



Ungdom og fritids innspill til handlingsplan for spilleproblemer

Om ungdom og fritid og klubbfeltet i Norge

Ungdom og Fritid – Landsforeningen for fritidsklubber og ungdomshus er en demokratisk barne- og ungdomsorganisasjon for deltaker, ansatte og frivillige i kommunalt støttede fritidsklubber, ungdomshus og lignende åpne møteplasser. Vi representerer 700 fritidsklubber, 120 000 barn og ungdom og 3000 ungdomsarbeidere over hele landet.

Dataspill/gaming er i dag en av de mest populære aktivitetene til fritidsklubbene, og ca 8 av 10 fritidsklubber tilbyr gamingaktiviteter, mange har også dedikerte gamingrom¹. Det betyr at mange ungdommer får kanskje sitt første møte med dette mediet nettopp her – på fritidsklubbene.

Fritidsklubben som helseforebyggende arena

Fritidsklubbene fungerer som en viktig førstelinjetjeneste hvor ansatte og ungdomsfrivillige, gjennom relasjonsbygging, kan identifisere og støtte barn og unge med ulike utfordringer. Gjennom jevnlig kontakt kan klubbene fange opp tidlige tegn på psykiske helseutfordringer, sosial isolasjon og utenforskap, og bidra med støtte og veiledning. Fritidsklubbene kan også henvise ungdom til relevante hjelpetjenester, samtidig som de bidrar til forebyggende arbeid ved å skape et trygt miljø for sosial tilhørighet og mestring. Ved å bygge relasjoner og gi ungdom et positivt fellesskap, kan klubbene bidra til å styrke unges psykiske helse, trivsel og deltakelse i samfunnet.

Vi vet at isolasjon og utenforskap er risikofaktorer for å utvikle spilleproblemer, derfor er fritidsklubbene en inkluderende, åpen og sosial møteplass som kan forebygge nettopp dette. Også på grunn av fritidsklubbenes evne på å følge med i tiden og ta del i datakulturaktiviteter og gaming på en aktiv måte, er ungdomsarbeidere viktige og trygge forbilder for hvordan man kan bruke spill på en sunn og god måte, og mange ungdommer uttrykker at ungdomsarbeideren er en av de voksne i deres liv som er lettest å prate med. Mange av våre fritidsklubber jobber aktivt med «spilleregler», hjelper ungdommer med å identifisere hvilke trusler som kan komme over nett, og hvordan man må være bevisst på språkbruk digitalt.

Derfor er ikke ungdomsarbeiderne bare en viktig brikke i å forebygge for eksempel spilleproblemer, men også en viktig bidragsyter for å gjennomføre nettopp regjeringens

¹ Ungdom og Fritid. (2023). **Klubbundersøkelsen 2023: En kartlegging av klubbfeltet slik det ser ut i dag.** Opinion. Hentet fra <https://www.ungdomogfritid.no/klubbundersokelsen-2023>

egne nye mål for trygg digital oppvekst, der det bla står nevnt at «Foreldre og omsorgspersoner skal ha kompetanse om barns digitale hverdag²».

Ungdomsarbeideren er også en viktig bidragsyter for å nå flere av målene i regjeringens nye «Strategi for å styrkje motstandskrafta mot desinformasjon (2025–2030)», der et av mange relevante punkt er: «Førebyggje utanforskap på nett gjennom arbeidet for ein meir inkluderande, trygg og tilgjengeleg dataspelkultur»³

Fritidsklubbene gjør i dag en god forebyggende jobb mot spilleproblemer, samtidig må kompetansen blant ungdomsarbeiderne økes når det gjelder å identifisere ungdom som er i risiko for slike problemer. Vi ser et behov for mer digital tilstedeværelse blant de ungdommene som man ikke ser fysisk på klubbene, og ser allerede i dag på digitale løsninger for fremtidens fritidsklubber.

Regjeringen har gjort en god jobb med å belyse spilleproblematikk også blant ungdommer i handlingsplanen for 2022-2025, samtidig ser vi at fritid – da fritidsklubber, men også fritidsaktiviteter i regi av idrett og frivilligheten, bør regnes med ytterligere som viktig forebyggende faktorer for spilleproblemer.

Vi mener at fritidsklubbene bør anerkjennes i ny handlingsplan og strategi som en viktig forebyggende arena for spilleproblemer fordi:

- fritidsklubbene har en unik rolle når det gjelder å ta del i og få innsyn i ungdommens bruk og vaner rundt dataspill på fritiden.
- ungdomsarbeideren har en nær og trygg rolle i ungdommers liv, og som ofte får tillit og dialog med ungdommen kanskje før foreldre og skole.
- fritidsklubber er en tilgjengelig, åpen og inkluderende møteplass for alle ungdommer, der det ikke er noe krav til aktivitet eller prestasjon
- fritidsklubben og ungdomsarbeideren bidrar allerede til å nå målene som regjeringen selv har satt for en trygg digital oppvekst nå og i fremtiden.

Takk for at Ungdom og Fritid fikk komme med innspill!

Mina Ringen-Glad, inkluderingskonsulent

² Barne- og familiedepartementet. (2025). **Meld. St. 32 (2024–2025) Trygg oppvekst i et digitalt samfunn**. Hentet fra <https://www.regjeringen.no/no/dokumenter/meld.-st.-32-20242025/id2894567/>

³ Kultur- og likestillingsdepartementet. (2025). **Strategi for å styrkje motstandskrafta mot desinformasjon (2025–2030)**. Hentet fra <https://www.regjeringen.no/no/dokumenter/strategi-for-a-styrkje-motstandskrafta-mot-desinformasjon-2025-2030/id2894567/>