

# När datorspelandet blir problematiskt

## – gaming disorder hos barn & unga



### Ny översikt över både internationell och svensk forskning

Sedan 2018 klassas gaming disorder som ett sjukdomstillstånd – en diagnos. Men vad innebär det? Finns det behandling? Går det att förebygga?

s.2–4

” Det går att tala om så kallat positivt risktagande

Forskaren Martin Molin, om hur sarskoleelever använder nätet.



s.12–13

### Om oron över ungas mediavanor

Med Gaming disorder finns för första gången någonsin en diagnos för ett skadligt mediebetende. Har vi något att lära oss av tidigare diskussioner om skadlig mediepåverkan?

s.8–9

# När datorspelandet blir problematiskt

**Jenny Rangmar och Sara Thomée har gjort en översikt av svensk och internationell vetenskaplig forskning om gaming disorder med särskilt fokus på barn, unga och unga vuxna.**

I juni 2018 klassade WHO (Världshälsoorganisationen) gaming disorder som en sjukdom och tillståndet blev en diagnos. Någon svensk översättning av begreppet finns ännu inte.

## Definition

Definitionen enligt WHO är att en person uppvisar ett ihållande mönster av spelbeteende som präglas av försämrad kontroll över spelandet i kombination med att personen prioriterar det högre än andra aktiviteter och intressen. Spelandet ska ha en negativ inverkan på livssituation, familjereationer, sysselsättning och andra viktiga aktiviteter och detta ska ha pågått under minst 12 månader.

Det finns inget bedömningsinstrument som i dags-

läget används generellt för att ställa diagnosen.

– Det du kan göra är att gå till vårdcentralen för att en läkare ska kunna bedöma om symptomen uppfyller kriterierna för diagnosen, sa Jenny.

Däremot finns det flera olika bedömningsinstrument som kan användas för att screena fram personer som befinner sig i riskzonen men instrumen-

ten har olika definitioner av vad som är vanligt datorspelande, problematiskt datorspelande respektive gaming disorder.

Det har inte kartlagts hur många i den svenska befolkningen som uppfyller kriterierna för diagnosen gaming disorder. Det finns studier gjorda i

länder som i flera avseenden liknar Sverige. I en norsk studie rapporteras t.ex. en uppskattad förekomst av gaming

disorder på 0,6 procent och en annan studie har visat på en genomsnittlig förekomst i Europa på 1,6 procent.

## Kritik mot diagnosen

Det har framförts kritik mot att gaming disorder har klassats som ett sjukdomstillstånd. Kritiken som både kommer från forskare och representanter från spelvärlden menar att det behövs mer forskning innan man kan slå fast detta. Man menar vidare att det saknas kunskap om exakt vilka och hur tydliga symptomen ska vara för diagnosen och kritik riktas mot den forskning som ligger till grund för att diagnosen infördes i International Classification of Diseases (ICD-11). Ett problem är att eventuella andra underliggande problem som depression och social ångest riskerar att blandas ihop med symptom på problematiskt datorspelande.

## Problemspelaren

Vem är då problemspelaren? Det är vanligt att personen är

**” Ingen vet idag hur vanligt det är med gaming disorder i Sverige**

ung, av manligt kön och har såväl fysiska problem som depressivitet och ångest. Han spelar nätbaserade spel med avancerad grafik, det rör sig ofta om rollspel. Problemspelaren motiveras av utmaningarna att uppnå nya mål, nya nivåer och vill inte förlora status i spelvärlden.

## Ett kontinuum

Spelbeteendet kan ses som ett kontinuum där ett icke-problematiskt datorspelande kan glida över till att bli problematiskt och vidare till diagnosen gaming disorder.

En stor mängd forskning visar på ett samband mellan hög användning av interaktiva medier och sömnstörningar. Man lägger sig senare och



Jenny Rangmar,  
fil dr i psykologi,  
forskare på  
Göteborgsregionen  
FoU i Väst



att spela fram tills man går och lägger sig kan fördröja processen att somna och göra att man sover sämre.

– Personer med gaming disorder sover betydligt färre timmar än andra – de spelar istället för att sova.

Datorspelande kan även påverka hur det går i skolan. Om du lägger mycket tid på att spela på bekostnad av skolarbete så påverkas skolprestationen negativt. Att inte sova tillräckligt försvårar inlärning och därmed påverkas skolprestationen negativt även av detta. Samtidigt kan

regelbundet spelande träna och förbättra kognitiva förmågor och även skolprestationen. Den som håller spelet på en oproblematisk nivå har störst chans att få del av de positiva och undvika de negativa effekterna.

#### Psykisk ohälsa

Flera studier pekar på ett samband mellan gaming disorder eller tid som ägnas åt datorspelande och depressiva besvär och ångest. En sammanställning som Folkhälsomyndigheten gjorde 2015 visade bland annat att

unga som ägnar minst fyra timmar per dag åt TV, dator eller datorspel rapporterar oftare ont i magen eller huvudet, sömnproblem eller nedstämdhet. Det finns tydliga samband mellan mycket tid vid dator och högt BMI (Body Mass Index).

#### Går det att förebygga?

Hur kan man då förebygga problematiskt datorspelande? Amerikanska barnläkare uppmanar föräldrar att begränsa tiden som barn ägnar åt interaktiva medier till mindre än två timmar per dag. De

” **Personer med gaming disorder sover betydligt färre timmar än andra – de spelar istället för att sova**

säger också att barnen aldrig ska spela i anslutning till att de ska gå och lägga sig. WHO säger att barn under två år inte ska ägna sig åt interaktiva medier överhuvudtaget.

– Mitt råd är att föräldrar och barn tillsammans ska bestämma hur mycket och till vad medierna kan användas i förhållande till andra aktiviteter.

Forskningen har inte något entydigt svar på hur gaming disorder ska behandlas men kognitiv beteendeterapi (KBT) och psykoterapi i kombination med läkemedel har visat positiva resultat. Men det behövs mer forskning på det här området.

– De allra flesta kan spela men det saknas kunskap

om var gränsen går mellan oproblematiskt och problematiskt spelande. Varnings-tecken att vara uppmärksam på är om spelet orsakar negativa förändringar vad gäller fysisk eller psykisk hälsa.

Det behövs fler studier om vad som orsakar och vilka konsekvenserna blir av gaming disorder. Det saknas också kunskap om effektiva förebyggande insatser och behandling.

– De flesta studier som finns med i vår kunskapsöversikt visar att överdrivet datorspelande kan ha negativa konsekvenser. Därför kan det vara bra att begränsa sitt spelande.

## Kunskapsöversikten

**När datorspelet blir problematiskt – en kunskapsöversikt om gaming disorder hos barn och unga**  
Av Jenny Rangmar och Sara Thomée

Ladda ner:  
<https://www.lansstyrelsen.se/vastra-gotaland/tjanster/publikationer/2019/nar-datorspelet-blir-problematiskt.html>



# Finns det ett samband mellan datorspelande och spel om pengar?

**F**olkhälsomyndigheten har i uppdrag att arbeta förebyggande i fråga om spel om pengar. Däremot har de inget uppdrag som rör datorspel, men de omvärldsbevakar frågan eftersom gränserna mellan datorspel och spel om pengar suddas ut genom exempelvis möjligheten att göra köp inuti spel, vadhallning på e-sport och lootlådor. De sistnämnda fungerar som ett lotteri där du betalar med riktiga pengar för att få öppna lootlådan och så vinner du saker som du kan använda i spelet.

## Ser sig själva som spelare

Folkhälsomyndigheten står bakom den stora befolkningsstudien Swelogs, en befolkningsstudie om spel om pengar och hälsa. Den visar bland annat på en skillnad mellan de som spelar datorspel och satsar på lootlådor och de som inte lägger pengar på lootlådor. De som satsar på lootlådor ser sig själva som spelare i högre utsträckning och de har svårare att sluta spela än de som spelar utan att satsa på lootlådor.

## Vanligt med lootlådor?

Hur vanligt är det då att satsa på lootlådor? Enligt Swelogs har cirka 5 procent av befolkningen gjort det under det

senaste året. Bland de som spelar datorspel regelbundet har var fjärde gjort det. Det är också vanligare bland ungdomar som ännu inte är myndiga.

I en undersökning om barns och ungdomars hälsa och levnadsvanor i Kronobergs län år 2018 ställde man frågan om ungdomarna hade betalat för virtuella saker i data-/mobilspel den senaste månaden. I årskurs 8 hade 40 procent av killarna och 5 procent av tjejerna (totalt 22 procent) gjort det. I årskurs 2 på gymnasiet hade 28 procent av killarna och 4 procent av tjejerna gjort det.

## Lootlådor och spel om pengar

Finns det ett samband mellan att spela på lootlådor och att spela om pengar? Både resultat från Swelogs och undersökningen i Kronoberg tyder på det. Bland ungdomar som satsat på lootlådor var det betydligt vanligare att de också spelat om pengar jämfört med de som inte satsat på lootlådor.

Resultaten i Swelogs visar också att av de som satsat på lootlådor hade nio procent

viss risk för spelproblem och drygt fem procent hade ett problemspelande – att jämföra med tre procent respektive drygt en procent bland de som spelat datorspel men inte satsat på lootlådor. De här resultaten stöds också av internationell forskning.

Jessika gav flera exempel på hur man skulle kunna stärka konsumentskyddet när det gäller lootlådor, exempelvis självavstängning och begränsning av köp. Men frågan behöver utredas närmare vilket Konsumentverket har fått i uppdrag av regeringen att göra. Deras utredning presenteras den 1 oktober.

## Risker med gratisspel

Folkhälsomyndigheten har även studerat gratisspel som kasino, bingo eller kortspel online där man inte satsar pengar och eventuella samband med spelproblem. Och det ser ut att finnas ett sam-



Lootlådor fungerar som ett lotteri och du betalar med riktiga pengar.

band. Bland de som spelat sådana spel fördubblades risken att få problem tre år senare.

## Risk- och skyddsnivåer

–För att förebygga spelproblem bland unga bör man utgå från risk- och skyddsnivåer. Det behövs åtgärder som stärker ungdomar generellt, det är viktigt att stärka relationen mellan barn och föräldrar, att sätta in tidiga åtgärder och att kombinera åtgärder på olika nivåer, avslutade Jessika.



Jessika Spångberg,  
utredare vid  
Folkhälsomyndigheten

## Länktips!

[www.spelprevention.se](http://www.spelprevention.se) är ett kunskapsstöd om spel om pengar med en del information om datorspelande.

# När det blir en sjukdom – personalens perspektiv

I ett nu pågående forskningsprojekt intervjuar Sevtap Gurdal personal som jobbar med barn och ungdomar om deras tankar om och erfarenheter av datorspelande.

Ungar & medier som ges ut av Statens Medieråd ger en bild av hur mycket tid ungdomar lägger på datorspelande (siffrorna är från 2018). Bland landets nioåringar spelar 8 procent av pojkarna och 1 procent av flickorna mer än tre timmar per dag. Bland 13-åringarna spelar 39 procent av pojkarna och 6 procent av flickorna mer än tre timmar per dag och bland 18-åringarna är det 25 procent av pojkarna och 9 procent av flickorna som gör det.

När det gäller sociala medier däremot så använder 40 procent av flickorna och 16 procent av pojkarna i åldern 13–16 år sociala medier mer än tre timmar per dag. Varannan flicka och var femte pojke i den åldern tycker att de använder sociala medier för mycket.

**Samband med psykisk ohälsa**  
Problematiskt datorspelande

som fenomen uppmärksammades redan på 90-talet och det finns många studier som visar på ett samband mellan stillasittande framför skärm och psykisk ohälsa.

Främst gäller det de som sitter framför en skärm mer än 2–3 timmar om dagen. Men samtidigt kan spelet ha positiva effekter: du lär dig nya sätt att upptäcka saker, spelet kan innebära avslappning, vara ett sätt att hitta nya vänner och det utvecklar också kognitiva

förmågor.

En viktig fråga är också vad som är en effekt av vad. Är det spelet som framkallar stress, depression med mera? Eller använder personer som redan har dessa problem spelet som en flykt från verkligheten?

– Det krävs mer forskning om gaming disorder. Hur implementeras en ny diagnos? Vilka samverkar eller borde samverka? Vilka risker finns med den nya diagnosen? Hur

väl rustade är föräldrar, skola, sjukvård med flera att behandla och förebygga detta? De frågorna har jag intresserat mig för.

I ett pågående forskningsprojekt intervjuar Sevtap personal som jobbar med barn och ungdomar om deras tankar om och erfarenheter av datorspelande. Hon intervjuar skolsköterskor, skolkuratorer, skolpsykologer, förstelärare, specialpedagoger, rektorer och kuratorer från BUP.

– Det är för tidigt att dra några slutsatser men om jag skulle sammanfatta det jag har sett hittills så är det att det saknas en samsyn kring spelet och skärmtid, att konflikter utanför skoltid får effekter på skoltid och att det finns en efterfrågan om samverkan mellan olika verksamheter men också med föräldrar.

## Digitaliseringen av skolan

Digitaliseringen av skolan är ytterligare ett område som lyfts i intervjuerna.

– Digitaliseringen är en del av läroplanen men i och med att eleverna är uppkopplade så gör de mycket annat än bara skoluppgifter. Vad ska da-

” Har vi fått ytterligare en pojkdiagnos i och med gaming disorder?”

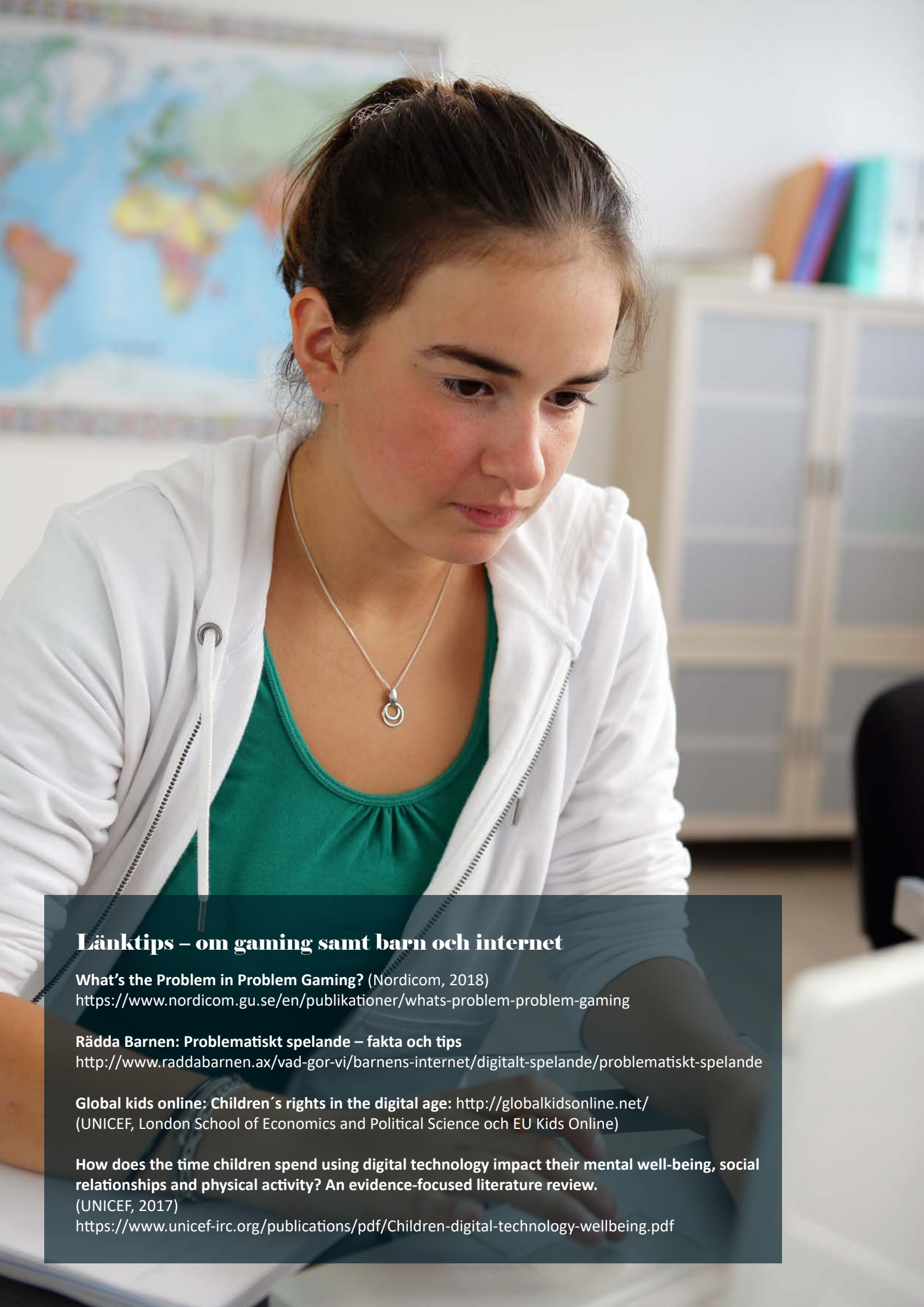
torerna i skolan användas till?

Personalen som Sevtap har intervjuat är positiv till att gaming disorder nu är en diagnos och menar att det kan innebära att människor får rätt och professionell hjälp och en diagnos blir en förklaring till ett visst beteende. En negativ följd av diagnosen kan vara stigmatisering och risken att man missar det egentliga problemet.

## Genusperspektiv

Avslutningsvis finns det också ett genusperspektiv som är viktigt att framhålla: Flickor och pojkar använder sin skärmtid på olika sätt.

– Flickor som använder sociala medier har liknande symptom som pojkar med gaming disorder. Har vi fått ytterligare en pojkdiagnos i och med gaming disorder?



## Länktips – om gaming samt barn och internet

**What's the Problem in Problem Gaming?** (Nordicom, 2018)

<https://www.nordicom.gu.se/en/publikationer/whats-problem-problem-gaming>

**Rädda Barnen: Problematiskt spelande – fakta och tips**

<http://www.raddabarnen.ax/vad-gor-vi/barnens-internet/digitalt-spelande/problematiskt-spelande>

**Global kids online: Children's rights in the digital age:** <http://globalkidsonline.net/>  
(UNICEF, London School of Economics and Political Science och EU Kids Online)

**How does the time children spend using digital technology impact their mental well-being, social relationships and physical activity? An evidence-focused literature review.**  
(UNICEF, 2017)

<https://www.unicef-irc.org/publications/pdf/Children-digital-technology-wellbeing.pdf>

# När oron blir större än problemet

**Med Gaming disorder finns för första gången någonsin en diagnos för ett skadligt mediebeteende. Har vi något att lära oss av tidigare diskussioner om skadlig mediepåverkan? Ulf Dalquist framhåller vikten av ett balanserat förhållningssätt till ungas medieanvändning.**

Statens medieråd bildades 2011 och har till uppgift att stärka barn och unga som medvetna medieanvändare och skydda dem från skadlig mediepåverkan.

Ulf menar att vi nog alltid har oroat oss för vad medier eller berättelser gör med våra unga. Han hänvisade till ett antal historiska exempel alltifrån Platon och vidare fram till biografier, "dansbaneeländet", serietidningar, videovåld och våldsamma datorspel.

– Men alla historiska exempel skiljer sig från gaming disorder på det sättet att alla tidigare exempel har handlat om hur innehållet föder olika oönskade beteenden. Gaming disorder handlar istället om hur ett beteende konkurrerar ut andra mer önskvärda beteenden. Det är inte innehållet som är problemet utan tidsåtgången. Eller om det är så att gaming disorder är en konsekvens av andra fakto-

rer som exempelvis depression eller neuropsykiatriska funktionsnedsättningar.

## Varning för forskning

Ulf varnade för vad forskningen om diagnosen gaming disorder kan leda till.

Alla medier används i och är en del av olika sociala kontexter på makro- såväl som på individnivå. Hur ser det samhälle ut där medierna används?

Vilket sammanhang befinner sig individen i?

– Vad händer om forskarna bortser från de här kontexterna i sina analyser? Ju färre bakgrundsvariabler desto bättre korrelation (samband). Om vi bara studerar tid, spe-

lande och psykiskt välmående så får vi ett starkt samband med gaming disorder. Men lägger vi till fler variabler som kön, BMI, familjeinteraktion, neuropsykiatrisk diagnos, kamratstatus, föräldrars missbruk etc så kan bilden bli en helt annan.

Ett annat potentiellt problem är om forskningen om

gaming disorder blir hypotestestande snarare än hypotesgenererande. Hypotestestande forskning testar en hypotes (A leder till B). Exempel: Datorspel leder till kriminalitet.

– Den typen av forskning passar bra inom naturvetenskap och teknik men blir problematisk inom beteendevetenskapen när vi har att mäta och analysera mänskligt beteende.

Hypotesgenererande forskning är därför att föredra i det här sammanhanget: Vad kan leda till B? Exempel: Vad orsakar kriminalitet?

– Man hade kunnat ställa sig frågan: Vad leder till att barn mår på det här sättet som är förknippat med gaming disorder?

Ulf menar att medier eller medieinnehåll aldrig förklarar

alla variationer av mänskligt beteende. Det finns andra faktorer som inte går att bortse ifrån.

## En uppmaning

Han avslutade med en uppmaning om att vara vaksam i debatter om farliga medier.

– Se upp för överdrivna ut-sagor som att datorspel gör barn till mördare eller forskare och organisationer som ger enkla svar. Se även upp med forskare som uttalar sig om områden de inte forskar på, personer med ekonomiska intressen i området, journalister som försöker dramatisera situationen och okritiskt refererar spektakulär men dålig forskning samt alla som avfärdar oron som moralpanik.



**Ulf Dalquist,**  
verksamhetschef för  
forskning och omvärldsanalys  
vid Statens medieråd

## Lästips!

Dalquist, Ulf (1998) *Större våld än nöden kräver?: Medievåldsdebatten i Sverige 1980–1995*. Umeå: Borea bokförlag.

Ladda ner från <https://statensmedierad.se>:

Statens medieråd (2011) *Våldsamma datorspel och aggression: En översikt av forskningen 2000–2011*.

Statens medieråd (2016) *Vad är skadlig mediepåverkan?*

Statens medieråd (2019) *Ungar och medier 2019*

**Serietidningar – ett av många exempel på medier som givit upphov till oro under årens lopp.**



# Att möta ungdomar med ett problematiskt datorspelande

**Under ett treårigt projekt mötte Tarja Larsson över 300 ungdomar och genomförde över 500 enskilda samtal.**

**E**n av utmaningarna med att arbeta med ungdomar som har problem med datorspelande är att det inte är en hjälpsökande grupp. Ungdomarna tycker inte att det är ett beroende utan bara att mamma och pappa är jobbiga.

– Men när jag möter killar, jag har bara träffat på killar, så brukar jag fråga om livet är satt på paus. Vad behöver du för att ta ett steg och göra något annat?

## Balans

Det handlar kanske inte om att sluta helt med datorspelande utan kanske snarare om att uppnå en balans.

– De behöver komma ut och få sysselsättning och social samvaro. Vi ska inte ta bort kompisarna på nätet men vi behöver lägga till kompisar i den verkliga världen. Och lägga fokus på hälsan. Hur ska vi få våra barn att förstå att vår värld är mer betydelsefull?

Samtidigt vill de att vi ska förstå hur viktig deras digitala värld är.

Tarja berättade om en mamma med en 14-årig son. Hon fick inte med sig sonen till gruppmötena som Tarja höll i inom ramen för ett treårigt projekt, men själv gick mamman dit och lyssnade. Där träffade hon andra personer i samma situation och igenkänningsfaktorn var stor. Mamman beskrev

det som att hon inte fick med sig en lösning men hon fick hjälp med hur hon skulle förhålla sig till situationen.

– Hur kan vi hjälpa föräldrarna till detta så att kommunikationen förbättras? Det tror jag är jätteviktigt.

## Vilka ungdomar?

Vilka är då ungdomarna med ett problematiskt datorspelande? Många gånger börjar det med att det är roligt och socialt och ungdomarna vet vad som är okej och inte.

– De lär sig språk, blir bättre på reflexer, samspekar med varandra o.s.v. och det ska vi inte ta bort.

Det kan vara så att de slutar med andra aktiviteter och att spelen tar över. De kanske är en grupp som spelar och är duktiga. Kanske kommer de efter i skolan och flyr till slut från verkligheten. Det blir jobbigt att ta tag i saker och känslor stängs av.

## Olika världar

– Vi kanske ser det som att de släpper den aktiva världen och pratar om det som att de är i en passiv värld. Men i deras värld så har de fullt upp. När de släpper den världen och går över till vår värld så ter den sig grå och trist. Här är de ensamma och har inga kompisar. Det krävs mycket för att lämna den världen! Har de dessutom en diagnos så blir det ännu mer komplext.

Tarja försöker hjälpa ungdomarna att hitta sin drivkraft och kompetens. Vad vill du med ditt liv? Vad vill du jobba med för att ta ditt steg? Det ungdomarna då ofta sva-

**” Vi ska inte ta bort kompisarna på nätet men vi behöver lägga till kompisar i den verkliga världen.**

rar är att de vill flytta hemifrån, träffa någon och hitta en sysselsättning.

## Coachande förhållningssätt

– Jag har ett coachande förhållningssätt som tar sikte på härifrån och framåt, inte bakåt. Det gäller att få till vettig skärmtid och att få bort den passiva skärmtiden.

Som exempel tar hon att en ungdom kanske vill minska den dagliga skärmtiden från tio till tre timmar.

– Då fokuserar vi inte på de tre timmar de vill ner till utan de sju som blir fria. I takt med att den tiden fylls med annat innehåll så minskar även spelandet. Det gäller att hitta deras drivkraft till psykisk hälsa!



Tarja Larsson,  
beteendevetare och  
certifierad  
ICF ACC coach

# Sagt om datorspelande och sociala medier

Före internet och sociala medier såg man kompisarnas reaktioner på ett annat sätt. Nu skickar man meddelanden utan att se hur den andra reagerar. De unga ser och förstår inte konsekvenserna av det de gör. Skolpersonalen vittnar om hur det som har hänt på sociala medier på fritiden kommer med till skolan när eleverna möts där.

Det behöver finnas ett gott kunskapsunderlag: Vad vet vi om problemet och möjligheterna? Vad kan vi göra och vilka effekter ger det?

Det finns en spänning mellan teknikoptimism och teknikpessimism. Det är viktigt att förstå tekniken i sig så att man inte bara säger nej och inte heller utan att reflektera bara säga ja.

Det är viktigt att relevansgöra kunskaper man bär med sig för att få motivation. Teknointresset är stort – hur fångar, ser, värderar och kultiverar vi det? Det handlar mycket om den vuxna generationens nyfikenhet eller brist på nyfikenhet.

Våra interaktionsmönster och hur vi har med varandra att göra ändras över tid. Vi måste vara nyfikna på de arenor som unga befinner sig på.

Det finns en stor osäkerhet: Vad är problem och vad behöver vi agera på?

Vi vet hur mycket barn och unga behöver sova varje natt, vilken näring de behöver och att de behöver röra på sig för att må bra. Om man tänker att barn och unga tillgodogör sig de sakerna och spelar därutöver – då kanske datorspelandet inte är ett problem?

En svensk studie av hur det ser ut i Sverige skulle vara högst relevant så att vi vet vad vi pratar om och vad vi ska göra.



Citaten är hämtade från den paneldebatt som avslutade konferensdagen i Trollhättan. Emma Sorbring, professor i barn- och ungdomsvetenskap ledde debatten. Övriga debattdeltagare: Lennart Rådenmark, länssamordnare ANDTS vid Länsstyrelsen Västra Götalands län; Jenny Rangmar, forskare vid Göteborgsregionen, FoU i Väst; Sevtap Gurdal, lektor i psykologi vid Högskolan Väst, Maria Spante, lektor i informatik vid Högskolan Väst och Tarja Larsson, beteendevetare och certifierad ICF ACC coach.

# Delaktighet på nätet?

**Hur använder särskoleelever nätet för identitetsskapande och vad har nätet som arena att erbjuda dem?**

**M**artin Molin och hans kollegor håller på att avsluta en studie som handlar om hur särskoleelever använder nätet för identitetsskapande och delaktighet samt vad nätet som arena har att erbjuda dem. Han genomför studien tillsammans med Emma Sorbring och Åsa Borgström vid Högskolan Väst samt Lotta Löfgren-Mårtenson, Malmö universitet. Studien finansieras av FORTE.

## Intervjuer

Studien handlar om hur ungdomarna förhåller sig till risker, tänker kring sociala relationer på internet och sociala medier. Intervjuer har genomförts med ungdomar, föräldrar och personal inom särskolan. Tanken är att studien ska generera kunskap om hur vuxna i ungdomarnas närhet kan stödja och hjälpa ungdomar med intellektuella funktionsnedsättningar i deras internetanvändning.

## Använder nätet på olika sätt

Intervjuerna med ungdo-

marna visar att de använder internet på olika sätt. De konsumerar innehåll som t.ex. Youtube och sportresultat, kommunicerar via t.ex. Facebook och Snapchat, skapar innehåll som exempelvis vloggar och så spelar de spel.

De unga förefaller inte så naiva utan är väl medvetna om riskerna och hur riskerna ska hanteras.

–Det går att tala om så kallat positivt risktagande, dvs att ungdomarna i studien ofta försöker hantera risker snarare än att undvika risker, sa Martin.

## Att vara någon annan

Flera ungdomar beskriver i intervjuerna hur nätet erbjuder möjligheter till alternativa identifikationer – att vara någon annan.

–Men ju mer de interagerar med ungdomar utanför

den egna umgängeskretsen på särskolan, desto mer negativa erfarenheter av internet. En möjlig slutsats är att detta snarare leder till att internetanvändningen åtminstone tillfälligt minskar eller övergår till mer konsumtion av innehåll på internet snarare än interaktion med andra. Det vill säga att det kan leda till mindre delaktighet på nätet.



**Martin Molin,**  
docent i socialt arbete  
och pedagogik med  
inriktning mot barn- och  
ungdomsvetenskap

## Föräldrar och personal

Inom ramen för studien har 22 föräldrar intervjuats om hur de upplever och hanterar ungdomarnas internetanvändning. Vilka möjligheter och hinder för delaktighet på internet ser de? Hur stöttar föräldrarna ungdomarna i deras internetanvändande? Föräldrarna ser risker men framförallt möjligheter som att bryta ensamhet och isolering. Däremot tror de inte att

” **Den här målgruppen tar del av det som finns på nätet men det sker inte alltid ett så stort ömsesidigt utbyte på nätet**

de ungas internetanvändning kan leda till ökad delaktighet i samhället generellt.

Personal inom särskolan (17 stycken) har också intervjuats om hur de ser på elevernas internetanvändning. Vilken inställning har de till ungdomarnas strategier att genom webbaserade gemenskaper söka möjligheter i alternativa identiteter? Vilka erfarenheter har personalen av ungdomarnas internetanvändning?

–Vi behöver problematisera



” Det går  
att tala om  
så kallat positivt  
risktagande

---

frågan om delaktighet och ställa frågor som; vad innebär online social delaktighet och hur kan man mäta det? Vi måste också fråga oss om mer delaktighet i alla avseenden är bra och vilka konsekvenser det får. Den här målgruppen tar del av det som finns på nätet men det sker inte alltid ett så stort ömsesidigt utbyte på nätet.

#### Konsekvenser

Mot bakgrund av studiens resultat – vilka blir då konsekvenserna för det praktiska arbetet?

–Lyssna på de ungas egna

röster och reflektera tillsammans med dem om hur risker kan hanteras! Se möjligheter bortom problem. En färsk studie från Statens Medieråd visar att unga med intellektuella funktionsnedsättningar är mindre benägna att prata med vuxna om sina erfarenheter på nätet. Hur kan vi prata tillsammans om nätanvändning och ta gemensamma beslut om användning?

#### Tips!

Läs mer om projektet (inkl publikationslista):  
<https://www.hv.se/forskning/forskningsprojekt/barn-och-ungdomar/del-aktighet-pa-natet-om-sarskoleelevers-identitetsskapande-aktiviteter-pa-internet>

*Socialt arbete och internet: att förstå och hantera sociala problem på nya arenor* (Liber, 2016)

Redaktörer: Kristian Daneback och Emma Sorbring

# Om den här skriften

Den här skriften bygger på innehållet i två seminarier som ägde rum i Göteborg den 5 september och i Trollhättan den 19 september 2019.

Seminarierna arrangerades av länsstyrelsen, Centrum för forskning och utbildning kring riskbruk, missbruk och beroende (CERA), Västra Götalandsregionen, Boråsregionen, Fyrbodal, Göteborgsregionen, Skaraborgs kommunalförbund, Brukarrådet och Högskolan Väst.

## Se föreläsningarna på Youtube

De föreläsningar som ägde rum på den första konferensdagen i Göteborg går att se på Youtube:



**När datorspelet blir problematiskt – om gaming disorder hos barn och unga – Lennart Rådenmark inleder seminariet**  
<https://www.youtube.com/watch?v=GcPnllpwDFI>

**När datorspelet blir problematiskt – om gaming disorder hos barn och unga – Jenny Rangmar**  
<https://www.youtube.com/watch?v=wOMuxfKRF-U>

**Förebyggande insatser för barn och unga – vad kan vi göra lokalt och regionalt? Jessika Spångberg**  
<https://www.youtube.com/watch?v=1MVEWtSKZNM>

**När oron blir större än problemet: om vikten av ett balanserat förhållningssätt till ungas mediet användning – Ulf Dalquist**  
<https://www.youtube.com/watch?v=pGz8Z7aCcOQ>

**Överdrivet dataspelade: vilka insatser krävs i familjer kring ungdomar med ett överdrivet dataspelade och vad får det för effekt – Tarja Larsson**  
<https://www.youtube.com/watch?v=FXKPkzRz5oE>



I samverkan mellan:

