

Digital dannelse og Gaming:

En vigtig - og positiv effekt ved børns brug af computerspil, er den **digitale dannelse**.

Grundlæggende dækker begrebet over evnen til at kunne begå sig i en digital, online verden, som er i konstant forandring. Computerspil præsenterer den digitale verden på en måde, hvor børn og unge får muligheden for at udforske digitale sammenhænge og mestre digitale hjælpemidler. Og der er online spil nok! Googler du "*links til gratis spil online*" får du 3.030.000 hits.

Det "digitalt" sprog kan være råt. Og hurtigt. Det skal man forholde sig til, som forældre og som skole/uddannelsesinstitution. At afskærme et barn fra et online univers, svarer til at forsøge at kontrollere den kommunikation, der foregår på legepladsen i skolen!

Digital dannelse taler selvfølgelig også sammen med evnen til at mestre de digitale færdigheder, det kræver for at kunne begå sig fremover socialt og arbejdsmæssigt. Her er det også vigtigt, at børn får mulighed for at lære at udforske de digitale muligheder og strømninger, der findes.

Som det fremgår af teksten til "Gaming" og de links vi har valgt, så er der mange holdninger til "Gaming". Her gives der plads til mange forskellige. Ud fra det, kan I vælge jeres vej i det digitale vildnis.

Mange drenge bruger så meget tid, at forældrene dagligt river sig i håret. Er du én af de forældre der river dig i håret, eller i hvert fald har svært ved at forstå begejstringen, så læs videre. Udbyderne af computerspil, eksempelvis Epic Games® - folkene bag Fortnite arbejder bevidst med, at de unge skal få lyst til at spille igen. De taler sjældent om *afhængighed*!

Computerspillere er sociale, nysgerrige og kan li' at konkurrere

Rune Lundedal Nielsen, spilforsker på IT Universitetet i København forklarer, at man faktisk allerede ved en del om, hvorfor der er så mange, der spiller. Den amerikanske forsker Nick Yee har interviewet flere tusinde computerspillere, og han er kommet frem til, at der er tre overordnede grunde til, at folk spiller: "For det første er der mange, der rigtig godt kan lide at *udforske nye verdener*. De kan godt lide at kaste sig ud i ukendt territorie og komme hele vejen rundt i de her universer," fortæller Rune om den første gruppe spillere.

Så er der nogen, der primært spiller for det sociale. De spiller for at snakke med andre mennesker, for at hjælpe hinanden, få venner og den slags," fortæller Rune, inden han går videre til den sidste gruppe - dem, der spiller med andre for at kunne konkurrere med andre. "Personer i denne gruppe vil stige hurtigt i level, blive den første på serveren der opnår noget de vil, som mig selv, konkurrere med andre mennesker og komme op i første division," forklarer Rune.

DR Ultra har sit eget program om gaming: "Ultra Gaming med Sara Miller. Piger gamer også!" Se link under "Gaming links".

Digitale diagnoser. (Findes i USA, i DK i 2022).

"Gaming Disorder" og "Internet Gaming Disorder". Gaming Disorder er i øjeblikket ikke en officiel diagnose i Danmark, men den bliver en del af det europæiske diagnosesystem ICD-11, der træder i kraft i 2022, hvorefter den kan bruges i Danmark. Find linket fra psykiatrifonden under "Gaming links".

Dilemmaer vedrørende computerspil er et globalt anliggende. I mere ekstreme tilfælde medfører det skolevægring eller isolation fra fysiske fællesskaber. Denne isolation kan medføre, at børn og unge mennesker søger længere og længere ind de virtuelle fællesskaber, hvor de eksponeres for hadfyldte ytringer og ekstreme holdninger. Gennem algoritmer bliver de unge mennesker *ført ned ad mørke sidegader* på internettet gennem Discord, Reddit, 4chan og 8chan.

"Der er ingen retningslinjer. Vi vil gerne beskytte børn og unge, men det halter digitalt. I mange fora har der ikke været nogen voksne til stede, så børn og unge har selv etableret tonen. Og den tone er meget hård. Derfor skal vi etablere en sproglig kultur online, så børn og unge forstår alvoren og hjælper hinanden med at værne om dem, som nu er ofre for digital mobning. Det er derfor ikke bare en misforståelse, men snarere en illusion, at det kun er børnenes eget frie valg, at spille så mange timer som tilfældet er i dag. Børn og unge er derimod produkter i et stort adfærdsdesign, som er styret af en milliardindustri". **David Madsen, stifter af www.dabeco.dk. Dabeco er Danmarks første målrettede behandlingstilbud til computerspilafhængige.**

"Der er ingen support at hente for gamere. De er nødt til at snakke med hinanden om deres problemer. Når man samtidig bliver mødt af internettets hårde tone, og stort set ikke snakker face-to-face med folk i løbet af en dag, kan det let få negative konsekvenser for ens mentale helbred. Hvis man er gamer eller streamer, så skal man have hård hud, som tingene ser ud nu, ellers får konsekvenser for din mentale sundhed". **DGI E-sport konsulent Christian Craner Nielsen.**

Under "Gaming links" findes en artikel, hvor en dansk gamer taler ud om den hårde tone.

Medierådet beskæftiger sig blandt meget andet, også med PEGI. En forkortelse af Pan European Game Information. Det er et fælles europæisk mærkningssystem, der er skabt af spilbranchen og som oplyser forældre, pædagoger og lærere om spillets indhold i forhold til børns og unges alder. Der findes to links her der omhandler PEGI – alderskriterier for spil.

For at hjælpe vores børn og unge skal vi stå sammen og være fælles om regler der skaber balance mellem det digitale liv og det analoge liv. Har I brug for en samtale vedrørende et barn/ungt menneske med et bekymrende skærmforbrug, så kontakt: dennis.lindholm.nielsen@brk.dk.

Gaming og psykologi hænger nøje sammen.

Intet i gaming er tilfældigt. Computerspilsudbydere og adfærdspsykologer samarbejder for, at få mennesker til at vende tilbage igen og igen. **Adfærdsdesign** forklares i kronikken nedenfor.

(Uddrag af Hans Christensens kronik; "Afskaf SU" bragt i Berlingske Tidende fredag den 10. juli 2020)

Det er en misforståelse, at børn og unge kun spiller computerspil, fordi de har lyst. Børn og unge er i høj grad blevet et produkt i et stort adfærdsdesign, som kan være umenneskeligt svært at løsrive sig fra. I 1930'erne gjorde Harvardpsykologen B. F. Skinner en række adfærdsteoretiske opdagelser i nogle rotteforsøg, der sidenhen flittigt er blevet installeret i næsten samtlige computerspil. Skinner placerede en sulten rotte i en boks, der indeholdt en pedal, som når den blev trykket på ville udløse en foderpille. Efter at rotten havde erfaret dette nogle gange, gik den beslutsomt til pedalen for at få godbitten...

...Tag f.eks. spil som Counter-Strike eller Fortnite. Når en lootbox fremkommer, får du et tilfældigt nyt skin (maleri eller lign.). Grundet uforudsigeligheden ender barnet med at tage en ny runde, selvom barnet måske hellere ville deltage ved middagsbordet med sine forældre. For det kan jo være, at det skin, barnet søger, ligger i den næste lootbox – som kommer i den næste runde – som tager 20 minutter mere...(læs kronikken indsat som link herunder):

https://www.berlingske.dk/laesere/afskaf-su-og-giv-de-unge-friheden-tilbage?fbclid=IwAR0N9ouFHXJd_Kw2ulxQU39_7E37HmlUsqU1wVilaFvsBfUnggQvPJA7NhE

Vil du forstå afhængighed i et andet perspektiv, så læs **Anders Colding-Jørgensens bog; "Hov et egeren"** fra 2019. Indledningen lyder således:

Når du hører eksperter fortælle den klassiske historie om sociale mediers algoritmer, der låser os fast i en dopaminfælde, som får os til at tjekke skærmene igen og igen, kan det lyde som om din tjekkeadfærd er en ren refleks. Men sandheden er, at du ikke er tvunget til at tjekke din mobil, fordi du får en notifikation. At tjekke mobiltelefonen er ikke en ufrivillig handling. Det er en vane – en automatiseret adfærd, som du plejer at foretage og derfor kan udføre. Der er en stor forskel. Det er vel i virkeligheden også det, der gør tjekkevaner så frustrerende; at du godt ved, at du kunne vælge at lade være – men alligevel har svært ved det.

Alt det er at sammenligne med børn og unges gaming-vaner! De ved godt, at de kan lade være, at der er massevis af alternativer. Men det er svært. Hvis du vil vide mere om vaner og algoritmer så kan du læse mere fra Anders Colding-Jørgensen her: <https://analogist.dk/>

"I Analogiseringsstyrelsen arbejder vi for at fremme borgernes sociale, mentale og fysiske livskvalitet. Somme tider ved at fjerne forstyrrende digitale mellemlid i hverdagen".

Spilafhængighed/Gaming Disorder:

Computerspil er kommet for at blive. Men gaming påvirker os og måden, vi er sammen på. Og særligt danske unge, der har Europa-rekord i tidsforbrug på sociale medier og computerspil. Men er tiden givet godt ud? Bruger vi de digitale tilbud 'rigtigt'? Styrker de vores relationer, eller er de i virkeligheden bare en tidsrøver? Nok begge dele, intet her er sort og hvidt! Her kan du forholde dig til relativt nye og kommende diagnoser.

Hvad er Gaming Disorder?

Computerspil prioriteres højere end andre interesser og daglige aktiviteter, og til trods for negative konsekvenser, fortsætter man. Det kan medføre, at fx familieliv, det sociale liv, arbejds- eller studieliv påvirkes negativt. De negative adfærdsmønstre omkring computerspil skal være tydelige over 12 måneder, før at man kan tale om Gaming Disorder.

USA's diagnosesystem DSM-5 har siden 2013 haft diagnosen Internet Gaming Disorder, der er omhandler internettet, mens den europæiske diagnose inkluderer både online og offline computerspil.

Gaming Disorder er endnu ikke taget i brug som diagnose i Danmark (det bliver det i 2022), og forskningen på området er begrænset. Der findes derfor endnu ikke officielle tal på, hvor mange personer i Danmark, der lider af Gaming Disorder.

Undersøgelser af Internet Gaming Disorder i USA, viser at mellem 2-10% af computerspillere er afhængige af online computerspil. I Asien er tallene højere, fx i Korea hvor en undersøgelse viste, at 50% af computerspillere var afhængige. Dette kan skyldes, at computerspil både er mere udbredt som tidskrævende fritidsinteresse, men også som profession. Undersøgelser peger på forskelle mellem køn og i forhold til alder. Mænd der spiller computerspil, har større risiko for at udvikle computerspilsafhængighed end kvinder, der spiller computerspil, mens risikoen er højest aldersmæssigt i slutningen af teenageårene.

I forhold til de lande omkring os, som vi normalt sammenligner os med, så viser det sig, at danske børn og unge har væsentlig mere skærmtid til rådighed. Så vi skal tilbyde alternativer. Se link under "Gaming links" vedrørende sunde og usunde gaming vaner.

I programmet "*DR tager en kold tyrker*" forsøger man at skildre afhængighedens dilemmaer. Afhængighed bredt set. Alt det vi som mennesker kan blive fanget af og have så svært ved at slippe. Under "Gaming links" er link til programmet. Det er meget interessant.

Gaming er sjovt, spændende, socialt, udfordrende og tidskrævende. Vi skal som forældre hjælpe vores børn og unge med, at sætte øvre tid på. Afhængighedsskabende? CfDP (www.cfdp.dk) - **Center for Digital Pædagogik** har en lidt anden og vigtig tilgang. Den kommer her:

Der er ikke noget at sige til, at fænomenet computerspil skræmmer nogle forældre. Spillene fylder meget, og medierne flyder over med historier om **afhængighed** og ødelagte ungdomsliv. Men både forskningen og vores praksiserfaring viser, at gamerbørn – over en bred kam – er normale, raske børn. Og endnu bedre: Computerspil kan bruges som **pædagogiske redskaber** med de rette rammer og voksne, der støtter op om børnenes fascination af og læring fra Counter-Strike, Red Dead Redemption og Minecraft.

Red Barnet er én af de største netjtjenester, vi har i Danmark og naturligvis ved de også noget om "gaming" og mener noget om "gaming": Under "Gaming links" findes link til Red Barnet.

I forhold til gaming/computerspil er der meninger, der går i alle retninger. Det er så svært at sætte to streger under og sige; Sådan!

Det samme gælder alle digitale platforme og devices. De tager vores tid. Ifølge Anders Colding Jørgensen; Vi *lader* dem tage vores tid. Vi har et valg. Som forældre skal vi skabe balance mellem vores børn og unges gøremål. Derfor er regler vigtige i bestemte aldersgrupper. Desværre findes der heller ikke her "fribilletter". Vi kan ikke lade en iPad erstatte samvær for et barn på 2-3 år. Men vi kan kigge med. Vi SKAL kigge med. Der er uanede muligheder for alle aldre, men vi skal holde fast i og insistere på **analoge fællesskaber**. Børnerådet lavede en stor undersøgelse i 2012, hvor man spurgte ind til det gode børneliv; https://www.boerneraadet.dk/media/205662/Familie-og-arbejdsliv-i-et-boerneperspektiv_final.pdf

Det, der udgør et godt børneliv, ifølge de mange adspurgte børn i undersøgelsen, handler ikke om iPad. Det er interessant. Vi, som forældre, er oftest de mennesker, vores børn ønsker at være tættest på. Det kan vi være analogt. Men vi kan også være nysgerrige på deres digitale vaner og deres digitale adfærd. Det er spændende og lærerigt. Og så dannes vi sammen – også digitalt. Faldgruberne bliver færre, når mor og far støtter op om sproget, tiden og mediet: Etikken!

Bliver du vidende om, eller er du vidende om, at der deles ulovligt materiale blandt børn og unge (eksempelvis voldelige videoer), så kan du i linket herunder se, hvordan du bedst som privat person eller som uddannelsesinstitution bør forholde dig/jer.

Vi har eksempler (Umbrella sagen), hvor videodeling har konsekvenser for alle parter.

https://www.avisen.dk/overblik-hundredvis-er-doemt-for-delinger-i-umbrella_598052.aspx

<https://stopekstremisme.dk/filer/pjece-nar-unge-deler-problematisk-indhold-pa-sociale-medier.pdf>

”Gaming links”

<https://redbarnet.dk/foraeldre/faa-styr-paa-dit-barns-gaming/>

<https://redbarnet.dk/foraeldre/din-digitale-vejviser/skaermtid/>

<https://bornsvilkar.dk/faa-gode-raad/digitalt-liv/foraeldre/gaming/>

<https://www.medieraadet.dk/medieradet/temaer/vejledning-om-spil>

<https://cfdp.dk/tema/gaming/>

<https://cfdp.dk/blog/for-foraeldre/afhaengig-af-computerspil/>

https://www.psykiatrifonden.dk/viden/diagnoser/gaming-disorder.aspx?gclid=EAlaIQobChMI1OPZg82D6wIVQtOyCh3WzA-yEAYAYAAEgITZfD_BwE

<https://skoleborn.dk/computerspil-kan-goere-dit-barn-afhaengig/>

<https://ludomani.dk/gaming>

<https://www.dabeco.dk/wp-content/uploads/For%C3%A6ldreguide-sund-gaming-til-udskrift.pdf>

<https://livsstil.tv2.dk/2018-03-29-spiller-dit-barn-meget-computer-psykolog-giver-raad-saa-det-ikke-tager-overhaand>

https://www.dr.dk/nyheder/kultur/gaming/dansk-gamer-taler-ud-om-haard-tone-paa-nettet-jeg-undrer-mig-over-hvorfor-folk?fbclid=IwAR3IfNyY36Xj0XY_Y7d0b88q54NVaMaDxUAA-takMBzelBzqta-mmwYrgug

<http://tricas.dk/hvordan-skelner-vi-mellem-sunde-og-usunde-gaming-vaner-for-boern/>

<http://tricas.dk/positive-og-negative-effekter-af-computerspil/>

<https://www.tv.nu/program/temalordag-dr2-tager-en-kold-tyrker>

<https://www.dr.dk/nyheder/viden/teknologi/er-du-lidt-glad-sociale-medier-her-er-7-raad-til-en-mini-afvaenning>

(Linket herunder; ”Sådan styrer du dine børns køb i digitale spil”:

<https://www.facebook.com/cfdp.dk/videos/548837949112082/?v=548837949112082>

Linket herunder (PEGI) er en aldersguide i.f.t spil og alder for at spille det ønskede spil.

<https://www.komplett.dk/kampagne/54093/aldersgraenser-paa-spil-det-betyder-de>