

Innspill til ny handlingsplan mot spilleproblemer (2026–2029)

Til: Lotteritilsynet, Medietilsynet og Helsedirektoratet

Dato: 22.04.25

Vi takker for muligheten til å komme med innspill til den kommende handlingsplanen mot spilleproblemer. Under følger våre forslag og vurderinger innenfor de fire etterspurte områdene, samt enkelte supplerende anbefalinger.

1. Prioriterte målgrupper

Vi støtter videreføringen av eksisterende målgrupper, men anbefaler også følgende nyanseringer og tillegg:

- Unge voksne menn, særlig i 20-årene, bør fortsatt prioriteres, med oppmerksomhet på psykisk helse og økonomisk sårbarhet.
- Barn og unge, med differensiering mellom aldersgrupper og forebygging i digitale arenaer.
- Gamere og e-sportmiljøer, da vi ser en glidende overgang mellom underholdningsspill og pengespill.
- Kvinner med spilleproblemer, som ofte er underrepresentert i forskning og tiltak.
- Pårørende barn og familier, som ofte rammes indirekte.
- Arbeidsledige, sykemeldte og personer i økonomisk usikkerhet, grunnet økt risiko for å bruke spill som mestringsstrategi.

2. Forebyggingstiltak

Vi anbefaler følgende konkrete forebyggingstiltak:

- Målrettede kampanjer i digitale kanaler (TikTok, Twitch, Snapchat), gjerne med samarbeid med influensere og streamere for å nå unge på deres arenaer.
- Folkehelseopplysningskampanjer med ulike ansvarlig spill-budskap
- Innføring av spilleforståelse i folkehelsefag i skolen, med utvikling av pedagogisk materiell.
- Foreldreveiledning og skolering om barns digitale spillatferd og risiko for overgang til pengespill.

3. Forskning og kunnskap

Det er behov for mer forskning på:

- Langtidseffekter av spill blant barn og unge (presisering: pengespill og spill med pengespill-liknende mekanismer, men det er også viktig å inkludere overgangen fra underholdningsspill til pengespill – særlig med tanke på såkalte "gamblification"-elementer i dataspill)
- Sosiale og økonomiske konsekvenser for pårørende.
- Effekten av forebyggingstiltak – hva som faktisk virker.

- Hvilke tiltak er effektive – sett opp mot ulike aldersgrupper.
- Spillreklame, lootbokser og “gamblification” av underholdningsspill.

Videre foreslår vi:

- Faste møteplasser for deling av erfaring og kunnskap på tvers av sektorer.
- En felles plattform for beste praksis for forebygging og spilleansvar.
- Økt involvering av brukere og pårørende i forskningsarbeidet.

4. Lavterskeltilbud og behandling

For å styrke lavterskeltilbudene foreslår vi:

- Styrke støtten til de eksisterende lavterskeltilbudene.
- Prioritert tildeling av spillemidler til frivillige aktører med særskilt kompetanse, som Spillavhengighet Norge.
- Styrke Hjelpelinjen med ytterligere ressurser (som f.eks. kan tillate utvidelse av åpningstider på telefon og chat)
- Spesialiserte tilbud for pårørende, særlig barn og unge.
- Kompetanseheving i førstelinjen (NAV, fastleger, skolehelsetjenesten).
- Samarbeid med frivillige og ideelle organisasjoner for mer tilgjengelige støttetjenester.

5. Andre relevante innspill

- Brukermedvirkning: involvering av personer med egenerfaring i utforming av tiltak og tjenester.
- Tverrsektorielt samarbeid: på tvers av spillbransjen, helsevesenet, utdanningssektoren og forskningsmiljøer.
- Tidlig varsling og innsats: integrerte varslinger og hjelp i digitale spillmiljøer.

Vi håper våre innspill kan bidra til en robust og målrettet handlingsplan som kan redusere skadevirkninger og styrke tilbudene til både spillere og pårørende.

Med vennlig hilsen,

Hedda Skappel, Norsk Rikstoto