

Årets doktorgrad

## Diagnostiserte spillavhengighet, fant kjønnsforskjeller

Per Halvorsen  
journalist

Systemet for å diagnostisere dataspillavhengighet er fortsatt ufullstendig, og slår annerledes ut for gutter enn jenter, viser forskningen til Turi Reiten Finserås.

Under Psykologikongressen 2021 ble hun belønnet med prisen Årets doktorgrad.

Finserås, som er førsteamanuensis ved Institutt for klinisk psykologi ved Universitetet i Bergen, har blant annet sett på de psykometriske egenskapene til en test som brukes for å diagnostisere pasienter med Internet Gaming Disorder (IGD) etter kriteriene i diagnosemanualen DSM-5. For å bli diagnostisert med IGD, må pasienten skåre på fem av ni diagnosekriterier.

### Kjønnsforskjeller

Et av diagnosekriteriene er toleranse; det at man må spille stadig mer for å oppnå samme grad av tilfredsstillelse. Det slo ut på jenter, men ikke på gutter.

– Vi fant altså klare kjønnsforskjeller: I motsetning til for jenter sier ikke toleransekriteriet noe om dataspillavhengighet hos gutter, sier Finserås.

– *Hvordan forklarer du det?*

– Vi kan foreløpig bare spekulere. Men det kan være at det er andre mekanismer som holder gutter i spillet. Det kan for eksempel være spillets komplekse struktur eller hvordan belønningssystemet er bygget opp, sier Finserås.

– *Hva kan vi lære av dette funnet?*

– At systemet for å diagnostisere dataspillavhengighet har svakheter, i det minste for å kunne diagnostisere gutter, sier hun.

*Vi har nok studier som viser at dataspilling kan gi unge mennesker, fortrinnsvis unge menn, problemer over tid.*

### Diagnosediskusjon

Internasjonalt pågår fortsatt en diskusjon om hvorvidt dataspillavhengighet tilfredsstiller kravene til en psykisk diagnose. I diagnosemanualen ICD-11 er Gaming Disorder (GD) inkludert som egen diagnose. I DSM-V, som er utviklet av American Psychological Association (APA), er IGD en tentativ diagnose.

Selv er imidlertid Finserås i stigende grad blitt overbevist om at dataspillavhengighet hører hjemme i en diagnosemanual, men viser altså gjennom egen forskning at måleinstrumentene foreløpig ikke er gode nok.

– Vi har nok studier som viser at dataspilling kan gi unge mennesker, fortrinnsvis unge menn, problemer over tid. At avhengigheten kan gå utover viktige livsfunksjoner og dermed kvalifisere for behandling. Det står imidlertid ikke i motsetning til at dataspillene også har mange positive sider.

Spilling kan bidra både til å utvikle kognitive ferdigheter og lindre stress, og simpelthen være en artig hobby, sier hun.

*...foreldre som spilte mer selv, snakket mer med barna om dataspill.*

## Foreldreregulering

I den nå prisbelønte avhandlingen *Assessment, reward characteristics and parental mediation of Internet Gaming* viser Finserås også at det var en positiv sammenheng mellom det at foreldre etablerte regler for databruk eller snakket med barna om spillingen, og forekomsten av symptomer på dataspillavhengighet. Fedre spilte mer sammen med barna sine enn mødrene. Fedre med lavere utdanning snakket mer med barna om dataspill. Finserås forteller at dette også er funnet i en annen studie.

– De fant samtidig at foreldre som spilte mer selv, snakket mer med barna om dataspill. Dette kan da være en mulig forklaring, at de med lav utdanning spiller mer, og dermed har mer å snakke om når det gjelder dataspill. De har kanskje mer kunnskap om spill, sier hun.

## Belønningsmekanismer

I en tredje del av studien så Finserås nærmere på hvilken betydning belønningsmekanismer i spillene har for utviklingen av spillavhengighet. Hun forteller at noen spillsjangere er mer assosiert med avhengighet enn andre, og at mye kan tyde på at disse spillene har lignende belønningsmekanismer som pengespill.

– Her står begrepet «near miss» sentralt; det at spillet er rigget slik at du «nesten» vinner hver gang, slik det ofte er når du spiller om penger. Men dette vet vi foreløpig ikke nok om, sier Finserås.

– *Hvilket råd vil du gi til foreldre som er bekymret for om ungdommen i huset spiller så mye at det kan gå ut over den psykiske helsa?*

– Det kan være lurt å betrakte dataspilling som enhver annen aktivitet som ungdommen i huset er opptatt av. Er poden din opptatt av fotball og trener mye, så kan jo det være bare positivt. Står hen opp midt på natta for å finslipe pasningsspillet, vil det være naturlig å sette grenser, sier hun.

## Stigende trend

En befolkningsundersøkelse av penge- og dataspillproblemer i Norge utført av Institutt for samfunnspsykologi, Universitetet i Bergen, viser en økning i dataspillavhengighet i aldersgruppen 16 - 74 år de siste årene fra 0,5 prosent i 2015 til 0,9 prosent i 2019. Finserås sier at økningen kan skyldes at flere spiller dataspill enn før.