

DATASPILLPROBLEMER

BLIR DIAGNOSE

SPILLPROBLEMATIKK

Av: Magnus Eidem, KoRus - Øst

Det er bestemt at *dataspillproblematikk* skal bli en diagnose. «Gaming disorder» vil komme i den neste utgaven av det internasjonale diagnosesystemet ICD-11 (International Classification of Diseases).

Dette må sees som positivt for de som sliter med denne type spill, da en diagnose gir rett til nødvendig helsehjelp. Det krever imidlertid at helsevesenet er forberedt og tilrettelegger behandlingsforløp, og at fagmiljøene er oppdaterte på et felt som for mange fortsatt kan oppleves som et relativt nytt fenomen.

Fra uskyldig moro til diagnose

Hvordan har dataspilling, som en gang var uskyldig moro, utviklet seg til å kunne bli en diagnose? Jeg har selv vokst opp med spill og husker godt tiden med barndommens spillplattformer som Commodore 64 og Amiga 500. For konfirmasjonspengene kjøpte jeg PC og brukte gjerne tid på spill, både alene og sammen med venner. Dataspill var et underholdningstilbud på lik linje med andre skjermaktiviteter som fjernsyn, film og serier. Begrepet «spilleavhengighet» eller «problemskapende spilleatferd» fantes heller ikke på den tiden, så hva har egentlig skjedd? Kort oppsummert har den teknologiske utviklingen av både spill og spillplattformer skapt nye strukturer for våre spillevaner.

Da tidstyvene kom

En annen viktig faktor er Internett og muligheten til å spille sammen med andre på tvers av landegrensener og tidssoner. Da Internett ble allemannseie mot slutten av nittitallet, dukket også de første store nettbaserte rollespillene opp og banet vei for flere store titler innenfor MMORPG-sjangeren (Massivly Multiplayer Online Roleplaying Games) – også kjent

som de største tidstyvene. Denne formen for spill har vært overrepresentert i henvendelser til hjelpeapparatet. Jeg husker den første henvendelsen for MMORPG-problematikk i 2006, da jeg jobbet med gruppebehandling av spilleavhengige, en ung mann som trengte hjelp til å endre sitt spillemønster knyttet til «World of Warcraft».

Tilgjengelighet og gråsoner

Tilgjengeligheten er et annet aspekt. Alle med smarttelefon og/eller nettbrett har et enormt utvalg av spill innen rekkevidde til enhver tid. Her er også pengebruk et tema, da såkalte «Free2play»-spill (gratis å laste ned) har fortløpende kostnader underveis i spillet for de som ønsker å kjøpe seg snarveier eller utstyr i spillet. Pengebruken ser vi også som problematisk i gråsonespill som eksempelvis «skinbetting» – gambling forankret i populære dataspill. (Se RUSFAG 2/17)

Spillene henter deg inn igjen

For de som sliter med overdreven bruk, går spillingen utover andre plikter og gjøremål, skole, jobb og relasjoner. Spillutviklerne gjør en utmerket jobb for få spillere hektet og for at man skal komme tilbake til spillet. Om vi ser på strukturelle faktorer, er «level up» en kjent drivkraft for å fortsette spillingen, som betyr å nå neste nivå i spillet. Dette kan eksempelvis være at karakteren din får et bedre våpen eller rustning ved gå opp et nivå, forutsatt at du gjør de oppgavene som kreves, oppgaver som kan være svært tidkrevende.



Tidlig på 80-tallet kom Commodore 64. Dette var den første personlige datamaskinen som var priset slik at den ble «allmannsei». C64 var for mange inngangsporten til dataverden. Foto: Dreamstime.com

Hobby, lidenskap eller besettelse

Barn og unge spiller dataspill. Noen ønsker å bruke mye tid på spill uten at vi av den grunn nødvendigvis kan kalle det for spilleavhengighet. Spilleren selv kan ha en helt annen oppfatning av sin spilleatferd enn for eksempel pårørende. Det kan være en lidenskapelig interesse, eller at man investerer mye tid for å hevde seg i konkurransespilling, eller en periode i livet hvor man er totalt oppslukt i spill. Det er viktig å presisere at avhengighetsbegrepet tilsier en alvorlig tilstand som innebærer at man er ute av stand til å kontrollere tidsbruken på spill over tid og at summen av negative konsekvenser dominerer spillerens liv, samt at spillingen opprettholdes på tross av de negative konsekvensene.

Sammensatt virkelighet

Dataspillavhengighet er, i likhet med annen avhengighet, ofte sammensatt. Depresjoner, traumer, angst eller sosiale utfordringer kan ligge til grunn for å bruke mye tid på spill, og en grundig kartleg-

ging av tilleggspromatikk er viktig for å vite hva man skal behandle. Kriterier som må oppfylles for å kunne sette diagnosen, skal være at spilleproblemet i alvorlig grad hindrer den enkelte i å fungere personlig, sosialt, på skolen, på jobb eller på andre områder og at symptomene skal ha vart eller vært tilbakevendende i minst et år.

Vært for lenge uten diagnose

Dataspillproblemer og avhengighet knyttet til denne type spill har allerede rukket å eksistere i mange år uten at vi har hatt noe diagnose på det. Med en diagnose vil det nå kunne bli enklere for både problemspillere og henvisende instans å søke tilrettelagt hjelp. Dataspillere har tidligere ofte måtte følge parallelle behandlingsforløp som pengespillavhengige, nå vil det kunne tilrettelegges for mer spesialiserte forløp. Av den grunn ønsker vi den nye diagnosen velkommen.