GUTTER OG

GAMING

INNLEDNING

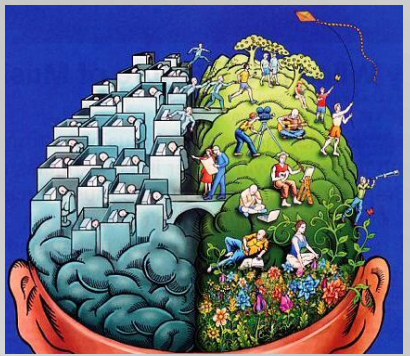
•SPILLING MER ENN SPILL

GAUTE GODAGER:

- **49 ÅR, BOR PÅ OPPEGÅRD.**
- **GIFT, 3 GUTTER (17,12,9)**
- **PSYKOLOGSPESIALIST, OSLO UNIVERSITETSSYKEHUS.**
- **GRUNNLA FUNCOM 1993, JOBBET DER I 15 ÅR. UTGITT FLERE TITLER. («CONAN», «ANARCHY ONLINE» MM)**

TEORETISK GRUNNLAG

DET MESTE VI GJØR,
HANDLER OM Å OVERLEVE



Hjernen er et samfunn
Samfunnet en «hjerne»

TANKEN ER DER FOR
Å LAGE «HISTORIER»

– Gaming er et større problem enn rus

Gaming er i omfang et større problem enn rus for ungdommer som faller utenfor skole og jobb, mener NAV i Trondheim.

Stian Hatling Solbakk i Trondheim er en av mange unge som har brukt mye tid på dataspill. Nå får han hjelp til å komme seg i arbeid.

FOTO: JØTE TOFTAKER / NRK

Espen Sandmo
Journalist

Jøte Toftaker
Journalist

Bjarte Johannesen
Journalist

Oppdatert 17.03.2017, kl

Med en Virtual Reality-hjelm med skjerm på hodet som dekker hele synsfeltet og med musikk og lydeffekter på ørene, har forskere klart å redusert aktivitet i de delene av hjernen som prosesserer smerte (illustrasjonsfoto). (United States Federal Government)

DATASPILL KAN ERSTATTE MEDISINER

Lurer hjernen til å føle mindre smerte, spesielt for barn.

)ystein W. Høie
ublisert 02.09.10 20:01 | Sist oppdatert 03.09.10 12:01

Vi er vant til å ta en pille når vi har vondt i kroppen, men spill kan nå vise seg å være en sunnere måte å lindre smertene.

Personer som nettopp har spilt et spill opplever nemlig mindre smerte enn andre, viser en amerikansk studie gjort ved Children's Hospital of Los Angeles.

TIPS OSS

SEND SMS OG MMS MED KODEORD TIPS TIL 1930, ELLER SEND EN E-POST TIL TIPS@NETTAVISEN.NO

annonse

DEMOGRAFI

Tabell 2: Prosentandel av GUTTER som dagen i forveien brukte 2 timer eller mer på ulike aktiviteter. Tidsserie.

	ALDER					
	9-11 år		12-14 år		15-16 år	
	2016	2018	2016	2018	2016	2018
Spille spill (for eksempel på PC, Playstation, mobil eller nettbrett)	21	32	31	38	39	34
Se på film, serie eller tv-program	17	18	15	16	24	20
Bruke sosiale medier (for eksempel Facebook, Snapchat, Instagram, osv.)	4	8	12	20	34	34
Bruke mobilen	13	27	28	44	51	52
Treffe venner, hjemme hos hverandre eller ute andre steder (ikke på nett)	34	45	35	36	31	30

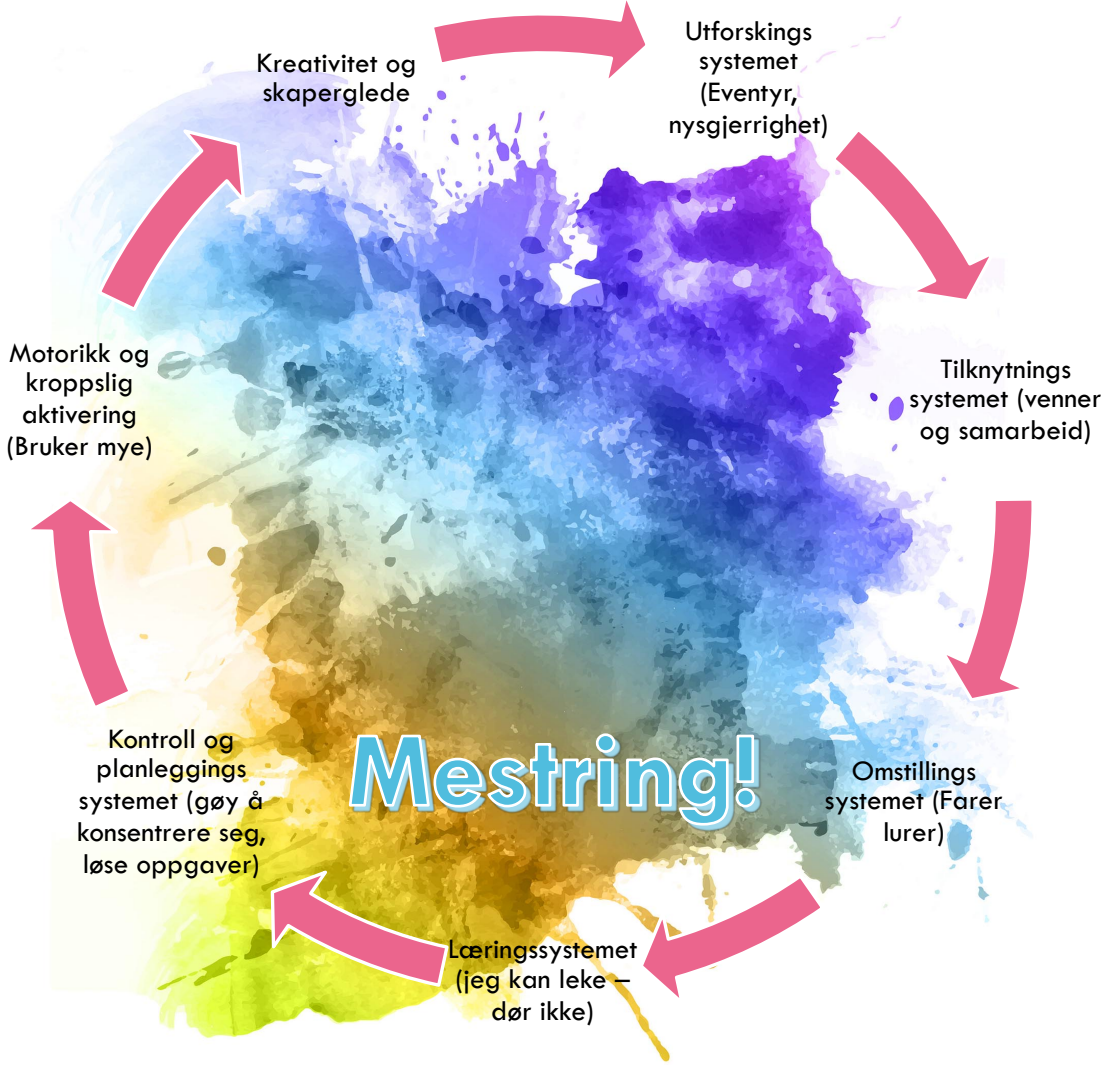
Tabell 3: Prosentandel av JENTER som dagen i forveien brukte 2 timer eller mer på ulike aktiviteter. Tidsserie.

	ALDER					
	9-11 år		12-14 år		15-16 år	
	2016	2018	2016	2018	2016	2018
Spille spill (for eksempel på PC, Playstation, mobil eller nettbrett)	7	12	8	11	6	9
Se på film, serie eller tv-program	12	17	23	23	25	37
Bruke sosiale medier (for eksempel Facebook, Snapchat, Instagram, osv.)	6	8	35	36	54	56
Bruke mobilen	14	25	42	60	72	69
Treffe venner, hjemme hos hverandre eller ute andre steder (ikke på nett)	38	49	48	43	44	38

HVA GJØR SPILL?

SPILLDESIGN ELEMENTER

- Sosial rang: Spiller utvikling – gi poeng, stjerner, «progressbar», «levler».
- Utforsking: Design, kreativitet – bygging og resurs forvaltning
- Utforsking: Å løse puzzles, oppgaver.
- Tilknytning, omsorg ++: Dialog, setting og historieutvikling.
- Tilknytning, gruppetilhørighet, samarbeidsglede: Karakterutvikling, sosial rollespilling og «character interdependencies».
- Utforsking: Utforsking av områder, jakt og bevegelse.
- Markedsføring, «push» og «pull» av spilleren.
- Sosial rang: Kamp-mekanikk, strategi, taktikk og reflekser
- Simulering (kjørespill, «ikea spill», verdenspill)
- Og MYE mer!


Kreativitet og skaperglede
Utforskings systemet (Eventyr, nysgjerrighet)
Tilknytnings systemet (venner og samarbeid)
Omstillings systemet (Farer lurer)
Læringssystemet (jeg kan leke – dør ikke)
Kontroll og planleggings systemet (gøy å konsentrere seg, løse oppgaver)
Motorikk og kroppslig aktivering (Bruker mye)
Mestring!

Biologiske disposisjoner?

- Eksplosivitet, aktivitet, aggresjon

Skole og samfunn

- Konformitet, samarbeid, følelsesregulering, konsentrasjon mm

Utenfor opplevelse

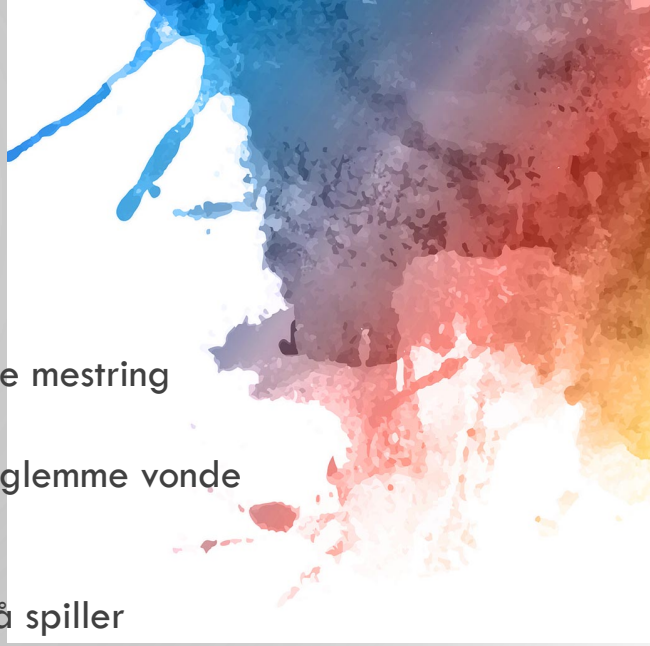
- Mestrings tap

Spill (mestring kultur & opprør)

- Mestring, felleskap, (mer faktisk utenfor)
- jakt og krig

Andre former for «mestring»

Typiske problemspillings funksjoner:



1) Dårlig selvfølelse i andre domener – et sted å kjenne mestring
2) Affekt regulering pga andre problemer – et sted å glemme vonde ting. (Særlig konflikten om spilling). Unnvikelse
3) Sosiale relasjoner og forpliktelser – venner som også spiller
4) Optimal ytre konsentrasjonsregulering – alt annet «kjedelig».
5) En måte å regulere sosial kontakt – jeg bestemmer å spille!
6) Klassisk / operant betinging – avhengig – jeg må spille for å spille.

HVORDAN NÅ GAMERS?

RÅD FOR Å NÅ GUTTA (SOM GAMER)

- Interesse, varme og kunnskap
  - Kan flytte spill fra «hemmelig kultur» til «en differensiert del av livet»

- Skolen & lovgiver
  - Gjør spill kultur og sport, fag og respektert
    - Hva er bra og hva er dårlig?
  - Hvordan

KONKRETE TILTAK.

- FAMILIERÅD EN GANG I UKEN, OGSÅ MED SPILL / SKJERMBRUK PÅ DAGSORDEN – SNAKK OM HVA SOM ER GØY, DUMT, KREATIVT, FLOTT, FARLIG, SKREMMENDE.
- JOBB MED **DEG** – LIK DET DU IKKE LIKER – JOBB MED DE ANDRE VOKSNE…
- DEL EGET UBEHAG. DEL EGNE BEGRENSNINGER. DEL FØLELSER. LA DET Å GJØRE FEIL VÆRE VIKTIG OG BRA.
- LIKESTILL ALL SKJERMBRUK – IKKE HENG UT NOE
- GODTA AGGRESJON, STILLHET, AKTIVITET – IKKE PRAT, KONSENTRASJON OG REGULERING
- SPILL FIN BELØNNING FOR PROSOSIAL OG PRODUKTIV ATFERD:
- BRYT MØNSTRE: MOR OG SØNN SPILLER SAMMEN OG FAR OG DATTER GJØR NOE SOSIALT?

;P

- WASSUP DUDE! PLS GIF CHUGGY! GIIF!

- #GG