

GAMINGKONTAKTEN

Innspill til handlingsplan mot spilleproblemer 2026-2029

Ettersom gaming får stadig større fotfeste som fritidsaktivitet blant barn og unge i Norge og stadig flere dataspillaktører innen fritid, idrett og kultur kommer til, har vi i dag betydelig mer kunnskap og erfaring om de positive sidene ved spilling enn tidligere. Det er viktig at slike erfaringsbidrag finner sin vei til hjelpeapparatet slik at også helsefremmende perspektiver og mekanismer på gaming kan få bidra til at færrest mulig skal få problemer med dataspill.

Et ensidig sykdomsfokus på negative konsekvenser ved unges spilling skaper avstand mellom unge gamere i sårbare situasjoner og hjelpeapparatet. Slik avstand skaper vanskelige posisjoner både for tidlig og sen intervensjon.

I den kommende handlingsplanen er det fortsatt behov for tydeligere forventninger til hvordan erfaringer om helsefremmende mekanismer ved dataspill skal omsettes og implementeres i offentlig hjelp og forebygging.

Om Gamingkontakten

Gamingkontakten er Norges ledende aktør innen digital 1-til-1-oppfølgning av sårbare unge gamere (8-25 år) som helt eller delvis isolerer seg gjennom gaming. Med over 9000 timer oppfølging på oppdrag for bydeler, kommuner og familier, kobler vi sosialfaglig kompetente voksne gamere med ungdommer som har falt utenfor skole, fritid og vennskap. Gjennom trygge relasjoner, fokus på ungdommenes ferdigheter og mestringsøyeblikk i spill, motiverer vi til meningsfull kontakt med relasjoner og hverdagsliv. Arbeidet vårt bidrar til økt sosial kapital og forutsetninger for deltakelse i skole og arbeid for en målgruppe preget av skolefravær, sosial isolasjon og manglende motivasjon for tradisjonelle hjelpetilbud. Vi bygger et relasjonelt fundament som gjør det mulig for ungdommene å nyttiggjøre seg av øvrig hjelp i kommunene.

Tiltak 1: Videreføre fokuset på konteksten rundt sårbare unge gamere og hvordan dataspillingens styrker kan brukes for å forebygge problemer.

Begrepet «sårbar unge gamere» ble introdusert i gjeldende handlingsplan og peker på behovet for tidlig innsats. Imidlertid mangler begrepet en tydelig operasjonalisering i Norge. Vår erfaring fra arbeid i over 35 bydeler og kommuner tilsier at sårbare unge gamere befinner seg i svært sammensatte livssituasjoner der spilling er én del av helheten.

Gamingkontakten definerer sårbare unge gamere som:

- Unge mennesker som står i krevende livssituasjoner og som forblir alene med gaming som eneste mestringsarena, noe som på sikt kan gjøre dem sårbare for å utvikle problematisk spilleatferd.

Denne tilnærmingen er viktig av tre grunner:

- **Risikoperspektiv:** Ved å definere sårbarhet ut fra risikoeksponering åpnes det for mer individuelle og helhetlige vurderinger av potensiell problemspilling. En tydeligere begrepsavklaring vil bidra til å differensiere målgrupper og behov, og dermed muliggjøre bedre tilrettelagt hjelp. Risikoperspektivet er også en oppfordring til mer vokseninvolvering – ikke for å regulere, men for å hjelpe de unge til å håndtere risikoen, i takt med modenhet og alder.
- **Som sosialfaglig tenkemåte:** Tilnærmingen anerkjenner at dataspillproblemer sjelden oppstår isolert, men ofte er knyttet til underliggende sosiale, emosjonelle eller psykiske utfordringer. Dette understreker viktigheten av en helhetlig og miljøterapeutisk tilnærming i forebygging og intervensjon. At trygge voksne er i stand til å gjøre seg relevante i unges omgivelser for å påvirke risikoen i omgivelsene står sentralt i alt forebyggende arbeid.
- **Som bro mellom handlingsplanen mot spilleproblemer og regjeringens dataspillstrategi 2024-2026:** Ved å forstå sårbarhet i en dataspillkulturell kontekst, kan man bedre integrere kunnskap om både risikofaktorer og de positive sidene ved gaming i forebyggende arbeid. Dette kan bidra til en mer nyansert og effektiv tilnærming. Det er Gamingkontaktens klare erfaring at å ta utgangspunkt i de positive sidene ved de unges spilling gir lettere inngang til dialog, både hos de som har et balansert forhold til dataspill, og de som ikke har det.

Tiltak 2: Tilskuddsordningen for hjelpetiltak for personer med problematisk spilleatferd må åpnes opp for kommunale søkere.

For å sikre utvikling av nye metoder og lavterskelinnsats mot dataspillproblemer, er det avgjørende at kommunene får mulighet til å søke om tilskuddsmidler for å etablere og videreutvikle hjelpetiltak. Dette vil bidra til:

- **Å samle erfaringer fra direktearbeid:** Kommunene er ofte tettere på de som opplever dataspillproblemer og kan bidra med verdifull innsikt fra direkte kontakt med målgruppen.
- **Tverrfaglig innsats:** tilskudd til kommunale aktører kan legge til rette for samarbeid mellom ulike faginstanser (helse, sosial, skole) for å sikre en helhetlig oppfølging. Gamingkontaktens erfaring er at de sakene som går best og der man får til varig endring, er der hvor man får til tverrfaglig innsats før, under og etter gamingbaserte hjelpetiltak.
- **Strukturert kompetanse i kommunene:** Mange kommuner har i dag kompetanse på dataspill i form av enkeltpersoner som driver prosjektbaserte tilbud. En tilskuddsordning kan bidra til å bygge opp en mer robust og systematisert kompetanse i kommunene, og sikre at kunnskapen ikke forsvinner ved personellskifte. Det må stilles tydelige forventninger fra tilskuddsgiver til søkerkommunen om hvordan kompetansen fra prosjekter skal forankres i kommunen. Helsedirektoratet bør publisere erfaringer fra prosjekter som har fått tilskudd, slik at disse erfaringene kommer hele fagfeltet til gode.

Tiltak 3: Det bør etableres en nasjonal, koordinerende rolle for forebyggende arbeid med barn og unge på dataspillområdet. Medietilsynets mandat på området bør utvides og konkretiseres.

Forebyggende arbeid skjer i skjæringspunktet mellom behandling og helsefremmende arbeid. Dagens handlingsplan definerer dette primært som informasjonstiltak under Medietilsynets ansvar. Erfaringen vår viser at informasjon alene sjelden er tilstrekkelig når spilleproblemer har oppstått. Vi snakker ofte med familier som forteller at de finner mye informasjon, men lite hjelp.

Mye verdifullt forebyggingsarbeid skjer i dag i grasrota av hjelpeapparatet, gjennom lav- og høyterskeltilbud i kommunal regi. Disse tilbudene, ofte startet og drevet av engasjerte fagpersoner, når ofte unge målgrupper det ordinære hjelpeapparatet har vanskelig for å etablere dialog med. Felles for mange av disse er en tilnærming som bygger på de helsefremmende aspektene ved dataspill.

Tiltaket vil være viktig for å:

- **Koordinere aktører for å sikre en aktiv forebyggende innsats i Norge, ikke bare en passiv informasjonsinnsats mot familier:** Mange aktører opererer i dag isolert og mange støter på de samme strukturelle hindringene når de skal starte oppe og drifte tilbudene sine. En nasjonal rolle bidrar til bedre samordning og kunnskapsdeling.
- **Samle og systematisere erfaringsbidrag:** Verdifull erfaring fra feltet er i dag spredt på få hender. En nasjonal instans kan sikre at denne kunnskapen blir tilgjengelig for ulike fagpersoner i hele hjelpeapparatet.
- **Sikre at informasjonstiltak rettes mot helse- og omsorgsprofesjonelle:** Det er viktig at også fagpersoner i hjelpeapparatet får relevant informasjon og opplæring om dataspill og potensielle problemområder. Samarbeid med KS bør vurderes for å sikre at erfaringer om forebygging av dataspillproblematikk blir en del av kompetansestrukturer i kommunene, og ikke ender opp som enkeltstående prosjekterfaringer hos den enkelte prosjektleder.

Medietilsynet har i dag et informasjonsmandat. Dette bør utvides til å inkludere en koordinerende rolle for forebyggende tiltak, utvikling av retningslinjer og faglig støtte til kommunale initiativ. Gjennom regjeringens dataspillstrategi har NFI Spill tilsvarende rolle for dataspill på kultur og idrettsfeltet. Det er imidlertid lite som tyder på at NFI Spill har den nødvendige kompetansen, ressursene eller mandatet for å håndtere de særproblemstillinger som finnes i spilleproblematikkfeltet.

Tiltak 4: Kompetanse om dataspillkultur og dataspillproblematikk bør integreres i profesjonsutdanninger som retter seg mot arbeid med barn og unge.

Aktuelle utdanninger:

- Sosialt arbeid
- Barnevern

- Sykepleie
- Lærer- og lektorutdanninger
- Barnehagelærer
- Vernepleie
- Profesjon psykologi

Oslo, 25.04.2025

Marius Ruud
Daglig leder