose, og disse kriteriene er i all hovedsak basert på symptomer man hadde identifisert for pengespill-avhengighet og internettavhengighet (Latinsky & Ueno, 2021, s.38). Huang et al. skriver at det er uenighet på forskningsfeltet vedrørende hvor grensen går mellom misbruk og avhengighet av dataspill, og påpeker at det er diskuterbart hvor nyttig det er å omtale overdreven atferd som avhengighet, for eksempel å sammenligne med rusmidler. Å sammenligne dette slik vil bety at all atferd som er belønnende kan ende opp med å være avhengighetsskapende (Huang et al., 2015, s.35).

Innen psykologiforskning skilles det mellom tidsbruk og faktisk avhengighet. Tiden som blir brukt på aktiviteten blir ofte assosiert med negative konsekvenser som ulike psykiske problemer, for eksempel når det gjelder rusmisbruk. I studier om dataspill forbinder man derfor gjerne tid brukt på dataspill med avhengighet (Huang et al., 2015, s.36).

2.5.4 Ungdom i en sårbar tid

Tenårene er ofte forbundet med utvikling av selvstendighet og sosial kompetanse, og er en viktig tid for utforskning og utvikling av identitet (Healy, 2018, s.154-155). Selv om unge i tenårene som oftest har utviklet en avansert rasjonell tankegang, er hjernen fortsatt under utvikling, noe som preger deres evne til å for eksempel evaluere risiko. Dette gjør dem også mindre kritiske, som kan føre til at de er mer mottakelige for ytre påvirkninger fra omverden (Healy, 2018, s.155). Ungdomsårene frem mot voksenlivet bringer også med seg utfordringer som utprøving av grenser, og nye muligheter for mestring og utvikling av selvstendighet. Tiden kan oppleves som krevende for ungdom da forventningene til dem økes i takt med alderen. Når ungdom skal utvikle selvstendighet og forsøke å løsrive seg, vil dette kunne sette forholdet til foreldre og andre relasjoner i familien på prøve (Sundfær, 2012, s.161). Ytre påvirkninger kan komme fra foreldre og venner, men også fra dataspill og sosiale medier. Det er ikke utenkelig at unge i en slik utviklingsfase blir nødt til å sortere sine ytre påvirkninger ytterligere når dataspill også kan fungere som sosial arena. Vi så tidligere at det å spille voldelige dataspill ble antatt å føre til aggressiv atferd, for eksempel i Anderson & Bushman (2001) sin studie om skoleskytinger (Anderson & Bushman, 2001, s.353;). Dersom voldelige

dataspill og aggressiv atferd hadde hatt en signifikant sammenheng ville dataspill kunne ført til svært dårlig påvirkning hos mindre kritiske og mer påvirkelige tenåringer. Heldigvis er koblingen ikke så enkel, og det er flere elementer som spiller inn i hvor påvirkelig man er, blant annet evnen til å regulere egne følelser.

2.6 Emosjonsregulering, empati og beskyttelsesfaktorer

Emosjonsregulering har blitt identifisert som en nøkkel både for utvikling av sosial kompetanse og relasjonskompetanse. Forskning gjort av Liau et al. konkluderer med at emosjonsregulering i seg selv forebygger utviklingen av dataspillavhengighet (Liau et al., 2015, s. 302). Emosjonsregulering betyr at man klarer å regulere eget følelsesliv og å kunne forstå og håndtere følelsene sine. Å kunne regulere egne følelser er viktig når man skal samhandle i relasjon med andre (Healy, 2018, s.30-31). Emosjonsregulering knyttes til å være en direkte forebyggende faktor av dataspillavhengighet fordi egenskapen knyttes til å gjøre mennesker mer motstandsdyktige mot psykiske belastninger (Liau et al., 2015, s.306). I praktisk sammenheng er det nærliggende å bruke stress som eksempel for å illustrere emosjonsreguleringens viktighet og, som vi tidligere så, var det en sammenheng mellom stress, aggresjon og dataspill, ifølge deler av forskningen (Hasan et al., 2013, s. 68). Emosjonsregulering kan være en viktig del av å spille dataspill, i den sosiale delen av dataspill hvor man samhandler med andre spillere. Dersom man forsøker å vinne et spill og blir utsatt for stress i den forbindelse, vil emosjonsregulering være en god måte å roe ned eventuell aggressivitet som konsekvens av et eventuelt tap.

Empati handler om å leve seg inn i andres subjektive, følelsesmessige opplevelse. Det betyr at vi kan se for oss hva en opplevelse innebærer for noen andre, og leve oss inn i og forstå hvilke følelser som kan aktiveres hos andre enn oss selv (Røkenes & Hanssen, 2012, s.181). Empati kan derfor forklares som en kompetanse og et sett med evner, siden god evne til empati lettere gir oss tilgang på andres personlige følelser og erfaringer (Røkenes & Hanssen, 2012, s.182). Empati er forbundet med å være beskyttende for langt mer enn bare dataspillavhengighet (Liau et al., 2015, s.302). Noen forskere har beskrevet at voldelige dataspill kan føre til at spillere blir mindre sensitive mot vold fordi det å utsettes for voldelige digitale bilder gjentatte ganger gjør at man reagerer mindre over tid (Bartholow, Sestir, & Davis, 2005, s.1574). Ifølge denne teorien vil dette kunne påvirke følelser og kognitiv funksjon på en slik måte at det fører til redusert empati og en aggressiv personlighet (Bartholow et al., 2005, s.1578). Funn fra en longitudinell studie gjort på barn og unge i Singapore, viser at personlige styrker og et nært forhold til foreldrene var beskyttelsesfaktorer for å utvikle et sykkelig forhold til dataspill (Liau

et al., 2015, s.301). Blant de personlige styrkene var emosjonsregulering, empati og sosial kompetanse (Liau et al., 2015, s.302). Schneider (1993) vektlegger at sosial kompetanse er å handle med en sosial atferd som fremmer mellommenneskelige relasjoner uten at det er til skade for noen, for eksempel at en relasjon skjer på bekostning av en annen relasjon. Dette vil i praksis bety at to mennesker kan operere på en sosialt kompetent måte isolert sett, men dersom de utestenger en tredjepart og fremmer en relasjon mens man hemmer en annen, er dette til skade for den ekskluderte parten, og er derfor ikke forenlig med god sosial kompetanse (Schneider 1993 i Ertesvåg, 2003). Dette er interessant når man skal operere på to sosiale arenaer samtidig, for eksempel sosiale relasjoner i det virkelige liv kombinert med sosiale relasjoner over nett. Skjer en såkalt «virtuell relasjon» på bekostning av en relasjon i det virkelige liv, vil det ifølge Schneider (1993) kunne være et tegn på svakere sosial kompetanse.

Emosjonsregulering, empati og sosial kompetanse er noe vi vet er svært viktig å fokusere på i sosialt arbeid generelt. Dette indikerer en overføringsverdi som kan benyttes når jeg i kapittel 5 diskuterer praktisk sosialt arbeid med mennesker som spiller dataspill.

2.7 Storspillere eller problemspillere: Potensielle negative konsekvenser av dataspill

Teknologien og medieverden endrer måten vi er sosiale på, og hvordan vi opplever vennsrelasjoner. Den moderne teknologien vi har i dag, sammen med mulighetene for å bruke den, stiller høyere krav til selvkontroll og det å reflektere over den fragmenterte kunnskapen internett og dataspill kan tilby (Gjertsen, 2010, s.131). Dataspill er et stort og forholdsvis nytt fenomen som kan påvirke på mange måter, og det er derfor ikke like enkelt å forutse om det fører til negative sosiale konsekvenser eller når disse eventuelt inntreffer. Derfor skal jeg nå gå gjennom dokumenterte negative konsekvenser som har sammenheng med dataspill, og relaterte konsekvenser som kan påvirke sosialt liv. Jeg vil bruke kategoriseringene storspillere og problemspillere for å illustrere dette.

2.7.1 Forskjellen på storspillere og problemspillere

Medietilsynet (2015) sine eksempler på kjennetegn for når spilling har blitt problematisk er for eksempel at noen dropper aktiviteter og sosialt samvær til fordel for spill, at de ikke klarer å slutte eller trappe ned på tross av forsøk på dette, og skiller mellom «storspilling» og «problemspilling». Medietilsynet (2015) regner storspilling som daglig aktivitet hvor noen spiller fire timer eller mer. Dette påvirker ikke nødvendigvis livet til den som spiller på noen negativ måte, og regnes som en hobby eller lidenskap. Problemspilling beskrives som

tvangspregede spill-vaner som hindrer normal deltakelse på skole, i familieliv og i andre sosiale sammenhenger (Medietilsynet, 2015, s.9). Negative konsekvenser for dataspillavhengige og problemspillere kan handle om følelser knyttet til nedstemthet, irritabilitet, dårlig humør, det å føle seg nervøs, være sliten og utmattet, og redsel (Brunborg et al., 2013, s.124). Det skal nevnes at konsekvenser av dataspill er hyppigst rapportert blant de som regnes som «dataspillavhengige» og «problemspillere» (Brunborg et al., 2013, s.124-125). At konsekvensene rapporteres hyppigst blant de som kategoriseres som dataspillavhengige eller problemspillere, betyr at negative konsekvenser av dataspill ikke er like sannsynlige blant alle som spiller dataspill. Dette samsvarer med forskning på feltet som viser at risikoen for negative konsekvenser øker med hvor mye tid man bruker på å spille dataspill, ettersom dataspillavhengige og problemspillere ligger langt over gjennomsnittet når det kommer til tidsbruk på dataspill (Wenzel et al, 2009, s.1246; Brunborg et al., 2013, s.121).

2.7.2 Forskning på storspillere og problemspillere

Som sosial gruppe har mennesker som spiller dataspill ofte blitt møtt med fordommer om at de mangler sosial kompetanse, og at de har større sjanse for å isolere seg (Huang et al.,2015, s.41). En norsk studie av Wenzel et al (2009) rapporterte at rundt 90 % av spillerne i studien spilte mindre enn én time daglig, mens 2 % spilte mer enn fire timer daglig. Samme studie beskriver at de typiske spillerne er høyt utdannede menn som spiller alene, og som selv sier at de er misfornøyde med sin egen økonomiske situasjon. Det som var typisk blant de som spilte mer enn fire timer, var single menn som spilte online og rapporterte at de hadde dårlig helse og psykiske problemer (Wenzel et al., 2009, s.1244). Noen studier viser at engasjerte spillere kan bruke like mye tid på å spille dataspill som de som regnes som avhengige, uten at de opplever de samme negative konsekvensene (Huang, et al, 2015, s. 36). Nasjonale studier om dataspillavhengighet har hatt ulike kriterier for å definere overdreven spilling. Forfattere i en studie av Wenzel et al. (2009) brukte ikke begrepet avhengighet, men «overdreven spilling». Av 3405 personer mellom 16-74 år svarte 2,2 % at de spilte i overkant av fire timer hver dag (Wenzel et al, 2009, s.1237). Huang (2015) argumenterer for at studien til Wenzel et al. (2009) sannsynligvis ville ha hatt et annet resultat dersom spørsmålene hadde vært forankret i avhengighetskriterier (Huang et al, 2015, s.39). Huang (2015) foreslår derfor som implikasjon for praksis at man bør skille mellom patologisk og normalt forbruk, for å få klarhet i forskjeller mellom avhengighet og høyt spill engasjement (Huang et al, 2015, s.44).

En annen norsk studie (Brunborg et al., 2013) forsket på dataspillavhengighet blant 1320 åttendeklassinger. Forfatterne skilte her mellom avhengige eller problemspillere, engasjerte

spillere og normale spillere, som tolkes fritt til å gjelde alle som ikke passer inn i de tre første kategoriene. Resultatet viste at 4,2 % var avhengige, 12,9 % var problemspillere og 4,9 % var engasjerte spillere (Brunborg et al., 2013, s.121). Gjennomsnittet på spilltid blant alle deltakerne var 10 timer i uken. De som i studien ble regnet som avhengige brukte i gjennomsnitt 24 timer i uken på dataspill, problemspillerne brukte 18 timer i uken, og de engasjerte brukte 19 timer i uken. Åttendeklassingene i studien ble også spurt om hvor ofte de drev med fysisk aktivitet, og om psykiske helsefaktorer som for eksempel å være i dårlig humør, være sliten og om søvnproblemer (Brunborg et al., 2013, s.120). Resultater i studien viste at gruppen med avhengige spillerne hadde større sjanse for å føle seg irritable, være i dårlig humør, nervøse, redde, og oppleve søvnproblemer enn hva de andre gruppene hadde. (Brunborg et al., 2013, s.122). Problemspillerne hadde større sjanse for negative konsekvenser enn hva normalgruppen hadde, men risikoen var fortsatt ikke like stor som den var blant avhengige spillere. De engasjerte spillerne hadde lavere sjanse for å være i dårlig humør eller føle seg irriterte, men de hadde til felles med problemspillerne at de begge var utsatt for symptomer på depresjon (Brunborg et al., 2013, s.124).

Studien viser at det av å være ung og avhengig av dataspill kan by på negative konsekvenser, og påvirke emosjonelt og psykisk. De som var svært interesserte og engasjerte i spill opplevde ikke de samme negative psykologiske konsekvensene, noe som tyder på at det i seg selv ikke er helsefarlig å spille mye dersom det ikke påvirker viktige psykologiske faktorer (Brunborg et al., 2013, s.124-125). Samtidig viser en studie fra USA med 7000 respondenter som spilte samme dataspill at de hadde dårligere psykisk helse enn den generelle populasjonen (Williams et al., 2008, s. 1007).

En longitudinell studie fra Singapore om dataspillavhengighet med 3034 barn og unge som respondenter fant at hyppig spilling kan knyttes til depressive symptomer, og at dataspill derfor kan føre til alvorligere psykiske problemer (Liau et al., 2015, s.306). Depressive symptomer og psykiske problemer kan igjen føre til negative sosiale konsekvenser for ungdom, som for eksempel at de faller ut av venneflokk, henger bak på skolen, og blir liggende etter i sin sosiale utvikling (Garløv, Grøholt, Weidle & Sommerschild, 2015, s.87).

Dersom det stemmer at dataspill kan knyttes til alvorlige psykiske problemer, inngår dette i en vond sirkel hvor dårlige psykososiale funksjoner som konsekvenser av dataspill, vil øke sjansen for tilbakevendende depresjoner hos unge og potensielt føre til svært negative sosiale konsekvenser for ungdom (Garløv et al., 2015, s.86). Samtidig har jeg vist at dataspill også kan knyttes til sosiale utviklingsmuligheter, som jeg i dette kapittelet samlet i et

ressursperspektiv. Både risiko – og ressursperspektivet som er beskrevet i dette kapittelet vil bli tatt med inn i diskusjonsdelen av denne oppgaven for å diskutere mine funn.

Kapittel 3 – Metode og metodiske overveielser

3.1 Metodisk tilnærming

Metode har som mål å gi oss informasjonen man trenger når man undersøker noe (Dalland, 2013, s.111). Valget av å benytte seg av kvantitativ metode har som formål å belyse problemstillingen på en faglig og interessant måte, fordi tilgangen til Norsk Monitor sin database gjør det mulig å kartlegge dataspillbruk ut fra et mangfold av variabler. Disse handler eksempelvis om relasjoner, sosiale vaner, samt psykisk og fysisk helse. Kvantitative metoder har som mål å være sikre og presise. Studien har et mål om å finne håndfaste data som kan gi kunnskap om hvordan dataspill henger sammen med trivselsfaktorer for å besvare problemstillingen «*Hvilke sosiale konsekvenser har sammenheng med dataspill for ungdom og unge voksne i Norge?*» og «*Hva betyr tidsbruk på dataspill for dette?*».

Kvantitativ metode gir data i form av målbare enheter som skal observeres, som for eksempel hvor mange 15-åringer som spiller dataspill, og hvor ofte de treffer venner. Kvantitativ metode skiller seg fra kvalitative metoder som forsøker å fange opp meninger eller opplevelser som ikke er målbare (Dalland, 2013, s. 112). Min problemstilling kan bli bedre besvart dersom kvantitative data analyseres. Tallfestet datamateriale fra Norsk Monitor gir en systematisk og strukturert oversikt for dette formålet. Jeg vil nå presentere hva Norsk Monitor er, og hvordan det ble benyttet for å besvare problemstillingen.

3.2 Norsk monitor

Norsk Monitor er en omfattende sosiokulturell studie som er gjennomført annethvert år siden 1985, og inneholder per i dag 64.000 komplette intervjuer samlet inn for å beskrive og forklare samfunnet og samfunnsendringer.. Utvalget er landsrepresentativt for befolkning over 15 år, og undersøkelsen er dokumenterbar og metodisk solid (Ipsos, 2021).

Norsk Monitor er en database som kartlegger en rekke samfunnstema som gjør det mulig for oss å beskrive og forklare hvordan verdiene våre påvirker holdninger og atferd. I tillegg til spørsmål om religion og politikk inneholder undersøkelsen i tillegg spørsmål om verdier og holdninger, hvordan mennesker oppfatter sin tilværelse og sine relasjoner (Ipsos, 2021).

Datamaterialet til Norsk Monitor gjør det mulig å se sammenhengen i et større innsamlet datamateriale som kan gi kunnskap om dataspill og norsk befolkning. Tallfestet datamateriale

fra Norsk Monitor vil kunne gi en systematisk og strukturert oversikt som deretter gjør det mulig å sette ulike variabler opp mot hverandre. Med dette vil vi kunne besvare forskningsspørsmål om hvor mange som spiller dataspill, for deretter å gruppere respondentene etter tidsbruk på spill for å besvare den overordnede problemstillingen. Vi kan deretter se på gruppen som ikke spiller dataspill og sammenligne den med den gruppen som spiller mest, for å se om det finnes signifikante sammenhenger i variabler som omhandler trivselsfaktorer.

Norsk Monitor har som flere andre intervjuundersøkelser et problem med synkende svarprosjenter og respondentbortfall, noe som kan være en ulempe dersom konsekvensene blir til utvalgsskjevheter som påvirker resultatet. Heldigvis har Norsk Monitor undersøkt dette gjennom analyser på respondentbortfall og utvalgsskjevheter for å finne ut om utvalget av respondenter likevel er representativt. Konklusjonen av tester gjort i 2013 og senest 2019 viser at respondentbortfall, selv om det er stort, ikke nødvendigvis skaper store skjevheter. Det er som med alt annet mulig at noen skjevheter forekommer, men det er av liten betydning og betyr at man fortsatt kan belyse fenomener man undersøker på tross av lave svarprosjenter (Hellevik, 2019, s.15).

Forskere etterlyser mer forskning på dataspill og sosiale konsekvenser, og litteratursøk viser som nevnt at det ikke finnes særlig mange norske studier sammenlignet med hva det gjør internasjonalt. Dette gjør også at Norsk Monitor er svært aktuelt å benytte, ettersom det gir tilgang til mange respondenter nasjonalt. Norske respondenter vil kunne muliggjøre et overblikk over dataspills aktualitet og popularitet nasjonalt, og dermed kan vi belyse fenomenet i vår nasjonale kontekst. Med andre ord vil norske respondenter gi gode indikasjoner på hvordan ungdom og unge voksne i vårt samfunn preges av dataspill, og dette kan gi implikasjoner for hvordan profesjonsutøvere kan utøve bedre sosialt arbeid med unge som spiller dataspill.

3.3 Utvalg

Medietilsynets rapport Barn og Medier (2020) har 3395 respondenter. Her rapporterer 95 % av 9-10 åringer at de spiller dataspill, mens det blant 17-18 åringer er 77 % som spiller. Medietilsynet (2020) konkluderer at de aller fleste norske barn og unge spiller dataspill, men at dette avtar med alder (Medietilsynet, 2020, s. 93).

For å få oversikt over ungdomsvaner, har jeg valgt å undersøke data som er samlet inn mellom 2011 - 2019 hos respondenter som er 15 - 24 år. Denne gruppen utgjør basen for

denne studien. Dette inkluderer personer som er å regne for ungdom per 2021, og de som var ungdom for 10 år siden, og som i 2021 er unge voksne. Av de 3068 intervjuede finner vi 1323 menn og 1745 kvinner mellom 15 - 24 år. Blant disse er det totalt 42,3 % som rapporterer at de spiller dataspill, noe som kan tyde på medietilsynets konklusjon om at dataspill avtar med alder er riktig også blant denne aldersgruppen da prosentandelen er lavere enn hva den er i rapport Barn og Medier (2020). For å se om gruppen 15 – 24 år også spiller mer enn de som er litt eldre, har jeg sett på dataspilltendensene blant aldersgruppen 15 – 39 år, for å sammenligne gruppene.

3.4 Storspillere og problemspillere

For å finne ut om det er problemspillere blant informantene trenger vi å få vite om mer enn bare tidsbruk, ettersom studier peker på at det ikke er tidsbruk alene som avgjør om noens spilling er problematisk (Huang, et al, 2015, s. 36). Det har derfor vært nødvendig å i første rekke undersøke om gruppen som spiller dataspill, skiller seg fra de som ikke gjør det. For å undersøke om det fantes forskjeller delte jeg opp kategoriene etter hvor mye de spilte, for så å sammenligne gruppen som spiller mest med den som ikke spiller i det hele tatt.

Det er blant gruppen som spiller mest at det kan eksistere problemspillere. Problemspillere er som før beskrevet respondenter som opplever negative konsekvenser av sitt dataspillbruk, og disse skiller seg fra storspillere som kan ha et like høyt tidsbruk, uten at de nødvendigvis opplever negative konsekvenser. For å undersøke om gruppen som spiller mest opplever sosiale konsekvenser i sammenheng med dataspill undersøkte jeg først hvordan de oppfattet sine relasjoner, sosiale liv, psykiske og fysiske helse. Dette er gjort for å undersøke hvilke sosiale konsekvenser storspiller-gruppen kan oppleve, sammenlignet med gruppen som ikke spiller.

Dersom noen i storspillergruppen hadde opplevd negative sosiale konsekvenser som direkte konsekvens av dataspilling, ville dette ha stemt overens med problemspiller definisjonen. Det er likevel ikke mulig å lese ut fra resultatene om det er dataspillet som har forårsaket negative konsekvenser, men det er mulig å se hvilke tendenser som eksisterer blant storspillere for å undersøke om de er mer utsatt for konsekvenser sammenlignet med dem som ikke spiller.

3.5 Forskningsdesign

Tverrsnittsdesign er begrenset til ett tidspunkt, og studerer et nåtids fenomen som baseres på spørreundersøkelse (Ringdal, 2018, s.112). Det er typisk for tverrsnittdesignundersøkelser at intervjuobjektene kun svarer på spørreundersøkelsen en gang (Ringdal, 2018, s.130). I denne

studien hvor Norsk Monitor sitt datamateriale er samlet inn over lengre tidsperioder, er det viktig å fremheve at det er forskjellige intervjuobjekter som har besvart undersøkelsen, det er altså ikke en longitudinell studie hvor de samme intervjuobjektene følges over tid (Ringdal, 2018, s.112).

Tverrsnittundersøkelser har som mål å gi en statistisk beskrivelse av sammenhenger, og baseres på et stort representativt utvalg som er utført i et begrenset tidsrom (Ringdal, 2018, s.151). Norsk Monitor har gjentatte tverrsnittundersøkelser annethvert år, noe som gjør det mulig å studere endringer i samfunnet over tid, i en såkalt trendanalyse (Ringdal, 2018, s.152).

I min studie er ikke hensikten å finne ut om dataspill som trend er i endring, da dette allerede fremkommer av funn i eksisterende studier og kartlegginger (Medietilsynet, 2020; King mfl. 2018; Wittek et al., 2016, s.672). Hensikten er å kartlegge og presentere hvordan dagens ungdom og unge voksne dataspill vaner ser ut i forhold til tidsbruk, for deretter å sammenligne dette med spørsmål respondentene har svart om som dreier seg om livstrivsel.

3.6 Hypotesetesting for å finne statistisk signifikans

En metode for å beregne mål i statistisk sammenheng i krysstabeller med to variabler er å foreta en test av kji kvadrat, i SPSS kalt «Chi-Square» (Ringdal, 2018, s.289). Jeg benyttet meg av denne metoden på følgende måte.

For å finne sammenhenger mellom to variabler på grunnlag i krysstabellene måtte jeg først ha en nullhypotese (H_0). Denne hypotesen står for at variablene ikke har en sammenheng, altså det motsatte av hva vi leter etter. Hypotesen (H) står for at det er en sammenheng mellom variablene. Disse to sammen dekker alle mulige utfall av en kji kvadrattest som ble utført for å finne ut om dataen er signifikant (Ringdal, 2018, s.285). Signifikans forteller oss hvor sikkert det er at vi kan legge resultatene til grunn. Når det konkluderes med at noe er statistisk signifikant betyr det at sammenhengen i utvalget kan generaliseres til populasjonen, og at vi kan bygge videre på resultatet av undersøkelsen (Ringdal, 2018, s.285). Vi trenger et signifikansnivå for å vise den maksimale sannsynligheten for at en nullhypotese kan forkastes, slik vi kan bygge videre på hypotesen (Ringdal, 2018, s.286). For å kunne godta resultater er det viktig å teste hypoteser. Målet med hypotesetestingen er å kunne forkaste nullhypotesen. En statistisk hypotese testes på sin størrelse, og viser oss hvor sannsynlig det er at hypotesen gir et statistisk signifikant resultat. Dersom verdien er mindre enn 0,05 vil nullhypotesen forkastes (Ringdal, 2018, s.286).

Eksempel på hypoteser:

- H_0 = Det er ingen sammenheng mellom dataspill og livstrivsel
- H_1 = Det er en sammenheng mellom dataspilling og livstrivsel

På denne måten kan man bruke den overordnede problemstillingen, og lete etter sammenhenger mellom dataspilling og ulike trivselsfaktorer.

3.7 Kvantitativ metode

Enhetene vi studerer i dette tilfellet er personer mellom 15-24 år, og beskrives som respondenter. De fleste variablene som benyttes fra Norsk Monitor er i denne studien på ordinalnivå. Hvor mye tid man bruker på dataspill er på ordinalnivå fordi respondentene kan svare med flere alternativer som plasserer dem i en rang. Det samme gjelder om de er lykkelige, tilfredse, og på spørsmål om fysisk og psykisk helse.

3.8 Fremgangsmåte

Statistisk signifikans kan måles som p-verdi eller gjennom konfidensintervaller. Når jeg har studert materialet i SPSS har jeg benyttet p-verdi, og når jeg har benyttet Norsk Monitor sin analyseportal har jeg benyttet konfidensintervall ved 95 % eller 99 %.

Etter å ha studert materiale til Norsk Monitor, ble dataen overført manuelt til SPSS. I Norsk Monitor sin analyseportal er det mulig å sette sammen ulike variabler, som for eksempel «litt misfornøyd» og «svært misfornøyd» til en samlet kategori «misfornøyd». Det ble på samme måte mulig å sette sammen færre grupper når det kom til tidsbruk, for eksempel som at tid brukt på dataspill er 15 - 29 minutter sammen med 30 - 59 minutter blir «under en time». Når dette ble overført, ble de lagt inn i SPSS i forhåndsbestemte grupper som var mer komprimerte. Dette gjorde det mulig å undersøke eventuell statistisk signifikans på større grupper.

Norsk Monitor tillater å eksportere filer inn i Excel, men ikke direkte til SPSS og jeg eksporterte derfor datamaterialet via Excel. Dette skapte utfordringer fordi dataen ble misforstått i SPSS, og verdiene ble feil. Noe av materialet fra Norsk Monitor ble derfor skrevet inn manuelt i SPSS for å sikre at det ikke ble skadet i overføringen. Da dette var en omfattende prosess ble det i utgangspunktet fokusert på få variabler: tidsbruk på dataspill, opplevelse av tilværelse, opplevelse av lykke, og opplevelse av relasjoner. Disse har blitt studert i krysstabeller og gjennom independent t-test sample, for å finne ut om tidsbruk har en signifikant sammenheng med trivselsfaktorer.

Det er mulig å finne signifikans i datamaterialet inne i Norsk Monitor sin analyseportal, ved å sette inn konfidensintervall. Her får man velge mellom 80, 90, 95 og 99 % nivå for konfidensintervall. Dette ble benyttet for å finne ut om kjønnsforskjeller var signifikante. (Tabell 1 og Tabell 2). Fordelingen av kjønn ble studert inne i Norsk Monitor sin analyseportal ved å sette inn et konfidensintervall på 99 %, hvor begge viste at det var signifikante forskjeller på tidsbruk hos kvinner og menn.

Kapittel 4 – Funn

I kapittel 3 viste jeg data fra Norsk Monitor og Medietilsynet for å illustrere hvor mange som spiller spill, og hvordan tidsbruk fordeler seg. Ettersom jeg i denne studien undersøker sosiale konsekvenser blant ungdom og unge voksne, tar jeg utgangspunkt i aldersgruppen 15 – 24 år, da dataen viste at disse spiller mer enn den eldre aldersgruppen 15 – 39 år, og at spill avtar med alder. I dette kapitlet skal jeg vise funn fra datamaterialet til Norsk Monitor. Jeg presenterer funnene i tre hoveddeler.

Den første delen henger sammen med forskningsspørsmålet «*Hvor populært er dataspill i Norge, og hvorfor?*» og viser funn på hvor mange som spiller dataspill. Dette skal kartlegge hvor populært dataspill er blant ungdom og unge voksne.

Den andre har sammenheng med forskningsspørsmålet «*Hvordan påvirker dataspill relasjoner*» og viser funn på hvor ofte respondentene de treffer venner, hvordan de opplever forholdet til sine nærmeste, og hvor sosiale eller utadvendte de anser seg selv for å være.

Den tredje delen dreier seg om forskningsspørsmålet «*Har psykisk og fysisk helse sammenheng med tid brukt på dataspill*», hvor respondentene har svart på om de opplever seg som lykkelige eller ulykkelige, hvor fornøyde de er med sin tilværelse, og funn om fysisk helse, hvor respondentene har svart på hvor ofte de trener.

4.1 Hvor populært dataspill er i Norge

Fra 2011 - 2019 har Norsk Monitor spurt 6477 mennesker mellom 15 - 39 år om hvor mye tid de har brukt på dataspill/tv-spill forrige dag. Disse dataene kan fortelle oss noe om hva som er typisk tidsbruk, hvor mange det er som spiller mye, og om det er forskjell på kjønn.

Med mål om å kartlegge unge norske sitt forbruk starter jeg denne funndelen med å se på en større aldersgruppe på dem som er mellom 15 – 39 år, og deretter på den yngre gruppen som er 15 – 24 år for å sammenligne. Jeg vil også se på kjønnsforskjeller blant begge aldersgruppene.

4.1.1 Ungdom, unge voksne og voksne 15 – 39 år

Tabellen under illustrerer i antall respondenter hvordan fordelingen av kvinner og menn er i de ulike gruppene for tidsbruk.

Tabell 1: 6477 respondenter mellom 15 – 39 år prosentfordeling på tidsbruk

Konfidensintervall = 99% ***	N=	Kvinner 15 – 39 år	Menn 15 – 39 år
ALLE	100 %	100 %	100 %
Spilte ikke dataspill	62,1 %	73,1 % ***	51,6 %
< 1 time	17,4 %	14,5 %	20,1 % ***
1 - 3 timer	9,9 %	4,6 %	15,0 % ***
>3 timer	5,6 %	1,8 %	9,2 % ***

Utvalg: Alle i gruppen 15 til 39 år, 2011-2019.

Tabell 1 viser i prosent hvordan kvinnene og mennene er representert i de ulike gruppene for spilltid. 73,1 % av kvinnene svarte at de ikke hadde brukt tid på dataspill dagen før, og 51,6 % av mennene svarte det samme. Dette betyr at det som gjelder for mesteparten av kvinnene, kun gjelder for omtrent halvparten av mennene. Dette forteller oss at flere menn enn kvinner spiller dataspill. Det var totalt var 5,6 % som svarte at de spilte 3 timer eller mer forrige dag. 1,8 % av kvinnene svarte at de spilte mer enn 3 timer, og 9,2 % av mennene spilte mer enn 3 timer. Resultatene viser at menn spiller mer enn kvinner i den undersøkte gruppen. Det er signifikant med et konfidensintervall på 99 % at menn bruker mer tid på spill enn hva kvinner gjør, og at flere kvinner enn menn ikke spiller dataspill i det hele tatt.

4.1.2 Ungdom og unge voksne 15 – 24 år

I tabellen under skal jeg vise hvordan kjønn sammen med aldersgruppe fordeler seg på de ulike gruppene for tidsbruk.

Tabell 2: 3068 respondenter mellom 15-24 år prosentfordeling på tidsbruk

Konfidensinterva II = 99 % ***	N=3068 Kvinner og menn 15-24 år	Kvinner 15-24 år	Menn 15-24 år
-----------------------------------	------------------------------------	------------------	---------------

Spilte ikke dataspill	53,8 %	71,0 % ***	37,6 %
<1 timer	19,5 %	16,6 %	22,2 %
1- 3 timer	14,4 %	5,7 %	22,7 %
>3 timer	8,4 %	2,7 %	13,8 % ***

Utvalg: Alle i gruppen 15 til 24 år, 2011-2019.

I Tabell 2 ser vi at totalt 53,8 % av aldersgruppen 15 – 24 år ikke spilte dataspill, mens 8,4% spilte 3 timer eller mer. Blant kvinnene svarte 71 % at de ikke hadde spilt dataspill, og blant mennene svarte 37,6 % at de ikke hadde spilt dataspill. Dette bekrefter at det også i denne aldersgruppen er vanligere for menn å spille dataspill enn for kvinner.

13,8 % av de mannlige ungdommene spilte 3 timer eller mer, og 2,7 % av de kvinnelige ungdommene spilte 3 timer eller mer. Tallene her er samsvarer med aldersgruppen 15 - 39, hvor menn spiller mer enn damer, og at mange som ikke spiller i det hele tatt. Funn på ungdommene skiller seg dermed ikke særlig fra den øvrige gruppen 15 - 39 år. Ungdom skiller seg ut sammenlignet med den større gruppen på tidsbruk. 8,4 % av de intervjuede ungdommene svarte at de spilte 3 timer eller mer. Sammenlignet med den øvrige gruppen 15 - 39 år, hvor det var 5,6 % totalt som oppga at de spilte 3 timer eller mer, er det en større andel av ungdom som bruker mye tid på spill sammenlignet med den større gruppen.

4.2 Relasjoner og sosial trivsel

Først skal vi se på relasjoner og sosial trivsel gjennom hvordan gruppene har svart på spørsmål om hvor ofte de treffer venner, hvor fornøyde de er med sine relasjoner, og hvor sosiale og utadvendte de anser seg selv for å være.

Tabell 3: «Hvor ofte er du ute for å treffe venner»

	Antall intervjuede	5 eller mer	3-4	1-2	Sjeldnere	Gjør det aldri
ALL	N=3068	7,5 %	25,4 %	44,3 %	18,3 %	2,5 %
Spilte ikke dataspill	N=1823	7,0 %	26,4 % *	46,4 % *	16,6 %	1,9 %

<1 time	N=541	9,8 %	24,8 %	43,6 %	18,6 %	2,0 %
1-3 timer	N=372	6,5 %	26,6 %	42,1 %	19,7 %	3,1 %
>3 timer	N=214	6,1 %	16,9 %	37,0 %	28,3 %	7,9 % ***

Utvalg: Alle i gruppen 15 til 24 år, 2011 – 2019.

Blant den ikke-spillende gruppen er det vanligst å treffe venner 1 - 2 eller 3 - 4 ganger i uken. Begge disse alternativene er signifikant høyere enn å treffe venner sjeldnere eller aldri.

Blant storspillergruppen viser resultatene at det er signifikant at flere svarer at de aldri treffe venner enn alle de andre alternativene. Å treffe venner sjeldnere er også signifikant høyere enn de resterende alternativene. De som ikke spiller dataspill treffer venner oftere, sammenlignet med storspillerne.

Tabell 4: Hvor fornøyd er du med forholdet til dine nærmeste

Konfiden sintervall = 99%	Antall intervjuede	Fornøyd med forhold til nærmeste	Hverken fornøyd eller misfornøyd	Misfornøyd med forhold til nærmeste
ALL	n=3068	83,1 %	9,2 %	6,3 %
Spilte ikke dataspill	n=1823	85,1 %	8,1 %	6 %
>1 time	n=541	83,9 %	9,5 %	5,6 %
1-3 timer	n=372	78,8 %	10,9 %	5,9 %
<3 timer	n=214	73,9 %	12,9 %	12,6 % ***

Utvalg: Alle i gruppen 15 til 24 år, 2011 – 2019.

I gruppen som ikke spilte dataspill var 85,1 % ganske/meget fornøyd med forholdet til sine nærmeste, og 6 % var litt eller svært misfornøyd. I gruppen som spilte dataspill 3 timer eller mer var 73,9 % ganske/meget fornøyd, mens 12,6 % var litt eller meget misfornøyd.

Med et konfidensintervall på 99 % viser det en signifikant sammenheng mellom å være misfornøyd med sine nærmeste og det å spille mer enn 3 timer. Ved bruk av SPSS viste en T-Test at forhold til nærmeste sammen med «Spilt >3timer» en signifikans på sig,000. Dette

betyr at det er en signifikant sammenheng mellom å spille mer enn 3 timer, og være misfornøyd med relasjoner til sine nærmeste.

Tabell 5: «Hva passer best for deg: Er utadventd og sosial»

Konfidensintervall = 95% ***	Antall intervjuede	Passer ikke	Passer litt	Passer middels	Passer mye	Passer helt
ALL	N=3068	2,1 %	11,6 %	9,9 %	24,6 %	11,3 %
Spilte ikke dataspill	N=1823	1,2 %	10,4 %	10,1 %	26,4 %	14,3 % ***
<1 time	N=541	2,5 %	11,8 %	8,8 %	24,3 %	8,2 %
1-3 timer	N=372	4,2 % ***	14,0 %	11,5 %	18,9 %	7,3 %
>3 timer	N=214	4,3 % ***	16,9 %	7,5 %	22,2 %	9,0 %

Utvalg: Alle i gruppen 15 til 24 år, 2015 – 2019.

Dette spørsmålet har lav responsrate, med 59,5 %. Dette er fordi spørsmålet ikke har vært inkludert alle de 10 årene vi ser på, men kun fra 2015 – 2019.

Blant gruppen som ikke spiller dataspill svarer 14,3 % at det passer helt med påstanden at de er utadventde og sosiale. Dette er signifikant høyere enn alle de andre alternativene, med et konfidensintervall på 95 %. At dette spørsmålet passer mye for respondentene er også signifikant høyere enn å ikke passe eller å passe litt. Blant storspiller-gruppen er det 4,3 % som svarer at det ikke passer i det hele tatt at de er utadventde og sosiale. Dette er signifikant sammenlignet med middels, mye og høy, men ikke signifikant høyere enn svaralternativet passer litt. Konklusjonen er at de som ikke spiller er mest sosiale og utadventde, og de som spiller mest er minst sosiale og utadventde.

4.3 Psykisk helse

Tabell 6: «Vil du stort sett beskrive deg selv som meget/ganske lykkelig, eller ikke spesielt/slett ikke lykkelig?»

Konfidensintervall = 99% ***	Antall intervjuede	Lykkelig	Ulykkelig
100%	n=3068	83,7 %	14,7 %
Spilte ikke dataspill	n=1823	85,9 %***	13,1 %
<1 time	n=676	85,1 %	12,6 %
1-3 timer	n=237	80,9 %	17,0 %
>3 timer	n=214	70,7 %	26,9 %***

Utvalg: Alle i gruppen 15 til 24 år, 2011 – 2019.

Tabell 6 viser at de som ikke spiller dataspill i større grad rapporterer at de er lykkelige (85,9 %) enn hva respondentene som spiller mer enn 3 timer gjør (70,7 %). Det er også flere som rapporterer at de er ulykkelige blant >3timer spillerne (26,9 %) enn hva det er blant ikke-spillerne (13,1 %).

Et konfidensintervall på 99 % viser en signifikant sammenheng mellom å spille mer enn 3 timer og å være ulykkelig, og det er signifikant at de som ikke spiller beskriver at de er lykkelige. Med dette kan vi si at de som ikke spiller er mer lykkelige enn de som spiller mye, og at de som spiller mye er mer ulykkelige enn de som ikke spiller.

Tabell 7: «Hvor fornøyd er du med egen tilværelse?»

Konfidensintervall= 99% ***	Antall intervjuede	Fornøyd	Hverken fornøyd eller misfornøyd	Misfornøyd
100%	n=3068	76,7 %	13,1 %	7,7 %
Spilte ikke dataspill	n=1823	79,3 %***	11,8 %	6,9 %
<1 time	n=541	76,6 %	14,7 %	7,0 %

1-3 timer	n=372	74,6 %	11,1 %	9,4 %
>3 timer	n=214	63,9 %	20,8 %***	13,3 %***

Utvalg: Alle i gruppen 15 til 24 år, 2011 – 2019.

Tabell 7 viser at ikke-spillerne i større grad er fornøyde enn >3timer spillerne, og i mindre grad misfornøyde. Det er flere blant >3timer spillerne som svarer at de hverken er fornøyde eller misfornøyde. Svaralternativet «hverken fornøyd eller misfornøyd» gjør at prosentandelene ikke gir store forskjeller på dette spørsmålet, som hva det har på spørsmål om lykke. Disse to sammen kan fortelle oss noe om forskjellen på gruppene, men ikke om det nødvendigvis har sammenheng, eller hvor sterk sammenhengen er. Dette ble derfor testet i en krysstabell ved å bruke dataprogrammet SPSS, for å undersøke om dette viste en signifikant sammenheng. Med gruppene satt opp mot hverandre i krysstabell viste resultatet seg å være Sig ,000. Altså var det en signifikant sammenheng mellom det å være misfornøyd og å spille mye dataspill, og å være fornøyd og ikke spille mye dataspill.

I tillegg målte Cramer's V 0,81, noe som tyder på svært sterk sammenheng. Gjennom en T-Test (Independent Samples Test) ble gruppen «spilte ikke dataspill» og «>3 timer» også målt til Sig. ,000. I Norsk Monitor sin analyseportal ble det satt et konfidensintervall på 95 % som viste samme resultat. Dataene viser dermed at det å ikke spille dataspill har sammenheng med å være mer fornøyd med egen tilværelse på et signifikant nivå, og at det er en sterk sammenheng mellom å være misfornøyd med egen tilværelse og å spille mye dataspill. De som ikke spiller dataspill er mer fornøyde enn de som spiller mye dataspill.

4.4 Fysisk helse og trening

Tabell 8: Hvordan vurderer du din egen helse?

Konfidensintervall = 95 % ***	Antall intervjuede	God helse	Middels helse	Dårlig helse
ALL	n=3068	79,2 %	16,1 %	4,0 %
Spilte ikke dataspill	n=1823	80,9 %***	14,4 %	3,9 %
<1 time	n=541	79,7 %	16,9 %	2,6 %

1-3 timer	n=372	77,7 %	17,0 %	4,4 %
3 timer eller mer	n=214	68,5 %	25,5 %***	6,1 %***

Utvalg: Alle i gruppen 15 til 24 år, 2011 – 2019.

Dette spørsmålet kan besvares med meget god, god, hverken god eller dårlig/middels, dårlig eller meget dårlig. Kategoriene er slått sammen for å kategorisere hvorvidt gruppene beskriver at de har god eller dårlig helse.

Blant de 3068 som svarte på dette, vurderte 79,2 % sin egen helse til meget god eller god, 16,1 % vurderte den til middels, og 4 % vurderte den til dårlig eller meget dårlig. I den ikke-spillende gruppen vurderer 80,9 % sin egen helse til å være god, og ligger derfor over gjennomsnittet. Dette ble sjekket med et konfidensintervall på 95 % og viser at det er signifikant å være fornøyd enn hva det er å være middels fornøyd. I den ikke-spillende gruppen vurderer 3,9 % sin egen helse til dårlig, noe som ikke er signifikant i denne undersøkelsen.

Blant storspillerne (3 timer eller mer), vurderer 68,5 % sin helse til å være god, og de ligger derfor under gjennomsnittet på et ikke-signifikant nivå. I storspillergruppen vurderer 25,5 % sin helse til middels, og 6,1 % sin helse til dårlig eller meget dårlig. Dette betyr at de som spiller mest vurderer sin egen helse til å være dårligere enn hva de andre gruppene gjør. Både middels og misfornøyd- gruppene er signifikant høyere enn å være fornøyd med egen helse blant storspillergruppen i denne undersøkelsen.

De 3068 intervjuede har svart på spørsmål om hvor ofte de trener. For å få bedre oversikt over hvem som trener mest og minst, er noen av svaralternativene lagt sammen. Dette betyr at sjeldnere enn 1 gang hver 14 dag er blitt lagt sammen med 1 gang hver 14.dag, da disse begge går under kategorien «trener sjelden», og at 3 - 4 ganger per uke og 5 - 6 ganger per uke er lagt sammen, da begge regnes å være «å trene ofte».

Tabell 9: «Hvor ofte trener/mosjonerer du?»

Konfidensintervall= 95%***	Antall intervjuede	Aldri	Sjeldnere enn 1 gang hver 14. dag eller 1 gang hver 14. dag	1-2 ganger i uken	3-6 ganger i uken	1 eller flere ganger pr. dag
ALL	n=3068	5,3 %	13,1 %	32,8 %	42,6 %	5,9 %
Spilte ikke dataspill	n=1823	4,8 %	12,9 %	32,8 %	42,5 %	6,6 %***
<1 time	n=521	4,2 %	14,1 %	30,6 %	45,0 %	5,7 %
1-3 timer	n=372	6,9 %	12,6 %	31,8 %	43,8 %	4,4 %
>3timer	n=214	9,7 %***	12,2 %	37,0 %	35,2 %	5,0 %

Utvalg: Alle i gruppen 15 til 24 år, 2011 – 2019.

Blant alle gruppene svarte de fleste at de trente 3 - 6 ganger i uken, som utgjør 42,6 % av alle respondentene. 32,8 % svarte at de trener 1 - 2 ganger i uken, mens 5,3 % svarte at de aldri trener. Blant den ikke-spillende gruppen svarte 4,8 % at de aldri trener, hvilket er mindre enn gjennomsnittet for alle gruppene. De er også den gruppen som har høyest svarprosent på å trene en eller flere ganger per dag, med 6,6 %, noe som med et konfidensintervall på 95 % er signifikant. For den storspillende gruppen var det langt flere som svarte at de aldri trener, og dette svaralternativet utgjorde 9,7 % av hele gruppen. Dette er også med et konfidensintervall på 95%, som er signifikant høyere enn de andre alternativene. Dette betyr at de som spiller mest, trener minst, mens de som ikke spiller dataspill, trener mest. Dette har en signifikant sammenheng.

4.5 Oppsummering av funn

Resultatene i denne studien viser signifikante sammenhenger mellom å spille mye dataspill og å rapportere å være misfornøyd med egen tilværelse og helse, være mindre sosiale, være mindre fornøyd med relasjoner til sine nærmeste, og å rapportere å være ulykkelige. Studien viser også signifikante sammenhenger mellom å ikke spille dataspill og være lykkeligere enn den andre gruppen. Disse respondentene er mer fornøyd med relasjoner til sine nærmeste, er

mer sosiale, og er mer fornøyde med sin livstilværelse og helse. For de aller fleste som spiller dataspill, er det ikke vanlig å oppleve sosiale konsekvenser av dataspill. Av 3068 respondenter er det bare 214 som spilte 3 timer eller mer, og ut fra funn kan vi se at flere blant disse ikke opplevde negative sosiale konsekvenser.

Kapittel 5 – Diskusjon

Problemstillingen som skal diskuteres er: *Hvilke sosiale konsekvenser har sammenheng med dataspill for ungdom og unge mennesker i Norge?* og dette gjøres gjennom å diskutere de ulike forskningsspørsmålene.

Av 3068 respondenter var det bare 214 som spilte 3 timer eller mer, og ut fra funnene i denne studien kan vi se at flere blant disse ikke opplevde negative sosiale konsekvenser. Det betyr at de aller fleste som spiller dataspill vanligvis ikke opplever negative sosiale konsekvenser. Samtidig viser funn at de som spilte 3 timer eller mer var mer utsatt for negative sosiale konsekvenser enn de som ikke spilte i det hele tatt. Dette diskuteres ut fra risiko – og ressursperspektivene.

Det er viktig å presisere at sosiale konsekvenser i denne diskusjonsdelen skal diskuteres fra to sider, for å presentere et mer helhetlig perspektiv. Den ene siden illustrerer sosiale konsekvenser som kan inntreffe som resultat av dataspill. Hvis de er negative settes disse i sammenheng med risikoperspektivet. Den andre siden handler om at sosiale faktorer og livstrivsel kan føre til økt bruk av dataspill, og gir oss da muligheten til å diskutere om dataspill kan bidra til positive konsekvenser som stemmer overens med ressursperspektivet. At dataspill kan ha sammenheng med negative sosiale konsekvenser er vel så viktig som å ha fokus på at det kan medføre positive sosiale konsekvenser. Et mer helhetlig perspektiv vil kunne bidra til bedre forutsetninger for å benytte funn fra studien til praktisk sosialt arbeid.

5.1 Dataspill – forekomst og tendens

Forskningsspørsmål 1: *Hvor populært er dataspill i Norge, og hvorfor?*

5.1.1 Hvor mange spiller dataspill?

Resultatene fra denne studien viser at 62,1 % av dem mellom 15 – 39 år ikke spiller dataspill, mens 32,9 % spiller. Blant de som spiller dataspill, er det i aldersgruppen 5,6 % som svarer at de spiller mer enn 3 timer daglig. De fleste som spiller og de fleste som spiller mer enn 3 timer er menn (Tabell 1). Blant ungdom og unge voksne mellom 15 og 24 år er det 53,8 % som ikke spiller dataspill, mens 42,3 % spiller. Blant ungdommer og unge voksne er det flere

som bruker mye tid på dataspill enn hva det er blant de som er eldre, og 8,4 % svarte at de brukte mer enn 3 timer på dataspill (Se Tabell 2). Medietilsynets rapporterer at 86% av barn og unge mellom 9 – 18 år spiller dataspill (Medietilsynet, 2020, s.6). Medietilsynet rapporterer også at dataspill avtar med alderen, og da deres rapport gjelder barn mellom 9 – 18 år, kan dette forklare hvorfor det i den større gruppen med alder 15 – 39 år var færre som spilte dataspill (Medietilsynet, 2020, s.93).

5.1.2 Hvorfor er det mer populært blant unge?

Dataspill er mer populært blant ungdom og unge voksne opp til 24 år, enn hva det er blant personer opp til 39 år (Tabell 1 og Tabell 2). Ungdom vokser i dag opp i en tid hvor dataspill er normalisert og ses på som en del av kulturen. Unge som er interesserte i dataspill og driver med dette på daglig basis, vil ha lettere for å utvikle dataspillvaner sammenlignet med personer som vokste opp i tider med færre dataspill og digitale verktøy tilgjengelig (Hartmann et al., 2012, s.20). Den digitale utviklingen har ført til at dataspill også innebærer flere valgmuligheter enn før, der ungdom og unge voksne i dag har et større utvalg av spill. De kan også velge om de vil spille alene eller sammen med andre (Wenzel et al., 2009, s.1237-1238; Williams et al., 2008, s.994). Dette betyr at dataspill i dag i større grad enn før kan fungere som en sosial arena, noe ungdommer selv uttrykker er en viktig årsak til at de spiller (Medietilsynet, 2020, s.94; Ungdom og fritid et al., 2020, s.36). Dermed blir både tilgjengelighet og valgmuligheter mulige forklaringer på hvorfor det er mer populært blant unge, enn hva det er blant de som er litt eldre.

Ungdom, og spesielt tenåringer, befinner seg i en tid hvor de utforsker verden og utvikler egen identitet (Healy, 2018, s.154-155). Ungdom har behov for å oppleve mestring og å utvikle sosiale relasjoner, også når disse foregår på nett. Studier har vist at dataspill oppleves som gøy, spennende, og tilbyr utfordringer som gir mestringsfølelse (Griffiths & Hunt, 1998, s.477). Ungdom og unge voksne er i en tid hvor de skal utfordre omgivelsene og bli selvstendige, samtidig som ytre forventninger til dem økes (Sundfær, 2012, s.161). Dette kan også spille inn når ungdom søker til dataspill som avkobling eller for en virkelighetsflukt fra påkjenninger eller stress, da vi vet at dataspill kan ha positive effekter for personer som opplever utfordringer i det virkelige liv (Liau et al., 2015, s. 307; Snodgrass et al., 2017, s 293; Williams et al., 2008, s. 1010).

Det er ikke nødvendigvis slik at ungdom spiller mer dataspill fordi de opplever påkjenninger av å være ungdom, men vi vet at dataspill i enkelte tilfeller vil være givende og positivt for

ungdom som strever med psykiske utfordringer eller mangler på sosial trivsel (Ask, 2011, s.140; Ungdom og fritid et al., 2020, s.36). Ungdom som vokser opp i dag lever i tillegg med mangfoldige muligheter i moderne teknologi, og den digitale kulturen tilfører en ny dimensjon av sosialisering, noe som endrer måten vi ser på vennsrelasjoner (Gjertsen, 2010, s.131). Dette betyr at ungdom kan sosialisere på internett, og utvikle relasjoner og sin egen identitet på nye måter. Ut fra ressursperspektivet kan ungdom som er interessert i dataspill og engasjerer seg i dette, oppleve dette som en positiv fritidsaktivitet uten at det nødvendigvis medfører negative konsekvenser. Det vil kunne føre til at de opplever mestring, utvikling av sosial kompetanse og utvikling av gode relasjoner, og tilfører positive elementer til deres livstrivsel, noe som kan gi en mulig forklaring på hvorfor det er så populært blant ungdom i Norge (Ask, 2011, s.140; Brunborg et al.,2013, s.124-125; Ungdom og fritid., 2020, s.36; Williams et al., 2008, s.1007).

5.2 Storspillere og problemspillere

Forsknings spørsmål 2: *Hvor går skillet mellom storspillere og problemspillere?*

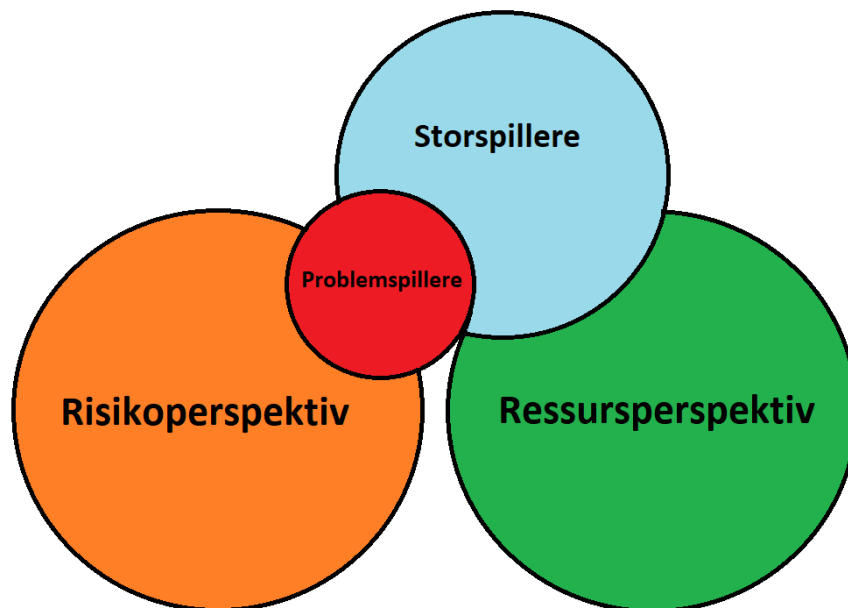
Ettersom nasjonale studier om dataspillavhengighet har hatt ulike kriterier for å definere overdreven spilling kan det bli komplisert både å forstå og kunne forklare hvor går mellom problematisk og uproblematisk spilling. Huang (2015) foreslo at man bør skille mellom patologisk og normalt forbruk for å få klarhet i forskjell mellom avhengighet og høyt spill engasjement (Huang et al, 2015, s.44). Da forskningsgjennomgangen likevel tyder på at det er mer enn bare avhengighet som kan være problematisk med dataspill, er problemspilling et begrep som rommer mer enn avhengighet. Jeg vil derfor forsøke å definere kategoriene problemspillere og storspillere, og diskutere hva de innebærer.

5.2.1 Definisjoner på problemspillere og storspillere

Det er tidsbruken som avgjør om noen er «storspillere», og dette betyr at kategorien innbefatter både de engasjerte spillerne som bruker mye tid på dataspill og er mindre utsatt for negative konsekvenser, sammen med problemspillere som har større risiko for negative konsekvenser. Forskjellen er at selv om en problemspiller også er en storspiller, betyr ikke dette nødvendigvis at alle storspillere er problemspillere. Derfor benyttes problemspillere og storspillere som samlebegreper for de ulike definisjonene som har blitt brukt i studier for å kunne forklare forskjellene på gruppene. Jeg ønsker her å illustrere dette ved bruk av en selvlaget modell som viser hvordan storspillere kan plasseres mellom hovedperspektivene

ressursperspektiv og risikoperspektiv, fordi perspektivene kan hjelpe oss til å forstå forskjellen mellom storspilling og problemspilling.

Figur 1: Storspillere og problemspillere i de ulike hovedperspektivene



5.2.2 Skillet mellom problemspillere og storspillere

Vi kan se for oss at problemspillere er dem som på noe vis opplever negative konsekvenser direkte knyttet til å spille dataspill, mens storspillere er de som har høyt tidsbruk på dataspill uten at de nødvendigvis opplever negative konsekvenser. Storspillere er i utgangspunktet de som bruker mye tid på spill fordi det er en hobby eller en lidenskap, og dataspillet skjer ut fra lyst fremfor behov (Huang et al., 2015, s.36; Medietilsynet, 2020; s.9). Storspillere kan være engasjerte spillere som er mindre utsatt for å føle seg irriterte eller i dårlig humør selv om de har samme tidsbruk som problemspillerne, hvor sistnevnte har stor risiko for å oppleve dette (Brunborg et al., 2013, s.124). Problemspillere kan oppleve dataspill som tvangspreget og at det går ut over psykososiale faktorer. Vi kan derfor si at skillet mellom problemspillere og storspillere kan handle om den potensielle risikoen for at dataspill påvirker livet på en negativ måte.

Problemspillerne har deretter en underkategori hvor noen kan regnes for å være avhengige, og dermed ha enda høyere risiko for å oppleve negative konsekvenser. Disse konsekvensene er

sterkere enn hva det vil være for både problemspillere og storspillere ettersom avhengighetsproblematikken tilfører en ny dimensjon. Negative konsekvenser som kan påvirke psykisk helse kan være depresjonssymptomer som å føle seg irritable eller irriterte, eller abstinenssymptomer hvor de opplever en sterk trang til å spille (Brunborg et al., 2013, s.122; Hartmann et al., 2012, s.20).

5.2.3 Betydningen av tidsbruk

Ettersom forskning på dataspillavhengighet har blitt basert på modeller som gjelder andre typer avhengigheter, har tiden som blir brukt på aktiviteten ofte blitt assosiert med negative konsekvenser og økt risiko for avhengighet (Huang et al., 2015, s.44). I studier om dataspill forbinder man derfor gjerne tid brukt på dataspill med avhengighet (Huang et al., 2015, s.36). Funn i Brunborg et al. (2013) sin studie viste derimot at engasjerte storspillere ikke opplevde samme risiko for å føle seg irriterte og nervøse som problemspillere, på tross av tilnærmet lik tidsbruk. Storspillerne spilte i gjennomsnitt 18 timer i uken, og problemspillerne spilte 19 timer, noe som tyder på at spilltid i seg selv ikke var en utløsende faktor for disse konsekvensene (Brunborg et al., 2013, s.124). Funn fra samme studie viste at problemspillere og personer som var regnet som avhengige hadde større sjanse for å oppleve mistriivsel enn de engasjerte storspillerne. Dette tyder på at dataspill i seg selv ikke er helsefarlig, forutsatt at det ikke påvirker spillerne negativt (Brunborg et al., 2013, s.121-124). Dette betyr at stort tidsbruk i seg selv ikke kan avgjøre om noen er i faresonen for å utvikle avhengighet eller få negative konsekvenser av dataspill. Tidsbruk kan være en indikator på at noen inngår i kategorien storspiller, dersom de spiller mer enn 3 timer hver dag. Dette trenger likevel ikke bety at de er å regne for en problemspiller eller en avhengig spiller, da dette trenger en mer grundig kartlegging av andre faktorer utover tidsbruk.

At respondentene som spiller mer enn 3 timer i Tabell 4 rapporterer å være misfornøyde med relasjoner til sine nærmeste, betyr ikke nødvendigvis at spillingen er problematisk. Hvis de spiller mer enn 3 timer daglig vil de gå under kategorien storspiller eller problemspiller etter hvor mange negative konsekvenser de opplever på grunn av spillingen. Dette blir interessant siden vi ser at gruppen i større grad opplever negative konsekvenser, og at det har en sammenheng med timebruk. Hos gruppen som spilte under 1 time, og gruppen som spilte mellom 1-3 timer, var det en lavere prosent som oppga at de var misfornøyde med sine relasjoner.

Huang (2015) foreslår som implikasjon for praksis at man bør skille mellom patologisk og normalt forbruk, for å få klarhet i forskjell mellom avhengighet og høyt spill engasjement (Huang et al, 2015, s.44). Det som kan kartlegges for å finne ut om noen er problemspiller og skadelidende, er for eksempel å se om dataspill påvirker psykisk og fysisk helse. Dette skal jeg diskutere ut fra funn i denne studien kombinert med tidligere forskning på emnet.

5.3 Dataspill og helse

Forskningsspørsmål 3: *Har psykisk og fysisk helse sammenheng med tid brukt på dataspill?*

Psykisk helse blir i tabellene illustrert gjennom opplevelse av egen tilværelse, og hvorvidt respondentene svarer at de er lykkelige eller ulykkelige. Funn viser at det er en signifikant sammenheng mellom å spille mer enn 3 timer og å være ulykkelig (Tabell 6), og være mer misfornøyd med egen tilværelse (Tabell 7). Dette samsvarer med Wenzel et al. (2009) sin studie som pekte på at de som spilte mer enn 4 timer hadde psykiske problemer (Wenzel et al, 2009, s.1237). Det samsvarer også med studien til Williams et al. (2008) i USA med 7000 respondenter, som fant at data spillere hadde dårligere psykisk helse enn den generelle populasjonen (Williams et al., 2008, s.1007). Det er likevel ikke mulig å si noe om årsaken for de psykiske konsekvensene. Vi kan dermed ikke ut fra dette konkludere med at psykisk uhelse oppsto som et resultat av dataspilling, eller om allerede eksisterende psykiske utfordringer førte til at respondentene begynte å spille dataspill.

Det finnes flere mulige forklaringer på hvorfor noen opplever seg ulykkelige eller misfornøyd med sin tilværelse, og man kan derfor ikke si noe om en eventuell sammenheng med å spille dataspill. Med andre ord kan ikke si at gruppen som spilte mer enn 3 timer er å regne for problemspillere, selv om det var signifikant flere av dem som rapporterte mistriivsel (Tabell 6 og Tabell 7) når man ikke vet om mistriivselen kan knyttes direkte til dataspillingen. Det vi kan si er at flere blant personer som spilte mye dataspill opplevde seg ulykkelige og misfornøyd med egen tilværelse enn hva det var blant de som ikke spilte dataspill, men hvorfor det er slik krever mer forskning på kausalitet.

I sosialt arbeid vil man fokusere på de individuelle menneskene man jobber med, og kan da etablere felles forståelse av om dataspill blir regnet som en påvirkende faktor på dårligere psykisk helse, eller om dårligere psykisk helse fører til økt tidsbruk på dataspill. For å gi implikasjoner for praktisk arbeid med denne problematikken, ønsker jeg å diskutere psykisk og fysisk helse ut fra de to hovedperspektivene ressursperspektiv og risikoperspektiv.

5.3.1 Ressursperspektiv: Dårlig livstrivsel = dataspill

Det er signifikant mange flere blant de som spiller mer enn tre timer som svarer at de treffer venner sjelden eller aldri (Tabell 3). For å diskutere mulige sammenhenger mellom sosiale konsekvenser og dataspill, skal vi først se på hvordan dette kan sees på gjennom ressursperspektiv og risikoperspektiv.

Storspillerne vil enten være blant dem som treffer venner ved siden av å spille mange timer daglig, eller velger bort å treffe venner uten at dette oppleves som en negativ konsekvens av dataspill (Huang, et al, 2015, s. 36). Dataspill i seg selv tilbyr en sosial arena, noe i noen tilfeller vil kunne erstatte behov for et eventuelt fysisk treff med venner. Spillere, uavhengig av om disse kan kategoriseres som problemspillere eller storspillere vil kunne oppleve å få dekket sine sosiale behov, selv om de ikke treffer venner fysisk (Cudo et al., 2019, s.11; Gjertsen, 2010, s. 129; Liao et al., 2015, s.307; Snodgrass et al., 2017, s.293; Williams et al., 2008, s. 1007). Denne mulige forklaringen illustrerer hvordan den moderne teknologien vi har i dag endrer måten vi sosialiserer på. Det blir komplisert å tolke et funn som sier at de som spiller dataspill ikke treffer venner, fordi man samtidig må forholde seg til om den digitale verden eventuelt kan likestilles med fysiske treff (Gjertsen, 2010, s.129). Vi vet ikke om respondentene i Tabell 3 opplever dataspillet som sosialt, men vi vet at litteratur og forskning på feltet sier at den sosiale gevinsten er en viktig motivasjonsfaktor for at flere ønsker å spille dataspill (Snodgrass et al., 2017, s.293; Ungdom og fritid et al., 2020; Williams et al., 2015, s.1007). Dette vil bety at de som opplever sosiale mangler eller utfordringer vil kunne bruke dataspill for å fylle et sosialt behov, eller for å utvikle nye relasjoner gjennom en mer uformell sosialiseringsplattform, som kan kompensere for behov i den virkelige verden (Ask, 2011, s.140; Cudo et al., 2019, s.12).

5.3.2. Risikoperspektiv: Dataspill = dårlig livstrivsel

Risikoperspektivet er forbundet med hvilke negative konsekvenser som kan oppstå i sammenheng med dataspill, og samsvarer derfor med definisjonen av problemspillere som spiller mye dataspill og som blir skadelidende av selve dataspillet. Noen studier har vist at hyppig spilling kan knyttes til depressive symptomer og sier derfor at dataspill kan føre til alvorligere psykiske problemer (Brunborg et al., 2013, s.124; Liao et al., 2015, s.306). Dette kan føre til negative sosiale konsekvenser for ungdom, som for eksempel at de faller ut av venneklokken eller sitt sosiale nettverk (Garløv et al., 2015, s.87). Tabell 7 viser at det er en svært sterk sammenheng mellom at storspillerne er mer misfornøyde med sin egen tilværelse enn hva den ikke-spillende gruppen er. Dette samsvarer med funn fra Brunborg et al. (2013)

og Liao et al. (2015) sine studier om at dataspill kan medføre negative konsekvenser, i dette tilfellet å være misfornøyd med sin egen tilværelse. I så fall vil dette kunne bety at det er spillingen som har ført til negative konsekvenser for spillerne.

Funn i denne studien viser at det er flere storspillere som vurderer sin egen helse til å være dårlig enn hva gruppen som ikke spiller gjør (Tabell 8), og at storspillere er sjeldnere i fysisk aktivitet enn de som ikke spiller (Tabell 9). Dette vil i risikoperspektivet samsvare med at Medietilsynet (2020) sier at problematisk spilling kan medføre at noen dropper aktiviteter, her forstått som fysiske, til fordel for å spille dataspill. Det samsvarer også med funn i Cudo et al. (2019) og Wenzel et al. (2009) som fant at problematisk spilling forårsaker dårligere helse (Cudo et al., 2019, s.11; Wenzel et al., 2009, s.1244). I følge risikoperspektivet kan man derfor si at problemspillere står i fare for at dataspill påvirker deres psykiske og fysiske helse på en negativ måte.

5.3.3. Diskusjon av perspektivene opp mot psykisk og fysisk helse

13,3 % av storspillerne sa at de var misfornøyd med sin egen tilværelse, mens 20,8 % av dem sa at de var «hverken fornøyd eller misfornøyd», og begge svarene hadde en signifikant sammenheng med at den ikke-spillende gruppen rapporterte å være fornøyd med sin egen tilværelse (Tabell 7). Likevel skal det nevnes at 63,9 % av storspillerne rapporterte å være fornøyd. Dette utgjør den største delen av storspillergruppen, noe som støtter opp under at de fleste storspillere kan spille spill uten negative konsekvenser (Huang et al., 2015 s.36), men samtidig at problemspillere i større grad kan være skadelidende og oppleve negative konsekvenser av spillingen (Brunborg et al., 2013, s.124-125). Dersom man følger et risikoperspektiv, vil det bety at 13,3 % av storspillerne er problemspillere og har blitt skadelidende av spillet i form av at spillingen gjør dem misfornøyd med egen tilværelse. Det som kompliserer en diskusjon rundt dette, er at vi ikke vet hvor høy timebruken til spillerne er, ettersom «mer enn 3 timer» kan innebære hvilken som helst timebruk mer enn 3 timer. Vi så i studien til Wenzel et al. (2009) at det blant 3405 personer mellom 16-74 år var 2,2 % som svarte at de spilte i overkant av fire timer hver dag (Wenzel et al, 2009, s.1237). Da Wenzel et al. sin studie likevel har et mye bredere aldersspekter, kan dette forklare hvorfor det er så lav prosent som rapporterer å spille mye, ettersom vi vet at spilling avtar med alder (Medietilsynet, 2020). Vi kan lese ut fra Tabell 2 at 8,4 % svarer at de spiller 3 timer eller mer. Det går an å spekulere i at flere blant disse respondentene som bruker mer enn 4 timer på spill, ettersom de er en yngre gruppe, og derfor tro at de fleste respondentene som svarte at de spiller mer enn 3 timer er å anse som storspillere, fremfor problemspillere. Likevel viser

Brunborg et al. sin studie at de «engasjerte spillerne» (storspillere) hadde til felles med problemspillerne at de begge var utsatt for symptomer på depresjon (Brunborg et al., 2013, s.124). Dette kan forklare hvorfor vi i Tabell 6 finner signifikante sammenhenger mellom å være ulykkelig og spille spill, og rapportere seg selv som lykkelig når man ikke spiller spill. Likevel skal det nevnes at tross denne sammenhengen, rapporterer flertallet av storspillerne at de er lykkelige (70,7 %). Funn i denne studien, som viser at flesteparten vil beskrive seg selv som lykkelige, samsvarer ikke med funn i Wenzel et al. (2009) sin studie hvor «den typiske» storspilleren som spiller mer enn 4 timer ble beskrevet som en som er misfornøyd med sin egen psykiske helse (Wenzel et al., 2009, s.1244). At flesteparten er lykkelige støtter opp under ressursperspektivet på dataspill, og viser at flesteparten av de som spiller ikke betegner seg selv som ulykkelige. Det kan også tyde på at det vil være gunstigere å kategorisere storspillere og problemspillere hver for seg, da det vil være misvisende å tro at alle som spiller mye, nødvendigvis er misfornøyd med psykisk helse.

5.4 Sosiale konsekvenser av dataspill

Forskningsspørsmål 4: *Hvordan påvirker dataspill relasjoner?*

For å besvare hvilke sosiale konsekvenser som har sammenheng med dataspill har vi sett på hvordan respondentene oppfatter relasjoner de har til de nærmeste. Det finnes en sterk signifikant sammenheng mellom å spille mye dataspill og være misfornøyd med relasjoner til sine nærmeste. Sammenhengen tyder på at det er en kobling mellom høy timebruk på dataspill, og at dette påvirker hvordan de opplever sine relasjoner. De nærmeste kan være familie eller venner, og vi vet at et godt forhold til disse forebygger problematisk spilling (Liau et al., 2015, s.301). Vi kan stille spørsmål ved hva som kommer først; er det misnøye med relasjoner som fører til høyere tidsbruk på dataspill, eller er det dataspillingen som fører til misnøye med relasjoner? Forskning og litteratur på emnet dataspill har vist at det er flere perspektiver på dataspill og gjør begge forklaringene mulige. Jeg skal nå diskutere de ulike mulighetene ut fra ressurs- og risikoperspektiv som kan gi oss forståelse av hvorfor denne sammenhengen er så sterk.

5.4.1 Risikoperspektiv: Dataspill = Dårlige relasjoner

Dersom vi skal undersøke muligheten for at dataspill fører til dårlige relasjoner må vi diskutere dette ut fra forskning som sier noe om de negative konsekvensene som kan oppstå av dataspill. Vi vet at problematisk spilling kan innebære at spillerne lyver til nettverket sitt for å lure dem til å tro at de spiller mer enn de faktisk gjør (Hartmann et al., 2012, s.20). Dette

kan prege relasjoner på en negativ måte dersom det blir oppdaget. Forskning gjennomgått i oppgaven viser at det er vanligere å oppleve sterke negative konsekvenser av dataspill dersom man er kategorisert som problemspiller, enn hva det er når man er kategorisert som storspiller (Huang et al., 2015 s.36). De som er problemspillere ofrer sosialt samvær og sosiale aktiviteter til fordel for mer spilltid, og mestrer ikke å trappe ned på tiden de bruker på spill (Medietilsynet, 2020). Dette betyr at det sosiale nettverket blir erstattet med dataspill, noe som vil kunne påvirke relasjoner negativt. Da er det helt tydelig at dataspillet i seg selv fører til økt misnøye og dårligere relasjoner til sine nærmeste.

I Tabell 4 så vi at gruppen som spilte i mer enn 3 timer var det 73,9 % som var fornøyde med forholdet til sine nærmeste. Dette betyr at det gjelder de aller fleste i gruppen, noe som kan tyde på at flesteparten ikke opplever negative sosiale konsekvenser knyttet til dataspillbruk. De misfornøyde 12,6 % er interessante, fordi det er en større andel av denne gruppen enn hva det var for de som ikke spilte dataspill. Verdiene og variablene i denne tabellen var målt i SPSS til å være signifikante og ha en sterk sammenheng, noe som betyr at det er stor forskjell på å ikke bruke tid på dataspill, og å bruke mye tid. Dette kan tolkes som at dataspill fører til at man er mer misfornøyd med sine relasjoner, og at jo høyere tidsbruken er, desto større er sjansen for å være misfornøyd. I gruppen som spilte mindre enn 1 time var det 5,6 % som svarte at de var misfornøyde med forholdet til sine nærmeste, og i gruppen som spilte mellom 1 - 3 timer var det 5,9 %. Dette kan i et risikoperspektiv tyde på at tidsbruken har en betydning, og at jo mer man spiller, jo mer påvirkes relasjoner negativt.

Vi så i Tabell 3 at 28,3 % av storspillerne treffer venner sjelden, og at 7,9 % aldri treffer dem. På en side kan vi si at funn derfor støtter opp under risikoperspektivet, men vi vet samtidig ikke noe om hva som kom først av konsekvensene eller dataspillet. Som et eksempel på risikoperspektivet kan vi si at dersom noen av respondentene er problemspillere, vil dette bety at de selv velger å ikke treffe venner, til fordel for å heller spille dataspill (Medietilsynet, 2020). Dette kan skyldes at de har en så stor trang til å spille at det går utover nettverket fordi spilling blir prioritert fremfor fysisk samvær.

Det synes å være flere mulige forklaringer på hvorfor de som spiller mye dataspill opplever å være mer misfornøyde med sine relasjoner enn de som ikke spiller dataspill. Misnøye med relasjoner har en sammenheng med hyppig dataspill, men tidligere forskning setter lys på at problematisk spilling forårsaker flere relasjonelle og sosiale problemer enn hva det gjør for storspillere. Jeg vil derfor i lys av dette diskutere våre funn ut fra kategoriene storspillere og problemspillere.

5.4.2 Ressursperspektiv: Dårlige relasjoner = Dataspill

Å spille dataspill kan gi positive opplevelser, følelse av mestring og opplevelse av suksess. I tillegg er den sosiale gevinsten stor, særlig for dem som har behov for å sosialisere på en annen arena, eller for de som ønsker en virkelighetsflukt. Vi kan her si at det finnes flere potensielle sosiale gevinster av å spille dataspill (Ask, 2011, s.140; Cudo et al., 2019, s.12; Snodgrass et al., 2017, s.293; Williams et al., 2008, s.1007).

Fordommene mot dataspill kan stamme fra, eller bli forsterket av, forskning som hevder at dataspill i seg selv påvirker empati og aggresjon. Vi vet at mennesker som spiller dataspill som sosial gruppe har blitt møtt med fordommer som at de mangler sosial kompetanse og større sjanse for å isolere seg. Forskning har illustrert dataspilleres personligheter som «ensomme ulver» som spiller dataspill fremfor å møte venner, eller single menn som er misfornøyd med egen psykiske helse og økonomiske situasjon (Bartholow et al., 2005, s.1578; Huang et al., 2015, s.41; Schmitt & Livingston, 2015, s.25; Wenzel et al., 2009, s.1244). Å tenke at konsekvensene stammer fra dataspillet tar bort en annen mulig forklaring: at dataspillet skjer som konsekvens av at det allerede foreligger dårlig livstrivsel. Det er viktig å se begge sider, ettersom vi vet at dataspill kan tilby en plattform for relasjonsetablering og sosialisering som kan være en viktig arena for dem med behov for dette. Kanskje er det slik at de som er problemspillere er dette på grunn av bakenforliggende årsaker som fører til økt dataspillbruk. Da er i tilfelle dataspillet ikke den egentlige årsaken til problemet.

Studier har vist at ensomhet er relatert til å utvikle dataspillavhengighet (Huang et al., 2015, s.41). Dataspillavhengighet er synonymt med alle de negative sosiale konsekvensene man opplever som er knyttet til dataspillbruk. På den ene siden vil ensomhet kunne være en konsekvens av det å være avhengig av et spill, mens sunn bruk av dataspill vil kunne bidra til å døyve eller reparere ensomhetsfølelse. Vi vet at internett tilbyr en arena hvor det er mulig å etablere nye relasjoner, både for dem som er ensomme og de som ikke møter nye mennesker på grunn av sosial angst (Cudo, 2019, s.11; Gjertsen, 2010, s.129; Snodgrass et al., 2017, s.293). De 3068 respondentene er ungdom og unge voksne i Norge, og det sees derfor nødvendig å legge ekstra vekt på hva nasjonal ungdom selv har uttrykt. I rapporten som baseres på et medvirkningsseminar med sa ungdom selv at dataspill var særlig viktig for de som har opplevd sosiale eller psykiske utfordringer (Ungdom og fritid et al., 2020, s.36).

Det synes å være flere mulige årsaker til hvorfor det finnes en så sterk sammenheng mellom å det og være storspiller og å være misfornøyd med sine relasjoner. Både risiko og

ressursperspektivet tilbyr mulige forklaringer, men disse opererer som motpoler heller enn å bidra til en helhetlig forståelse. Jeg ønsker derfor å diskutere perspektivene sammen opp mot relasjoner.

5.4.3 Diskusjon av perspektivene opp mot relasjoner

Vi har diskutert hvordan dataspill påvirker relasjoner gjennom både risikoperspektivet og ressursperspektivet. Når vi tar utgangspunkt i forskning på hva som gjør dataspill så populært, starter aktiviteten som regel med et ønske om å bruke fritiden sin på noe man finner avslappende og kjekt, samtidig som det gir positive følelser gjennom mestringsfølelse og sosial gevinst (Cudo et al., 2019, s.12; Griffiths & Hunt, 1998, s.477; Williams et al.,2008, s.1007). Ut fra dette kan vi tolke at respondentene ikke begynte med dataspill fordi at de opplevde dårlige relasjoner. Likevel finner vi på den andre siden at dataspill fungerer som virkelighetsflukt når noe er vanskelig ellers i livet, for eksempel relasjoner. Dataspill er rapportert til å kunne fungere som substitutt for virkelige sosiale arenaer, og ungdom har selv ytret at dataspill er særlig viktig for de som har opplevd sosiale og psykiske utfordringer (Cudo et al., 2019, s.12; Ungdom og fritid et al., 2020). Dette kan tyde på at manglende relasjoner så vel som relasjoner man er misfornøyd med, også kan fungere som en motivasjon for at noen starter å spille dataspill. En slik inngang til dataspill vil kunne være verdifull for dem som opplever at de har manglende sosial kapital, og for dem som så ønsker å sosialisere på en mer uformell arena hvor det er andre sosiale regler som gjelder (Ask, 2011, s.140).

Dette kan bety at dataspill vil kunne bidra med noe positivt for dem som trenger en annerledes måte å være sosial på, eller for dem som ønsker å skape nye relasjoner. Et slikt perspektiv samsvarer med de positive sosiale konsekvensene som kommer av dataspill, og vil kunne bety at selv om dårlige relasjoner til de nærmeste fører til økt tidsbruk på dataspill, er dette ikke nødvendigvis negativt i seg selv. Dersom man opplever positive sosiale konsekvenser av å spille dataspill, har den digitale arenaen på sett og vis tjent sitt formål.

Ungdom i rapport Møteplass Datakultur uttrykker at dataspill bidrar til utviklingen av sosial kompetanse, en viktig egenskap for å kunne skape og vedlikeholde relasjoner man trives med (Gundersen, 2010, s.51; Ungdom og fritid et al., 2020). Den digitale tilgjengeligheten i dataspill tilfører dermed en ny arena å utvikle sosial kompetanse på (Gjertsen, 2010, s.129). Dette betyr at de som opplever å utvikle og forbedre sin digitale kompetanse vil oppleve en enorm gevinst av å spille dataspill, og at dataspill styrker en svært viktig egenskap hos

ungdom i en viktig tid, da ungdomstiden er forbundet med utvikling av sosial kompetanse (Healy, 2018, s.154-155). Sosial kompetanse innebærer at man skal tilpasse seg ulike kontekster, blant annet den digitale konteksten hvor ungdom samhandler med andre gjennom dataspill (Ertesvåg, 2003). Schneider (1993) skriver at det er et tegn på svakere sosial kompetanse om en relasjon skjer på bekostning av en annen, noe som kompliseres ettersom den digitale arenaen eksisterer samtidig med den virkelige (Schneider 1993 i Ertesvåg, 2003). Dette betyr at det ifølge Schneider (1993) vil være et tegn på lav sosial kompetanse dersom problemspillere foretrekker en digital plattform til fordel for å treffe venner i det virkelige liv. Vi så i Tabell 3 at de som spiller mye, treffer venner sjeldnere. Ut fra et risikoperspektiv og Schneider (1993) vil dette kunne tyde på lavere sosial kompetanse, dersom tidsbruken på dataspill går utover relasjoner med mennesker man treffer. Ut fra ressursperspektivet, kan vi derimot tolke dette som at problemspillerne kan finne en positiv sosial arena som kan styrke sosial kompetanse, utviklingen av den, og gi muligheter for å utvikle relasjoner.

Perspektivene sammen ender ikke opp i et entydig svar på hva som er riktig å anta om dataspills risikoer og ressurser. Dette støtter opp under at man må inneha et helhetlig perspektiv når man skal forholde seg til dataspills sosiale konsekvenser. Ved å ha kunnskap om begge perspektivene tar man med seg to sider av samme sak, og sammen kan dette løfte kompetansen vi trenger for å jobbe med mennesker som spiller. Jeg vil nå derfor diskutere hvordan perspektivene gir implikasjoner for sosialt arbeid.

5.5 Perspektivene som implikasjoner for praktisk sosialt arbeid

5.5.1 Ha et helhetlig blikk på dataspill

For å inneha et helhetlig perspektiv har jeg benyttet meg av både risiko- og ressursperspektivene gjennomgående i denne diskusjonen, og ut fra dem har vi sett at pendelen kan svinge begge veier når det kommer til sosiale konsekvenser av dataspill. At perspektivene tidvis fungerer som motpoler, illustrerer hvordan debatten rundt dataspill kan bli polarisert.

Vi ser at problemspillere kan oppleve alvorlige konsekvenser av dataspill, og det er tydelig at dette skaper et behov for forebygging. Det er likevel ikke selve spillingen som skal forebygges, da vi har sett at normalen er at de fleste spillere opplever positive resultater av dataspill og blir ikke skadelidende av aktiviteten i seg selv. Funn har vist at det er flere blant storspillere som opplever negative konsekvenser, og tidsbruk kan derfor være en indikator på hvem problemspillerne er. Det er likevel ikke tidsbruk alene som er avgjørende, fordi flere

kan spille mange timer uten at dette påvirker psykisk helse eller deres relasjoner. Tvert imot har vi sett at sosial kompetanse utvikles og styrkes gjennom dataspill, og dataspill som sosial arena tilbyr nye muligheter for sosialisering og nye relasjoner.

I sosialt arbeid bør man derfor være bevisst på at det ikke er forhåndsbestemt hvilke konsekvenser man opplever av å spille dataspill. Dataspill kan by på positive opplevelser og bidra til et godt sosialt liv for ungdom som spiller, men det kan også føre til negative sosiale konsekvenser som at man mister nettverk, eller psykiske konsekvenser hvor spillingen oppleves tvangspreget.

Det vil derfor være gunstig for sosialarbeidere å opparbeide seg kompetanse på dataspill og konsekvenser av dette, fra forskjellige sider. Innehar fagpersoner slik kompetanse, vil det være mer nærliggende å inkludere kartlegging av dataspill og dens eventuelle konsekvenser på samme måte som andre psykososiale sider ved personen det gjelder sin situasjon. Det å inneha kunnskap om dataspill kan også være en positiv innfallsvinkel når hjelperelasjoner skal etableres, spesielt om man kan diskutere personen sin bruk av dataspill på en nyansert og fordomsfri måte, heller enn med en svart-hvitt holdning til dataspill som fenomen og dens sosiale konsekvenser.

5.5.2. Kartlegging på dataspill og spillere

Implikasjoner for praktisk arbeid blir at man må kartlegge individuelle ungdom og unge voksnes behov, også rundt dataspillet og dets potensielle konsekvenser. Ut fra moralsk panikk og risikoperspektiv vil fordommer kunne overskygge både for hva som egentlig er problematisk for den enkelte, men også overskygge for hvilke ressurser dataspill tilbyr til den enkelte (Ferguson, 2007, s.30). Den samfunnsmessige bekymringen som oppstår på grunnlag av moralsk panikk vil kunne forårsake at man vedlikeholder fordommer om at data spillere har svak sosial kompetanse og manglende sosialt nettverk (Ferguson, 2008, s.30; Huang et al.,2015, s.41). Det kan tenkes at risikoperspektivet alene vil kunne skape en negativ holdning ovenfor de som spiller, og man står da i fare for å stigmatisere en gruppe som i utgangspunktet kun opplever positive konsekvenser av dataspill (Aarseth et al., 2017, Rumpf et al., 2018, s.558). Vi bør derfor i første rekke kartlegge om en person selv opplever dataspillet som en risiko eller ressurs, for så å undersøke hvorvidt en person opplever dataspillet i seg selv som sosialt, og om det er en arena de opplever gode relasjoner på. Deretter bør man prøve å få en forståelse av hvordan de selv opplever at det påvirker psykisk og fysisk helse positivt, for å kartlegge om dette kan være en ressursrik arena for den

individuelle. Dersom det er grunn til bekymring, for eksempel om det går utover virkelige relasjoner som er betydningsfulle eller om det preger psykisk helse negativt, kan man jobbe ut fra hvor konsekvensene ligger.

5.6 Behov for fremtidig forskning

Det er et behov for longitudinelle studier som viser hvilke sosiale konsekvenser som er knyttet til dataspill, særlig med en sosialfaglig tilnærming som kan gi implikasjoner for sosialt arbeid. Med et langtidsperspektiv vil det være mulig å undersøke sammenhenger mellom opplevelser med dataspill opp mot viktige psykososiale faktorer som sosiale relasjoner, psykisk helse, og hva som avgjør at noen opplever dataspill som ressurs så vel som en risiko.

Vi lever i et moderne samfunn hvor dataspill er populært, og det kreves forskning for å få vite mer om hvordan man i sosialt arbeid skal møte fenomenet på en helhetlig måte, som favner både potensielle positive og negative sosiale konsekvenser. Slik kan dataspill, som har kommet for å bli i vårt samfunn, bli tatt med som en naturlig del av sosialt arbeid i hjelperelasjoner. Dette krever oppdatert forskning og et kompetanseløft for dem som skal arbeide med mennesker som bruker dataspill. Slik kan denne store gruppen forhåpentligvis møtes med en åpnere og mer kunnskapsbasert holdning fra dem som skal inngå i hjelperelasjoner.

6. Konklusjon

Denne studien har sett på hvilke sosiale konsekvenser som har sammenheng med dataspill for unge mennesker i Norge gjennom å undersøke konsekvenser ut fra risikoperspektiv og ressursperspektiv. Risikoperspektivet har vist at problemspillere kan oppleve konsekvenser som går ut over psykisk helse, relasjoner og livstrivsel. Ressursperspektivet har vist at storspillere som har høyt tidsbruk er mindre sårbare enn problemspillere, og kan oppleve positive konsekvenser i form av nye relasjoner og utvikling av sosial kompetanse. Funn viser at høyt tidsbruk har sammenheng med negative sosiale konsekvenser, men at det ikke er avgjørende for at noen utvikler problemer knyttet til dataspill og tyder derfor på at det er gunstig å skille disse kategoriene fra hverandre. Implikasjoner for praktisk sosialt arbeid er at sosialarbeidere opparbeider seg kompetanse på dataspill og innehar et helhetlig perspektiv i møte med ungdom og unge voksne som spiller dataspill.

Referanseliste

- Anderson, C.A. & Bushman, B.J. (2001). «Effects of Violent Video Games on Aggressive Behavior, Aggressive Cognition, Aggressive Affect, Physiological Arousal, and Prosocial Behavior: A Meta-Analytic Review of the Scientific Literature». *Psychological Science*, 12(5), 353-359. doi: 10.1111/1467-9280.00366.
- Anderson, C.A., Shibuya, A., Ihori, N., Swing, E.L., Bushman, B.J., Sakamoto, a., Rothstein, H.R., & Saleem, M. (2010). «Violent video game effects on aggression, empathy, and prosocial behavior in Eastern and Western countries: A meta-analytic review.» *Psychological Bulletin*, 136(2), 151-173. doi: 10.1037/a0018251.
- Ask, K. 2011. «Spiller du riktig? – Tid, moral og materialitet i domestiseringen av et online dataspill». *Norsk medietidsskrift*, 18(02), 140–57.
- Bartholow, B.D., Sestir, M.A., & Davis, E.B. (2005). «Correlates and Consequences of Exposure to Video Game Violence: Hostile Personality, Empathy, and Aggressive Behavior». *Personality and Social Psychology Bulletin*, 31(11), 1573–1586. doi: 10.1177/0146167205277205.
- Brunborg, G. S., Mentzoni, R. A., Melkevik, O. R., Torsheim, T., Samdal, O., Hetland, J., Andreassen, C. S. og Pallesen, S. (2013). Gaming addiction, gaming engagement, and psychological health complaints among Norwegian adolescents. *Media Psychology*, 16(1), 115–128. <https://doi.org/10.1080/15213269.2012.756374>
- Cudo, A., Kopiś, N., & Zabielska-Mendyk, E. (2019). «Personal distress as a mediator between self-esteem, self-efficacy, loneliness and problematic video gaming in female and male emerging adult gamers». *PLoS ONE* 14(12), 1–18. doi: 10.1371/journal.pone.0226213.
- Dalland, O. (2012). *Metode og oppgaveskriving for studenter* (5. utg). Oslo: Gyldendal akademisk.
- Durkin, K., & Barber, B. (2002). «Not so Doomed: Computer Game Play and Positive Adolescent Development». *Journal of Applied Developmental Psychology* 23(4), 373–92. doi: 10.1016/S0193-3973(02)00124-7.

- Ertesvåg, S.K. (2003). «Trening av sosial kompetanse hjå skuleelevar: Tiltak for alle elevar eller elevar med mangel på slik kompetanse?» *Norsk pedagogisk tidsskrift* 87(05–06), 282–96.
- Ferguson, C.J. (2008). «The school shooting/violent video game link: causal relationship or moral panic?» *Journal of Investigative Psychology & Offender Profiling* 5(1-2), 25–37. doi: 10.1002/jip.76.
- Ferguson, C.J. (2007). «The Good, The Bad and the Ugly: A Meta-Analytic Review of Positive and Negative Effects of Violent Video Games». *Psychiatric Quarterly* 78(4), 309–16. doi: <http://dx.doi.org.ezproxy.uis.no/10.1007/s11126-007-9056-9>.
- Garløv, I., Grøholt, B., Weidle, B. & Sommerschild, H. (2015). *Lærebok i barnepsykiatri*. Oslo: Universitetsforl.
- Gjertsen, P.Å. (2010). *Sosialpedagogikk forståelse, handling og refleksjon*. Bergen: Fagbokforl.
- Griffiths, M.D. & Hunt, N. (1998). «Dependence on Computer Games by Adolescents». *Psychological Reports* 82(2), 475–80. doi: 10.2466/pr0.1998.82.2.475.
- Gundersen, K.K. (2010). «Reducing Behaviour Problems in Young People through Social Competence Programmes». *The International Journal of Emotional Education* 2(2), 48-62. Hentet fra: <https://www.um.edu.mt/library/oar/handle/123456789/6090>
- Hartmann, T., Jung, Y., & Vorderer, P. A. (2012). What determines video game use? The impact of users' habits, addictive tendencies, and intentions to play. *Journal of Media Psychology*, 24(1), 19-30. <https://doi.org/10.1027/1864-1105/a000059>
- Hasan, Y., Bègue, L., & Bushman, B.J. (2013). «Violent Video Games Stress People Out and Make Them More Aggressive». *Aggressive Behavior* 39(1), 64–70. doi: 10.1002/ab.21454.
- Healy, K. (2018). *The Skilled Communicator in Social Work: The Art and Science of Communication in Practice*. London: Palgrave.
- Hellevik, O. (2019). Respondentbortfall og utvalgsskjevheter i Norsk Monitor 2019. Hentet fra

https://portal.ipsos.com/sites/IpsosNorway/NorskMonitor/pdf/17b_1_6_Respondentbortfall.pdf

Huang, K., Pallesen, S., Mentzoni, R.A., Hanss, D., Andreassen, C.S., & Molde, H. (2015). «Dataspillavhengighet – en oversikt over utbredelse, måling, korrelater, og behandling». *Tidsskrift for ungdomsforskning* 15(1), 33-50

Ipsos. (2021). Samfunnsundersøkelsen Norsk Monitor. Hentet fra <https://www.ipsos.com/nb-no/samfunnsundersokelsen-norsk-monitor>.

King, D.L., Delfabbro, P.H., Doh, Y.Y., Wu, A.M.S., Kuss, D.J., Pallesen, S., Mentzoni, R., Carragher, N. & Sakuma, H. (2018). «Policy and Prevention Approaches for Disordered and Hazardous Gaming and Internet Use: An International Perspective.» *Prevention Science: The Official Journal of the Society for Prevention Research* 19(2). 233–49. doi: <http://dx.doi.org.ezproxy.uis.no/10.1007/s11121-017-0813-1>.

Latinsky, A. & Ueno, K. (2021). «Leveling Up? Video Game Play in Adolescence and the Transition into Adulthood». *Sociological Quarterly* 62(1), 36–59. doi: 10.1080/00380253.2019.1711265.

Liau, A.K., Choo, H., Li, D., Gentile, D.A., Sim, T. & Khoo, A. (2015). «Pathological video-gaming among youth: A prospective study examining dynamic protective factors». *Addiction Research & Theory* 23(4), 301–8. doi: 10.3109/16066359.2014.987759.

Markey, P.M., Ivory, J.D., Slotter, E.B., Oliver, M.B. & Maglalang, O. (2019). «He does not look like video games made him do it: Racial stereotypes and school shootings.» *Psychology of Popular Media* 9(4), 493-498. doi: 10.1037/ppm0000255.

Medietilsynet. (2019, 30 mai). Dataspillavhengighet er nå en offisiell diagnose. Hentet fra <https://www.medietilsynet.no/om/aktuelt-2019/dataspillavhengighet-ny-diagnose/>

Medietilsynet. (2020, oktober). *BARN OG MEDIER 2020 En kartlegging av 9–18-åringers digitale medievaner*. Hentet fra <https://www.medietilsynet.no/globalassets/publikasjoner/barn-og-medier-undersokelser/2020/201015-barn-og-medier-2020-hovedrapport-med-engelsk-summary.pdf>

Medietilsynet. (2015). Når barn og unges spilling skaper bekymring. Hentet fra

<https://www.medietilsynet.no/globalassets/publikasjoner/2015/problemspilling-brosjyre-2015.pdf>

Ringdal, K. (2018). *Enhet og mangfold samfunnsvitenskapelig forskning og kvantitativ metode*. Bergen: Fagbokforl.

Rumpf, H-J., Achab, S., Billieux, J., Bowden-Jones, H., Carragher, N., Demetrovics, Z... Poznyak, V. (2018). «Including Gaming Disorder in the ICD-11: The Need to Do so from a Clinical and Public Health Perspective: Commentary on: A Weak Scientific Basis for Gaming Disorder: Let Us Err on the Side of Caution (van Rooij et al., 2018)». *Journal of Behavioral Addictions* 7(3), 556–561. doi: 10.1556/2006.7.2018.59.

Røkenes, O.H. & Hanssen, P-H. (2012). *Bære eller bryte: kommunikasjon og relasjon i arbeid med mennesker*. Bergen: Fagbokforlaget.

Saunders, J.B., Hao, W., Long, W., King, D.L., Mann, K., Fauth-Bühler, M., Rumpf, H-J... Poznyak, V. (2017). «Gaming Disorder: Its Delineation as an Important Condition for Diagnosis, Management, and Prevention». *Journal of Behavioral Addictions* 6(3), 271–79. doi: 10.1556/2006.6.2017.039.

Schmitt, Z.L. & Livingston, M.G. (2015). «Video Game Addiction and College Performance Among Males: Results from a 1 Year Longitudinal Study». *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking* 18(1), 25–29. doi: 10.1089/cyber.2014.0403.

Snodgrass, J.G., Dengah, H. J. F., Lacy, M.G., Bagwell, A., Van Oostenburg, M. & Lende, D. (2017). «Online Gaming Involvement and Its Positive and Negative Consequences: A Cognitive Anthropological “Cultural Consensus” Approach to Psychiatric Measurement and Assessment». *Computers in Human Behavior* 66, 291–302. doi: 10.1016/j.chb.2016.09.025.

Sundfær, Aase. 2012. *God dag, jeg er et barn om barn som lever med rus eller psykisk sykdom i familien*. Bergen: Fagbokforl.

Ungdom og fritid, UKM, KANDU, Tverga. (2020). *Møteplass datakultur - En rapport om ungdommens behov for flere sosiale arenaer med gaming i fokus*.
Hentet fra <https://datakultur.org/rapport/>

- Wenzel, H. G., Bakken, I.J., Johansson, A., Götestam, K.G. & Øren, A. (2009). «Excessive Computer Game Playing among Norwegian Adults: Self-Reported Consequences of Playing and Association with Mental Health Problems». *Psychological Reports* 105(3), 1237–47. doi: 10.2466/PRO.105.F.1237-1247.
- WHO. (2018, 14 september). Addictive behaviours: Gaming disorder. Hentet fra <https://www.who.int/news-room/q-a-detail/addictive-behaviours-gaming-disorder>
- WHO. (2021). «Classification of Diseases (ICD)». Hentet 15. april 2021 fra <https://www.who.int/standards/classifications/classification-of-diseases>
- Williams, D., Yee, N. & Caplan, S.E. (2008). «Who plays, how much, and why? Debunking the stereotypical gamer profile». *Journal of Computer-Mediated Communication* 13(4), 993–1018. doi: 10.1111/j.1083-6101.2008.00428.x.
- Witek, C.T., Finserås, T.R., Pallesen, S., Mentzoni, R.A., Hanss, D., Griffiths, M.D. & Molde, H. (2016). «Prevalence and Predictors of Video Game Addiction: A Study Based on a National Representative Sample of Gamers». *International Journal of Mental Health and Addiction* 14(5), 672–86. doi: 10.1007/s11469-015-9592-8.
- Aarseth, E, Bean, A.M., Boonen, H., Carras, M.C., Coulson, M., Das, D... & Van Rooij, A.J. (2017). «Scholars' Open Debate Paper on the World Health Organization ICD-11 Gaming Disorder Proposal». *Journal of Behavioral Addictions* 6(3), 267–70. doi: 10.1556/2006.5.2016.088.