

Joakim Trydal Knapper

Gaming - underholdning eller virkelighetsflukt?

Hva kan en sosialarbeider gjøre i møte med gamingavhengighet?

Gaming - entertainment or escapism?

What can a social worker do when meeting gamingaddiction?

Bacheloroppgave i Sosialt arbeid

Veileder: Bård Smedsvik

Mai 2023

Joakim Trydal Knapper

**Gaming - underholdning eller
virkelighetsflukt?
Hva kan en sosialarbeider gjøre i møte
med gamingavhengighet?**

Gaming - entertainment or escapism?

What can a social worker do when meeting
gamingaddiction?

Bacheloroppgave i Sosialt arbeid
Veileder: Bård Smedsvik
Mai 2023

Norges teknisk-naturvitenskapelige universitet
Fakultet for samfunns- og utdanningsvitenskap
Institutt for sosialt arbeid



Kunnskap for en bedre verden

Sammendrag

Videospill kan representere mye forskjellig. For noen kan gaming være underholdning, en måte å koble av på i en ellers stressende hverdag, og et sted man holder kontakten med fjerne venner. For andre kan gaming være en destruktiv avhengighetsatferd som får negative konsekvenser for den vanlige hverdag. I denne oppgaven skal jeg se på hvordan sosialarbeidere kan møte og håndtere gamingavhengighet gjennom Foucaults teori om institusjonell maktbruk, samt individuell empowerment-teori i lys av Freire. Disse teoriene fungerer som ulike perspektiver for hvordan sosialarbeideren kan *forstå* gamingavhengighet. I tillegg presenteres motiverende intervju (MI) som et virkemiddel for å *håndtere* avhengighetsproblematikken.

Jeg har avgrenset denne oppgaven i en kontekst innen NAV, selv om det er mulig å argumentere for at sosialt arbeid i møte med gamingavhengighet kan forekomme på langt flere områder. En utfordring er at vitenskapelig litteratur med videospill som tema er hovedsakelig basert på individuelle psykologiske fenomener som depresjon og angst. Derfor er denne oppgaven supplert med vitenskapelig litteratur som omhandler NAVs arbeid rundt sosialt utenforskap. På en slik måte blir denne oppgavens virksomhetsområde å sammenfatte disse to innfallsvinklene gjennom teori om makt og empowerment, samt samtalemotodikken motiverende intervju.

Abstract

Videogames can be represented in different ways. For some, gaming constitutes entertainment, a way to relax during stressful days, and a place to keep in touch with distant friends. For others gaming can be a destructive addiction that negatively affects regular everyday life. In this bachelor thesis I explore how social workers can meet and deal with gaming addiction through Foucault's theory about institutional power, and individual empowerment-theory as explained by Freire. These theories represent different perspectives on which a social worker can understand gaming addiction, while motivational interviewing (MI) is presented as a tool that can be used to deal with the phenomena.

This thesis is limited to a context of the Norwegian Labour and Welfare Administration (NAV), even though there is an argument to be made that social work with gaming addiction happens in a lot of different areas as well. One challenge regarding the scientific literature is that the theme videogames is mainly based on phenomena of individual psychology like depression and anxiety. This is why this thesis is supplied with scientific literature about social exclusion and how NAV works with this problem. It is an objective of this thesis to merge these two points of interest through theory of power and empowerment, as well as the conversation methodology motivational interviewing.

Forord

A part of the journey is the end. Og for en reise det har vært. Sosialt arbeid hos NTNU er ikke bare en akademisk studie, men også en personlig utviklingsprosess. Nå står jeg her, ferdig med et kapittel og klar for det neste.

Først, ønsker jeg å takke min veileder Bård Smedsvik for gode og detaljerte tilbakemeldinger.

Både de røde kommentarene og tommelen opp har gitt skrivemotivasjon uten like.

Videre ønsker jeg å rette en takk til min bonusmor Hanne Heiberg Knapper for all tålmodighet og akademisk språkvask.

Takk til bachelorgruppa for de mange arbeidstimer på campus, fylt med både faglig refleksjon og sosialt tull.

Takk til mine gamingkompiser "Scuzzlebutt", "Whipper Snapper", "Shpgooter", "DoraTheXXXplora" og "Tharazoor", som har gitt meg det sosiale avbrekket jeg trengte under en stressende studenttilværelse. Heldigvis ble ikke de sene fredagene for sene. GG.

Men, jeg ønsker spesielt å takke min samboer Nina Aarberg. Du har vist meg utrolig støtte gjennom 2 år med langdistanseforhold.

Trondheim, mai 2023.

Innholdsfortegnelse

Sammendrag	1
Abstract	2
Forord	3
Innholdsfortegnelse	4
1.0 Innledning	5
1.1 Bakgrunn for valg av tema og problemstilling	5
1.2 Definisjoner og begrepsavklaringer	6
1.2.1 Hva er videospill og gaming?	6
1.2.2 Gaming disorder	7
1.2.3 Sosialt arbeid og sosialarbeideren.....	7
1.2.4 NAV	8
1.2.5 NEET	8
1.3 Oppgavens videre oppbygging	9
2.0 Metode	11
2.1 Prosessen rundt litteratursøk	11
2.1.1 Oppstart av litteratursøk.....	12
2.1.2 Systematisk søk	12
2.1.3 Supplerende søk og litteratur	13
2.2 Kildekritikk	13
3.0 Teoretiske perspektiv	17
3.1 Institusjonell makt – Foucault	17
3.2 Empowerment	18
3.3 Motiverende Intervju	19
4.0 Litteraturens hovedtrekk	21
4.1 Gamingavhengighet	21
4.2 NAV, arbeidslinja og utenforskap	23
5.0 Diskusjon	25
5.1 Hensiktsmessig bruk av makt	25
5.2 Empowerment - frigjørende eller belastning?	28
5.3 Hva kan gjøres med gamingavhengighet innen nav i lys av MI?	29
6.0 Avslutning	33
7.0 Referanseliste	35

1.0 Innledning

1.1 Bakgrunn for valg av tema og problemstilling

I en landsdekkende studie gjennomført av Medietilsynet fra 2022, oppga 76% av deltakerne i alderen 9-18 år at de spiller videospill (Medietilsynet, 2022, s.4). I en lignende befolkningsundersøkelse fra 2019, svarte 45,3% av besvarelsene at de hadde spilt dataspill i løpet av de siste 6 månedene (Pallesen et al., 2019, s.95). Videospill som underholdning er derfor noe de aller fleste har ett eller annet forhold til. Tidligere statsminister Erna Solberg forklarer det slik at: "For meg er spilling avslapning, som andre driver med strikking og sudoku-hefter" (Vik, 2022). Likevel er det noe som skjer i overgangsfasen der gaming går fra et sosialt fenomen som underholdning, til å bli et sosialt problem. Pallesen et al. (2019, s.18) beskriver det som en ukontrollert og overdreven trang til å spille, som videreført vil resultere i sosiale og emosjonelle problemer. Hva som kan være drivkraften bak utviklingen av ukontrollert gamingatferd er noe denne oppgaven skal belyse.

Videre dukker det opp et spørsmål om hva det norske velferdssamfunnet egentlig vet om gamingavhengighet som et sosialt problem og psykisk lidelse. I 2019 ble gaming disorder inkludert som en klassifikasjon som psykisk lidelse etter ICD-11, men grunnet i at det er et relativt nytt fenomen som har flere overlappende fenomener med andre typer avhengighetsatferd, er det fortsatt behov for videre forskning for å standardisere fenomenet (WHO, 2023). For eksempel kan det stilles spørsmål rundt kvaliteten og tilgjengeligheten til ulike hjelpetilbud av gamingavhengighet, sammenlignet med rus- og gamblingavhengighet. For hvor godt rustet er egentlig det offentlige til å håndtere gamingavhengighet basert på at det er et så nytt fenomen? Et annet interessant spørsmål er hvilket mandat det offentlige har for å gripe inn. Begge disse spørsmålene skal jeg drøfte i diskusjonskapittelet.

Når jeg har presentert oppgavens tema til mine medstudenter, har reaksjonene vært blanding mellom spent interesse og en spørrende undring. Det var en gjennomgående nysgjerrighet for hva som var det egentlige problemet bak gaming, og spørsmål som "hva er det som har skjedd i gamerens liv for at gaming skal konstitueres som et sosialt problem?" dukket opp. Dette underbygger en mistanke om at det er lite fokus på gamingavhengighet som psykisk lidelse og sosialt problem. Selv om mange har en eller annen form for erfaring med gaming, enten fordi de spiller videospill selv, eller har nær familie som gamer, så er det lite definert hva som vil være en god håndtering av gamingavhengighet. Derfor ønsker jeg i denne

bacheloren å aktualisere gaming som en avhengighetsatferd, og diskutere hva som gjør det så vanskelig å "få tak i" problematikken. Dermed lyder problemstillingen slik:

"Hvordan kan sosialarbeideren på en hensiktsmessig måte håndtere gamingavhengighet, og hvilke utfordringer kan de møte?"

1.2 Definisjoner og begrepsavklaringer

I dette kapitlet presenteres de teoretiske definisjonene av de ulike begrepene slik de er ment å forstås i denne oppgaven.

1.2.1 Hva er videospill og gaming?

I regjeringens dataspillstrategi for 2020-2022 kalt Spillerom, blir dataspill beskrevet som "... interaktive og digitale opplevelser hvor spilleren prøver å løse utfordringer og oppgaver innenfor spillets rammer" (Kulturdepartementet, 2019, s.13). Dataspillstrategien trekker tette linjer mellom dataspill som både underholdning og som en kulturform, der spill kan tilby tilhørighet og felleskap som en sosial interaksjonsarena. Som en kontrast til andre digitale medier som film og tv, inneholder dataspill en dimensjon av aktiv interaksjon, der kultur- og likestillingsminister Trine Skei Grande sier at spilleren må "... ta aktive valg, ta stilling til dilemmaer og møte konsekvensene" (Kulturdepartementet, 2019, s.13). Denne oppgaven kommer derfor til å hovedsakelig avgrense digitale medier til interaktive videospill, og jeg ekskluderer dermed film, serier, reality-tv og sosiale medier. Selv om det helt klart foreligger et argument om at det er en høy grad av overlapp mellom mediene, ønsker jeg i denne oppgaven å legge fokus på den norske velferdsstatens opplevelse av og holdning til videospill.

Når jeg mener begrepet "gamer", vil jeg i denne oppgaven forstå dette som personen som spiller videospill. Samtidig vil det engelske ordet "game" representere verbet "å spille videospill". En gamer kan derfor drive aktiviteten gaming. Å game er noe en gamer driver med.

Som en presisering setter oppgaven et skille mellom videospill og pengespill. Pengespill kan forklares som "... å satse penger eller andre materielle verdier på et bestemt resultat av en hendelse der tilfeldigheter helt eller delvis bestemmer utfallet, og en kan vinne pengepremier eller andre materielle goder" (Pallesen et al., 2019, s.14). Selv om avhengighetsatferd knyttet

til enten gaming eller gambling kan ha flere overlappende fenomener, skal denne oppgaven ekskludere det som ikke er direkte knyttet til gaming. Dette innebærer også å ekskludere "loot-boxes", som er en form for gambling der spilleren kan bruke penger for å vinne tilfeldige premier som brukes innenfor videospillet.

1.2.2 Gaming disorder

Selv om gaming har en hovedsakelig funksjon som å være underholdning, kan det samtidig representere en avhengighetsatferd. Jmfør World Health Organization (WHO) International Classification of Diseases (ICD-11), blir det satt et skille mellom det normale, og hva som kan klassifiseres som en lidelse. Gaming disorder (etter ICD-11 kode 6C51) knyttes til individets manglende kontroll over gamingen til en slik grad at det går negativt utover og får presedens over livets andre daglige aktiviteter. Gamingatferden kan klassifiseres som en lidelse dersom det resulterer i en signifikant svekket fungering innenfor en personlig og sosial dimensjon, samt ha negativ påvirkning innen utdanning og sysselsetting. Dette samsvarer med hvordan Stenseng et al. (2023, s.2) sammenligner gaming disorder med en form for virkelighetsflukt: "... Internet gaming disorder is 'use of Internet games to escape or relieve a negative mood (e.g., feelings of helplessness, guilt, and anxiety)'". Det har også vært diskutert hvorvidt depresjon er årsaken til, eller konsekvensen av ekstremt gamingavhengighet (Liau et al, 2015, s.302). Fungerer gaming som en forsvarsmekanisme og virkelighetsflukt fra hverdagens utfordringer, eller er det en kilde som skaper sosiale problemer? Dette blir videre problematisert Bakken (2020, s.36) som påpeker at det er usikkert om det er psykiske lidelser som fører til at unge voksne sliter med lav mestringsfølelse, eller omvendt.

1.2.3 Sosialt arbeid og sosialarbeideren

Sosialt arbeid er ikke bare en profesjon, men også et fag, der sosialarbeideren i praksis utøver en type hjelpearbeid (Berg et al., 2015, s.19). Sosialt arbeid handler om å gi hjelp basert på sosialfaglige kunnskaper, teorier, verdier og ferdigheter, til mennesker som er i en vanskelig livssituasjon. Ulike sosiale problemer oppstår på ulike nivåer i samfunnet, og det er sosialarbeiderens mandat å redusere, forebygge og forhindre ulike strukturer i samfunnet som skaper utenforskap, marginalisering og ulikhet (Berg et al., 2015, s.19; Fellesorganisasjonen, 2019, s.2).

Den internasjonale sosialarbeiderorganisasjonen IFSW definerer sosialt arbeid som: "... et praksisbasert yrke og en akademisk disiplin som fremmer sosial endring og utvikling, sosial utjevning samt myndiggjøring og frigjøring av mennesker." Dette følger de opp med å skrive at sosialt arbeid engasjerer "... mennesker og strukturer for å møte livsutfordringer og for å bedre mennesker velferd." (Berg et al., 2015, s.21). IFSW sin definisjon av sosialt arbeid viser til bredden av feltet, og dermed er det nyttig med verdimeslige forankringer lagt i grunn av Fellesorganisasjonens yrkesetiske grunnlagsdokument. Her blir det, blant annet, presisert at det er den hjelpetrengendes egne verdier, kunnskaper og ressurser som skal være utgangspunktet i hvordan hjelpearbeidet blir utformet (Fellesorganisasjonen, 2019, s.2). På slik måte er det flere etiske verdier som gir en viss retning, som for eksempel respekt for individets integritet, solidaritet og rettferdighet.

1.2.4 NAV

Det er flere offentlige institusjoner med et samfunnsoppdrag å forvalte den norske velferdsstaten, og en av dem er Arbeids- og velferdsforvaltningen (NAV). Det er NAVs mandat å forvalte velferdstjenester på både statlig og kommunalt nivå, fordelt i et bredt spekter av ulike brukere som er i svært forskjellige livssituasjoner (NAV, 2023). Med dette følger et stort ansvarsområde som favner hele samfunnet. Typiske brukergrupper som NAV arbeider med, er mennesker som kan være i en vanskelig livssituasjon eller ha sosiale utfordringer, deriblant også gamingavhengige. Hvor komplekse og sammensatte disse sosiale problemene er, kan variere, men likevel vil det forekomme et behov for sosial endring hvor NAV kan være en viktig bidragsyter.

1.2.5 NEET

Et samfunn der hovedvekten av innbyggerne opplever en sterk samfunnstilknytning er et godt ideal. Likevel, så kan noen individer oppleve å stå utenfor. Utenforskap er et uttrykk for manglende deltakelse på viktige samfunnsarenaer basert på ulike faktorer som for eksempel arbeidsledighet, manglende utdanning, svekket helse og/eller ugunstig familiesituasjon (Hagaseth, 2019, s.27). NEET-kategorien omfavner de individene som er "Not in Education, Employment or Training" (Hagaseth, 2019, s.27). Dette er en relativt bred gruppe basert på at det kan være helsemessige årsaker eller individuelle ønsker som gjør at personen ikke er i arbeid eller utdanning. I denne oppgaven skal jeg begrense NEET-kategorien, slik at oppgavens fokuspunkt blir på de som er i en overgangssituasjon fra

videregående skole, og til høyere utdanning eller arbeid. Dette er en periode av et ungt menneskets liv som består av mange ulike valg og retninger på både godt og vondt.

1.3 Oppgavens videre oppbygging

Denne oppgaven består av følgende kapitler: Innledning, metode, teoretisk perspektiv, litteraturens hovedtrekk, diskusjon, og avslutning.

I oppgavens første kapittel har jeg innledningsvis forklart bakgrunnen for gaming og dens sosialfaglige relevans. Her har jeg også presentert oppgavens problemstilling og de følgende avgrensningene som rammer inn oppgaven. Videre, i metodekapittelet, redegjøres det for litteratursøk som metode og hvordan jeg har anvendt det i min oppgave. Spesielt søkeprosessen, samt litteraturens validitet og reliabilitet skal kritisk vurderes.

Teorikapittelet gir en innføring av de ulike teoriene, og belyser disse gjennom oppgavens tematikk. Teoriene er valgt ut basert på deres relevans til å adressere oppgavens problemstilling og tema. Deretter vil de generelle hovedtrekkene fra litteraturen bli gjort rede for, etterfulgt av drøfting og refleksjon i oppgavens diskusjonskapittel. Avslutningsvis oppsummerer jeg oppgaven i lys av problemstillingen.

2.0 Metode

Dette kapitlet omhandler metoden som er benyttet, fremgangsmetodikk, samt metode- og kildekritikk. Metode kan beskrives som et redskap man anvender for å samle inn det datamaterialet og den informasjonen man trenger for en undersøkelse (Dalland, 2021, s.54). Basert på oppgavens rammer vil jeg bruke systematisk litteratursøk for å innhente kvalitative og kvantitative datamateriale fra tidligere forskning for å svare på oppgavens problemstilling. Dette kan sammenlignes med Dalland sine beskrivelser av en litterær oppgave som hovedsakelig baserer seg på allerede eksisterende litteratur og forskning (2021, s.199). Litteratursøk er en form for sentralisering av data fra ulike kilder for å belyse et bestemt fenomen. Tjora forklarer litteraturstudie som en metodologisk tilnærming som handler om å forstå virkeligheten gjennom tekst (2021, s.196).

Ulike kvalitative og kvantitative metoder har flere fordeler og ulemper. Dette inkluderer også litteratursøk som en metode. Dalland (2021, s.57) beskriver metodekritikk som en vurderingsprosess der man veier fordeler og ulemper opp mot hverandre sammenlignet med andre alternative metoder. Når det kommer til litteraturstudie, er en fordel med metoden at den er godt egnet for å innhente informasjon fra ulike sider (Dalland, 2021, s.213). På den andre siden påpeker Dalland også at forskeren må være bevisst over hvordan man trekker en tråd mellom behandling og analyse av innsamlet data, til det fenomenet som skal diskuteres (Dalland, 2021, s.60). Her blir det understreket at alle undersøkelser har en svakhet basert på at forskeren kan ha et snevert fokus som følger egen forforståelse, istedenfor objektiv nøytralitet. Det jeg må være bevisst over undervis i løpet av oppgaven, er for eksempel hvordan jeg velger å tolke og diskutere teorien i relasjon til funnene fra litteraturen.

For å sikre god kvalitet i den metodiske fremgangsmåten må forskeren sørge for at innsamlet data har tilstrekkelig validitet og reliabilitet. Validitet beskriver datamaterialets relevans for det fenomenet som skal undersøkes, og om man kan trekke gyldige slutninger ut av det (Dalland, 2021, s.43). Videre skriver Dalland at reliabilitet viser til pålitelighet, og handler om at målingene gjøres på korrekt måte med en viss stabilitet i resultater. Dette beskrives i kapittel 2.2.

2.1 Prosessen rundt litteratursøk

Jeg har i denne teoretiske oppgaven benyttet innledende søk parallelt med utformingen av oppgavens problemstilling. Dette etterfølges av systematiske litteratursøk som benytter

allerede eksisterende forskning for å belyse oppgavens problemstilling best mulig. Jeg har benyttet ulike materialtyper som kildemateriell innhentet gjennom supplerende søk for å finne annen relevant litteratur som gir ytterligere perspektiver.

2.1.1 Oppstart av litteratursøk

Jeg satt med en forutantakelse om hvordan gamingavhengighet påvirker individets tilknytning til arbeidslivet, og startet derfor med innledende søk for å skaffe overblikk over tilgjengelig informasjon. Dette samsvarer med det Dalland skriver, at det trengs forskning og litteratur først i arbeidet mot en problemstilling (2021, s.191). Litteraturen jeg leste på et tidlig tidspunkt i søkeprosessen har blitt brukt som inspirasjon for hvilken retning jeg ønsket denne oppgaven skal ta, og hvilke søkeord som oppleves som relevante for videre søk. Fra det innledende søket har jeg brukt Spillerom sin dataspillstrategi 2020-2022 og Stenseng et al., sin artikkel fra 2023.

Før selve litteratursøket begynte, lagde jeg et PICO-skjema for å systematisere og strukturere prosessen. PICO-skjema er et verktøy som skal bidra til at problemstillingen blir tydelig og presis ved å klargjøre ulike elementer som populasjon, intervensjon og kontekst (Helsebiblioteket, 2021). Søkeordene som jeg fant mest sentrale i denne oppgaven kombineres på ulike måter avhengig av typen litteratur jeg har ønsket å finne frem. Jeg har brukt ulike kombinasjoner av "gaming", "utenforskap", "arbeidsledighet", "videospill", "NAV", "NEET", "ungdom" og "avhengighet". Disse søkeordene ble brukt med og uten trunkering, som er en søkemethode som bruker stammen til ordet og inkluderer derfor flere ulike endelser på ordet (Helsebiblioteket, 2021). Dette gir meg et bredere spenn av treff, noe som igjen setter høyere krav til vurdering av kildens relevans for denne oppgaven.

2.1.2 Systematisk søk

Jeg har hovedsakelig benyttet meg av Oria, basert på at det er en database som innhenter litteratur fra flere ulike databaser, som for eksempel Idunn. I løpet av de tre første ukene i mars har jeg hatt tre systematiske litteratursøk. Jeg opplevde at denne databasen gir tilstrekkelig antall treff, men har gjort sammenligninger med treffene fra Idunn. Jeg satt noen kriterier om å kun inkludere fagfelleverderte artikler som ikke er eldre enn 2010 for å sikre høy vitenskapelig kvalitet, og begrunner dette med at strukturert litteratursøk kjennetegnes av effektiv bruk av avgrensninger for å unngå å drukne i informasjon (Dalland, 2021, s.148). Basert på at gaming er et relativt nytt fenomen som er i rask utvikling, er det sentralt at

utvalgt litteratur ikke er for gammel slik at den kan vurderes som representativ for dagens samfunn. Videre, er artikler som ikke er skrevet på norsk eller engelsk ekskludert. Fra det systematiske søket er 4 artikler inkludert.

Som en metodisk refleksjon rundt eget arbeid, har det vært vanskelig å finne artikler som omfatter kombinasjonene av gaming og hvordan NAV håndterer gamingavhengighet. Dette forklares ved at det er lite forskning på området. Ofte relateres artiklene om gaming til det psykologiske aspektet som for eksempel depresjon og angst. Artikler knyttet til NAV omhandler hovedsakelig hvordan arbeidsledighet generelt håndteres. En utfordring har derfor vært å koble temaene sammen, samtidig som reliabiliteten og essensen blir ivarettatt. Det har derfor vært ekstra viktig å drøfte de ulike perspektivene godt i sammenheng. Dette gjøres i kapittel 5.

For å kritisere egen litteratursøk-prosess, ønsker jeg å påpeke viktigheten av forskningsetisk nøytralitet. Det kan stilles spørsmål om jeg har innhentet bredt nok vitenskapelig grunnlag om oppgavens tema, basert på at dette er første gang jeg gjennomfører et slikt prosjekt. For å sette et eksempel har søkeprosessen vært preget av forutantakelser om hva som er relevant til oppgavens tema, gaming. Dette vil utdypes i kapittel 2.2.

2.1.3 Supplerende søk og litteratur

Både Dalland og Tjora forklarer at gjennom ekstra supplerende litteratursøk, kan man videre utfylle oppgaven med informasjon, noe som bidrar med flere ulike perspektiv (Dalland, 2021, s.212-213; Tjora, 2021, s.201). Derfor har jeg inkludert tidligere pensumlitteratur fra Hanne Glemmestad og Lise Cecilie Kleppe – *Arbeidsinkludering i sosial arbeid*. Jeg bruker boken som støttelitteratur til generell informasjon om den norske velferdsstaten, NAV og prinsipper innen arbeidsinkludering. Videre blir supplerende søk brukt for å innhente ytterligere informasjon knyttet til gaming, som for eksempel Dataspillstrategien fra kulturdepartementet og artikkelen til Øvrebø & Ruud (2023). Enkeltsøk har blitt benyttet for å finne Fellesorganisasjonens yrkesetiske grunnlagsdokument og diverse nyhetsartikler.

2.2 Kildekritikk

Dalland beskriver kildekritikk som en prosess der man kritisk vurderer kildens brukbarhet (2021, s.140). Blant annet må forskeren vurdere kildens egnethet til å belyse oppgavens problemstilling på en relevant måte. Videre handler kildekritikk om kildene kan betegnes

som troverdige, altså om en kilde fra et forskningsetisk perspektiv er til å stole på. Dette samsvarer med de tidligere definerte begrepene om validitet og reliabilitet (Dalland, 2021, s.43).

En svakhet med denne oppgaven er basert på litteraturens generaliserbarhet og overføringsverdi. Hvordan et samfunn ser på og definerer gamingavhengighet som et sosialt problem kan variere mellom kulturer. For eksempel er artikkelen til Liao et al. (2015) basert på en longitudinell studie gjort i Singapore som undersøker hvordan digitale spill kan påvirke barn og unge voksne både positivt og negativt. Et spørsmål som da dukker opp, er hvorvidt studien er mulig å generalisere til unge voksne i en norsk kontekst. Dette blir også aktualisert i selve artikkelen: "The present study was conducted in an Asian country, and hence further cross-national research is needed to improve the generalisability of the results" (Liao et al., 2015, s.307). Likevel ønsker jeg å forsvare inklusjonen av artikkelen basert på at den selv påpeker at "the prevalence of pathological gaming is similar to that in other countries [...] and the effects of prosocial and violent video-gaming are similar to other countries" (Liao et al., 2015, s.307).

Artikkelen til Stenseng et al. (2023), som blir brukt i oppgaven, er fra en studie gjort i norsk kontekst. Men, likevel kan den presentere noen utfordringer med tanke på overføringsverdien den besitter. Artikkelen baserer seg på en studie for å måle subjektiv well-being basert på individets grad av fysisk aktivitet. Stenseng et al. (2023) vurderer ulike former for virkelighetsflukt gjennom en type aktivitet, som gaming og jogging, som er relevant for denne oppgaven. Likevel er det mulig å stille seg kritisk til hvorvidt datamaterialet kan generaliseres for å være tilpasset min problemstilling. Jeg forsvarer bruken av denne artikkelen basert at Stenseng et al. skriver: "Results were in accordance with previous findings in other activities, such as leisure activities in general, swimming, cycling and streaming [...] thus supporting the applicability of the Escapism scale across a variety of activities" (Stenseng et al., 2023, s.6).

Litteraturen fra Bakken (2020), Øversveen & Forseth (2018) og Simson (2016), bruker alle NAV som kontekst. En utfordring med dette er at det sosialfaglige perspektivet kan bli snevert. Sosialt arbeid med gamingavhengighet kan forekomme på langt flere områder enn bare NAV, og dermed kan tilnæringsstrategier utfolde seg på ulik måte. Likevel holder

artiklene sitt fokus på ulike måter NAV-brukere opplever utfordringer og utenforskap, noe som vurderes som relevant for å besvare denne oppgavens problemstilling.

3.0 Teoretiske perspektiv

I dette kapittelet gjør jeg rede for ulike teori som jeg mener er relevant for å svare på oppgavens problemstilling. Dette inkluderer teori om institusjonell maktbruk i lys av Foucault, samt individuell empowerment som forstått av Freire. Kapittelet avsluttes ved å gjøre rede for motiverende intervju (MI) som en samtalemetodikk i møte med ambivalens.

3.1 Institusjonell makt – Foucault

Makt er ikke et ensartet begrep. Men, selv med mange ulike perspektiver på hva makt kan innebære, kan en forenklet forklaring på begrepet være at "... makt gir noen muligheter til å påvirke andres handlinger, slik at andre gjør noe de ellers ikke ville ha gjort" (Tøssebro & Berg, 2015, s.238). Makt er derfor noe som kan forstås som et forhold mellom noe, enten det er individer, institusjoner eller samfunnsstrukturer. Et eksempel kan være NAV sin maktposisjon over den gamingavhengige. Her vil en institusjon ha muligheten til å påvirke et individ som faller innunder NEET-kategorien til å delta i tiltak, eller gi økonomiske sanksjoner som følge av manglende deltakelse.

Makt behøver ikke være et negativt fenomen i seg selv, men kan heller sees på som et verktøy for å få endring til å skje. Slik den franske filosofen Michel Foucault forklarte makt, som skapt gjennom kunnskap, kan den være en kraft som NAV kan bruke for å bidra til endring ved å hjelpe mennesker til å mestre sine omgivelser eller til å endre uheldige samfunnsforhold (Kleppe, 2015, s.129). Dette kan sammenlignes med hvordan makt blir beskrevet i Fellesorganisasjonens yrkesetiske grunnlagsdokument for sosialarbeidere: "Profesjonsutøveren fatter beslutninger og foretar vurderinger som kan få store konsekvenser for brukerens liv. Tiltak kan være uønsket av brukeren selv" (Fellesorganisasjonen, 2019, s.10). Sosialarbeideren må vise varsomhet når det kommer til å bruke makt for å unngå undertrykkende misbruk som kan bryte med de yrkesetiske retningslinjene.

Det kan være lite som skiller positiv og negativ bruk av makt. Utgangspunktet for Foucault sin maktanalyse er at makt er noe produktivt. Dette kan forstås som at makt "... får menneskene til å oppføre seg på bestemte måter snarere enn å hindre dem i å oppføre seg på andre" (Askheim, 2012, s.85). Utøvelsen av makt er fortsatt til stede, men heller som et verktøy for å muliggjøre istedenfor å forhindre. Det er slik Foucault presenterer pastoral makt, som viser til at makt ikke utøves gjennom en repressiv kontroll, men gjennom

veiledning og omsorg (Askheim, 2012, s.85). For å koble dette til sosialt arbeid, vil det da være NAVs rolle å veilede brukeren i en positiv retning samtidig som man tar vare på brukeres selvstendige ønsker.

For å utdype maktbegrepet ytterligere, er det verdt å inkludere hvordan Foucault så på sosial kontroll og ulike typer avvik fra "normalen", slikt som psykiske helseproblemer og kriminalitet. I sin bok fra 1961, *Galskapens historie*, beskriver han hvordan hjelpeapparatet innen psykisk helse forsøker å kontrollere, behandle og systematisk disiplinere avvik som psykisk sykdom (Tøssebro & Berg, 2015, s.236). Basert på at kunnskap er i et sammenkoblet forhold med makt, kan dette føre til grove brudd på etiske retningslinjer dersom profesjonsutøvere innad en institusjon ikke har tilstrekkelig kunnskap om hvordan effektivt behandle psykisk sykdom. Her er det mulig å trekke en tråd til NAV sin maktbruk overfor gamingavhengige som faller innunder NEET-kategorien

3.2 Empowerment

Som supplement til et institusjonelt perspektiv av makt, kan empowerment bidra med et individorientert perspektiv for å belyse oppgavens problemstilling. Det er tre ulike tilnærminger for individorientert empowerment, som har fellestrekk om å styrke individets ressurser og indre styrke utenfor en kontekst av samfunnets strukturer (Askheim, 2012, s.35). Disse tre er markedsbasert konsumentorientering, empowerment som terapeutisk tilnærming og individuell selvrealisering. Denne oppgaven legger hovedvekt på den siste.

Begrepet empowerment kan knyttes til det å stå i en avmaktsposisjon, og prosessen for å komme seg ut av denne posisjonen. Askheim (2012, s.12) oversetter og definerer begrepet som en mobilisering av kraft for å komme seg ut av avmakten gjennom selvstyring og kontroll over eget liv. Dette kan sammenlignes med hvordan Paulo Freire forstår begrepet. Freire setter strukturelle forhold i fokus, og at de dominerte individene i en avmaktsposisjon er ofre for økonomisk, politisk og sosial undertrykkelse (Askheim, 2012, s.21). På en slik måte danner individet seg en subjektiv virkelighetsforståelse om undertrykkelse, der konsekvensen er at man er sin egen undertrykker.

Empowerment som individuell selvrealisering legger individets livsverden i sentrum (Askheim, 2012, s.42). Dette innebærer at opplevelsen av avmakt reduseres ned til individuelle mentale fenomener, noe som kan løses gjennom selvrealisering. I praksis kan

dette betyr positiv tankegang, sunt kosthold og høyt aktivitetsnivå som strategi for å manifestere frem økt selvtillit og selvfølelse. Tanken bak individuell selvrealisering er at individet har ansvar for egen livssituasjon og hvor godt man har det med seg selv (Askheim, 2012, s.60). Fra et perspektiv av sosialt arbeid kan en slik tilnærming virke mot sin hensikt, for sosialarbeiderens arbeidsmandat inkluderer også strukturelle sosiale forhold som kan fungere som en barriere for utenforskap (Askheim, 2012, s.70).

3.3 Motiverende Intervju

Institusjonell makt og individuell empowerment presenterer teoretiske innfallsvinkler for hvordan det er mulig å forstå gamingavhengighet. Som supplement vil MI presentere en tredje sosialfaglig innfallsvinkel. MI er et konkret virkemiddel som sosialarbeideren kan bruke som støtte for å håndtere utfordringer knyttet til endring.

MI er ikke en teori, men en samtalemetode som brukes i behandlingen av, rådgivning til og støtte for mennesker som ønsker å gjøre en endring, men opplever det som vanskelig (Barth et al., 2013, s.13). Rådgivningsmetoden har sin oppstand fra Bergen i 1982, der den amerikanske forskeren William Teller arbeidet med endringsmotivasjon knyttet til pasienter med alkoholproblematikk og lettere psykiske lidelser. Siden den tid har metoden utviklet seg med en tydelig definert samtaleteknikk innen praktisk behandling, og brukes blant annet av Stavanger universitetssykehus. Siden januar 2021 har unge mellom 15 og 30 år fått behandling for gamingavhengighet ved polikliniske samtaler (Klingenberg, 2020). Behandlingen består av samtale- og atferdsterapi bygget på motiverende intervju og kognitiv atferdsterapi, der målet er å undersøke hvilken funksjon gamingen har for individet og graden av motivasjon for å gjennomføre forandring (Klingenberg, 2020).

Tanken bak MI er å utforske brukerens opplevelse av ambivalens. Ambivalens blir beskrevet som en sinnstilstand der man opplever motstridende følelser eller holdninger til noe (Barth et al., 2013, s.77). Som en prosess for å utforske ambivalens, vil brukeren presentere argumenter for og mot å gjennomføre en livsstilsendring, som også blir kalt endringsnakk (Barth et al., 2013, s.111). For å knytte dette til et eksempel, kan et individ på den ene siden ønske å slutte med gaming, og bruker positive endringsargumenter om at gaming får negative konsekvenser for skolepresentasjoner og sosialt liv. På den andre siden kan argumenter om at gaming er underholdende og gir mestringfølelse være opprettholdes-argumenter for å fortsette gamingatferden. Følelsen av ambivalens peker til at det er samtidige positive og

negative sider ved å gjennomføre livsstilsendringer. Her vil Barth et al. (2013, s.112) påpeke at det brukeren selv som skal presentere de ulike argumentene, for om sosialarbeideren kommer med alle endringsargumentet for brukeren, gjenstår det kun opprettholdelsesargumenter igjen å ta. Tanken er at argumenter for livsstilsendring skal være selvmotiverende ytringer.

4.0 Litteraturens hovedtrekk

Dette kapittelet presenterer hovedtrekkene i den valgte litteraturen. Datamaterialet stammer fra fem vitenskapelige artikler, og er fordelt mellom to ulike underkapitler med hvert sitt perspektiv til oppgavens tema. Det ene perspektivet handler om gaming-dimensjonen, der artiklene fra Liau et al. (2015) og Stenseng et al. (2023) legger grunnlaget for videre diskusjon. Videre, for å kunne beskrive hvordan NAV arbeider med unge voksne som opplever utenforskap og lav tilknytning til arbeidslivet, samt hvilke utfordringer NAV-ansatte kan oppleve i møte med denne gruppen, gjør jeg en generell oppsummering av Bakken (2020), Øversveen & Forseth (2018) og Simson (2016).

Basert på det faktum at det har blitt gjort lite forskning om hvilke rutiner og prosedyrer NAV har implementert i møte med gamingavhengighet, samt hvordan ulike rutiner fungerer direkte for å bedre opplevelsen av gaming disorder, vil ikke den vitenskapelige litteraturen som er inkludert i denne oppgaven overlape hverandre på en komplett måte. Dette betyr at funnene som presenteres i dette kapittelet kan tolkes på flere måter. Likevel, vil det være min oppgave å besvare oppgavens problemstilling basert på de funnene som blir presentert her.

Felles for funnene er fokus på ungdom og unge voksne, men aldersspenn varierer noe. Artiklene bruker også ulik definisjon av NEET-kategorien som for eksempel å enten inkludere eller ekskludere de med fullført videregående utdanning.

4.1 Gamingavhengighet

I korte oppsummerende trekk peker to av de utvalgte artiklene på ulike årsaker til, samt funksjonen av, gaming. Datamaterialet fra Stenseng et al. (2023) er basert på en kvantitativ tverrsnittstudie, og er forskning på effekten av fysisk aktivitet. Artikkelen trekker tråder mellom treningsavhengighet og gamingavhengighet: "Exercise dependence, and in this case in relation to running, shares similarities with other types of addictions. It shares psychological aspects commonly related to non-substance addictions, such as problematic gaming and social media behavior" (Stenseng et al., 2023, s.7). Dette blir eksemplifisert gjennom individers behov for *escapism*. Fenomenet *escapism* kan forklares som en aktivitet, gjerne i form av ulik underholdning som hjelper individet å unngå eller glemme kjedelige eller ubehagelige ting (Stenseng et al., 2023, s.2). Det er dermed mulig å si at det er flere aspekter bak virkelighetsflukt, men denne oppgaven kommer til å legge sitt fokus på at gaming kan ha en funksjon som *escapism*.

Videre, viser datamaterialet til Liao et al. (2015) at det er en årsakssammenheng mellom gaming disorder og ulike beskyttelsesfaktorer. Liao et al. (2015, s.302) forstår dette som ulike faktorer som bidrar på en positiv måte for å vegre mot skadelig gamingavhengighet (Liao et al., 2015, s.302). Forskningen er basert på en longitudinell spørreundersøkelse, gjort i tre stadier som følger barn og ungdom over tid. Det samlede datamaterialet viser til at en faktor som kan bidra til å redusere gamingavhengighet er personlig styrke. Dette er knyttet til individets evne til emosjonell bevissthet og regulering, samt sosial kompetanse (Liao et al., 2015, s.306). Her blir det også presisert at individets evne til å selv-regulere egen atferd er viktigere enn motivasjons-basert regulering av problematisk gamingatferd. "Hence, self-regulatory processes are essential in allowing video-gaming to be a harmless and enjoyable pastime rather than a destructive preoccupation" (Liao et al., 2015, s.306). Dette samsvarer også med Stenseng et al. (2023, s.2), som poengterer at individets evne til selvrefleksjon kan skape en mengde grubletanker over egen mislykkethet, slik at gaming blir brukt som en ødeleggende virkelighetsflukt for å unngå vonde tanker. En konklusjon som kan trekkes ut fra datamaterialet er at individets psykologiske evne til å regulere egne emosjoner og atferd er sentralt for at gaming enten er en destruktiv avhengighetsatferd eller ikke-skadelig underholdning.

Artikkelen trekker også frem gamerens familienettverk som viktig når det kommer til å redusere de mulige negative konsekvensene av gaming disorder. Familiefaktorer slikt som et nært foreldre-barn forhold og et trygt miljø innad familien er beskyttelsesfaktorer mot skadelig gamingavhengighet (Liao et al., 2015, s.306). Studien indikerer at det ikke er foreldrenes direkte involvering i ungdommens gamingatferd som er utslagsgivende for skadelig gamingavhengighet, men at det heller er et trygt familiemiljø på et generelt grunnlag som bidrar til å redusere de mulige konsekvensene av gamingavhengighet. Mindre påført stress fra familien fører til redusert behov for at ungdommen bruker gaming som en form for escapism. En sunn og positiv familiedynamikk representerer familiens muligheter til å tilby ungdommen varierte sosiale- og fritidstilbud, noe som kan virke forebyggende mot gamingavhengighet (Liao et al., 2015, s.303).

4.2 NAV, arbeidslinja og utenforskap

Et gjennomgående trekk fra litteraturen er opplevelsen de unge voksne har i møte med NAV. Enten det er følelsen av egen mislykkethet og manglende evne til å takle hverdagens krav, eller følelsen av mye overvåkning og kontroll fra det offentlige hjelpeapparatet.

Å være ung voksen som står utenfor utdanning og/eller skole oppleves som en svært sårbar posisjon å være i for den enkelte (Øversveen & Forseth, 2018, s.9; Simson, 2016, s.248). Ikke bare innebærer utenforskap manglende deltakelse innen sosiale arenaer, men også en svekket økonomisk situasjon, som kan føre til ytterligere marginalisering. Dette blir støttet av Bakken (2020, s.28), som skriver at "Ungdomstiden representerer en overgangsfase som kan være ekstra vanskelig for unge som har problemer av ulik art". Det å fullføre utdanning, etablere seg i arbeidsmarkedet, skaffe egen bolig og flytte fra familie er noen av faktorene som blir trukket frem som belastende krav for den unge voksne. For denne gruppen er utenforskap fra arbeidsmarkedet ekstra belastende fordi inaktivitet og manglende arbeidserfaring begrenser fremtidige muligheter (Bakken, 2020, s.28; Simson, 2016, s.248).

Av denne grunn blir det å være selvforsørget gjennom deltakelse i arbeidslivet satt sentralt. Prinsipper og målsetninger satt av arbeidslinja kan på den ene siden tolkes som overfokuserende på individualiserende faktorer og disiplinerende (Øversveen & Forseth, 2018, s.6). Men, samtidig på den andre siden, kan arbeidslinja være et viktig verktøy for å få flere i arbeid og aktivitet og færre på trygd (Bakken, 2020, s.29). Uansett trekkes funnene fra artiklene linjer til at arbeidsdeltakelse er normen, mens det å motta ulike former for økonomisk støtte fra NAV ansees som avvik (Bakken, 2020, s.31; Øversveen & Forseth, 2018, s.13). Videreført blir det aktualisert et poeng om at ulike arbeidsrettede tiltak i regi av NAV er viktige virkemidler for å forhindre utstøtning i arbeidslivet (Simson, 2016, s.252).

Likevel kan virkemidler fra NAV, som for eksempel arbeidsmarkedstiltak, bli kritisert. Det blir rettet bekymringer for at økonomiske ordninger fra NAV har en effekt som låser de unge i en trygdeordning (Bakken, 2020, s.28). En slik innlåsnings-effekt blir også problematisert av Simson når det kommer til å delta på ulike arbeidsmarkedstiltak som arbeidspraksis, opplæringstiltak eller lønnstilskudd: "mens tiltaket/vikarjobben pågår kan ungdommene ha mindre tid til å søke ordinære jobber, og dermed ha lavere sannsynlighet for å komme i jobb" (Simson, 2016, s.252). Likevel vil sannsynligheten for å få jobb eller starte utdanning øke ved fullført deltakelse på ulike tiltak. En annen effekt av tiltak som blir tatt opp av litteraturen blir

presisert av Øversveen & Forseth, som påpeker at unge voksne ikke alltid opplever at tiltak hjelper dem mot å nå målet om arbeid eller utdanning (2018, s.11). Her blir tiltak i regi av NAV beskrevet som påtvunget, og at manglende deltakelse blir straffet i form av reduksjon av økonomisk støtte.

Tett oppfølging blir beskrevet av litteraturen på ulike måter. På den ene siden blir tett oppfølging beskrevet som en positiv funksjon som er hensiktsmessig for å sørge for at brukere får god oppfølging med høy kvalitet (Bakken, 2020, s. 34). Dette blir ansett som nødvendig når unge mennesker opplever komplekse og sammensatte sosiale problemer, noe som krever oppfølging over lengre tid for å løse. På den andre siden blir tiltak som legger opp for tett oppfølging, eksempelvis arbeidsmarkedstiltak som arbeidspraksis og opplæringstiltak, også kritisert for å være overvåkende (Simson, 2016, s. 250). Dette blir også poengtert av Øversveen & Forseth (2018, s.19) som skriver at velferdsidealet om at hjelpen skal gå til de som trenger det mest, fører igjen til at de svakeste gruppene i systemet blir utsatt for det mest omfattende målings- og kontrollregimet.

5.0 Diskusjon

I oppgavens teori- og litteraturkapittel har jeg gjort rede for ulike aspekter av gamingavhengighet og opplevde sosiale problemer som for eksempel utenforskap. Basert på dette vil jeg i det følgende kapittelet diskutere de teoretiske hovedtrekkene opp mot hverandre i relasjon til utfordringene som kan oppstå for en sosialarbeider i møte med gamingavhengighet i tråd med oppgavens problemstilling.

5.1 Hensiktsmessig bruk av makt

Arbeidslinja gir føringer. Veiledere i NAV blir styrt av disse politiske rammebetingelsene mot en retning av at flest mulig skal være sysselsatt, og aktiviserende virkemidler skal tilbys til de som står utenfor (Øversveen & Forseth, 2018, s.6). Dette påvirker møtet med den gamingavhengige brukeren, for det kan stilles spørsmål om hva som er hensiktsmessig bruk av makt fra NAV sin side. På den ene siden sier Foucault at makt kan brukes som et positivt redskap (Askheim, 2012, s.85), mens på den andre, kan den gamingavhengige brukerens opplevelse av tiltak være påtvunget (Øversveen & Forseth, 2018, s.11). Et interessant poeng blir presentert av Askheim som kritiserer empowerment for å være en strategi som gir et dårligere hjelpetilbud i selvbestemmelsens navn (Askheim, 2012, s.155). Selv om maktforholdet mellom NAV-veileder og brukeren er asymmetrisk, kan den gamingavhengige være i en slik posisjon som gjør hen avhengig av profesjonell hjelp. På denne måten kan det argumenteres om at umyndiggjørende hjelp kan vurderes som etisk forsvarlig. Å stille krav om aktivitet eller deltakelse på tiltak kan ha ulike fordeler og ulemper, og burde dermed utøves i et balanseforhold mellom hensiktsmessig videreutvikling og unødvendig tvang.

For å inkludere en dagsaktuell sak, så blir en lignende utfordring tatt opp i en kronikk fra NRK, der to foreldre opplevde at deres 13-år gamle barn hadde rusproblemer (NRK, 2023). Hovedpoenget kronikken tar opp er om barnets stemme burde vektlegges på bekostning av deres liv og helse dersom barnet selv ønsker det. Hvor grensen går mellom individets egen selvbestemmelse og NAVs institusjonelle maktbruk er vanskelig å svare på. Men, gjennom Foucault er det mulig å forstå bruken av makt som et verktøy (Tøssebro & Berg, 2015, s.236). For å overføre disse poengene til en kontekst av NAV og gamingavhengighet, ønsker jeg å understreke funksjonen av skjønnsvurderinger. I møte med gamingavhengighet kan det være utfordrende å peke direkte på hva som er den underliggende utfordringen. Det kan være et bredt spenn av komplekse og sammensatte

problemer, som familiekonflikt, dårlige presentasjoner på skolen eller lav selvfølelse (Liau et al., 2015, s.302). Dette er alle risikofaktorer som har en oppbyggende effekt, der resultatet kan være beskyttelsesatferd i form av gaming som et middel for å redusere den gitte belastningen (Stenseng et al., 2023, s.2). Derfor burde NAV-veiledere i stor grad bruke skjønnsvurderinger tilpasset hvert enkelt individ, siden de ulike situasjonene kan variere bredt. Lignende skjønnsvurderinger burde også finne sted når det skal vurderes i hvilken grad den enkelte bruker skal medvirke i egen sak. Er det alltid slik at selvbestemmelse skal trumfe, når det kan konstituere negative utfall for ens egen helse? "Vi tvangsbehandler nemlig ikke barn i dette landet. Og vi låser ikke dører. Da lar vi heller barnet ruse seg i hjel – *hvis det er det barnet vil.*" (NRK, 2023).

I stortingsmelding nr.33 (2015-2016) *Nav i en ny tid – for arbeid og aktivitet*, blir det presentert ulike tiltak som er ment for å løse noen av utfordringene samfunnet står ovenfor, som blant annet utenforskap fra arbeidslivet. Et av tiltakene presentert er økt digitalisering av NAV sine tjenester. En utfordring med dette er den økte distansen mellom NAV-veileder og bruker, som skapes av nettbaserte løsninger. Gjennom strengere byråkratiske rammer skapt av en digital arbeidsflyt, kan dette gi mindre rom for å utøve skjønn i enkelte saker, fordi det blir satt byråkratiske krav til innhold i ulike vurderinger og tiltak NAV fatter. Det blir mer standardiserte spørreskjema enn sosialfaglige skjønnsvurderinger. En lignende utfordring blir tatt opp av Øversveen & Forseth, som skriver om en av deres intervjusubjekter som ikke fikk sitt frivillige arbeid ved et kontaktsenter godkjent av NAV som aktivitet (2018, s.11). Det var NAV sin vurdering som fikk gjennomslag over hva brukeren skal gjøre i sitt daglige liv under dagpengeperioden. På en måte kan dette tolkes som at brukere av NAV skal følge deres kommando prisgitt at de mottar hjelp, noe som setter brukeren i en svekket maktposisjon. Slike sterke byråkratiske rammer som tillater liten bruk av skjønn, kan bli utfordrende i møte med gamingavhengighet. Digital distanse gir lite rom for NAV-veileder å skaffe et helhetlig og detaljert overblikk over gamerens faktiske situasjon. Kanskje mister man noe av den personlige kontakten, noe som gjør at NAV-veileder ikke forstår, og brukeren føler seg misforstått.

Et aspekt som må vurderes er effekten av tiltak som tilbys sammenlignet med hvor belastende det er for ungdommen å delta. Simson et al. (2016, s.250) skriver at tiltak som fokuserer på jobbsøkerprosessen, samt innebærer en form for overvåkning, viser mest lovende resultater for fremtidig sysselsetting. På den andre siden kan man argumentere med at dette legger

uhensiktsmessig press på den gamingavhengige. Øversveen & Forseth trekker inn et poeng om at de svakeste brukere blir utsatt for mer omfattende kontroll og målstyring enn andre (2018, s.20). På en slik måte kan det stilles et spørsmål om hvilken grad av kontroll og makt som burde utøves fra NAV sin side. Ved å legge til grunn Foucaults tanker om ulike sosiale avvik jamfør *galskapens historie*, burde NAV utvise forsiktighet i møte med sosiale problemer som er lite forsket på. For sterk utøvelse av makt i møte med gamingavhengighet kan konstituere negative konsekvenser vi ikke er bevisste over enda. Gamingatferden kan bli forsterket som escapism som følge av overveldende press fra NAV om tiltaksdeltakelse.

Gaming disorder er tett knyttet til andre psykiske lidelser som depresjon og sosial angst (WHO, 2023; Liau et al., 2015, s.303). Dette setter den gamingavhengige i en sårbar posisjon, som fører til at det er "... mange ungdommer som synes at å dra til åpne møteplasser eller å benytte seg av andre gamingrelaterte tilbud blir for krevende" (Øvrebø & Ruud, 2023, s.50). Den "ytre verdenen" kan oppleves som skremmende og krevende å navigere seg i, slik at det er en form for dørstokkmil å stige ut av den digitale verdenen til det virkelige samfunn. Basert på at det er sammensatte psykiske problemer som kan fungere som en mulig hindring for deltakelse på NAV, er det viktig at ansatte i NAV er bevisste over de utfordringene den gamingavhengige opplever. Det at den gamingavhengige ikke deltar på møter eller tiltak, eller ikke alltid tar telefonen trenger ikke alltid begrunnes i latskap eller lite motivasjon, men kan heller forklares gjennom komplekse psykiske utfordringer. Tiltaket treffer ikke brukerens behov. Derfor burde det å være i NAV sitt system oppleves som en trygghet, ikke som en belastning, og det kan dermed stilles spørsmål rundt hva som er hensiktsmessig bruk av sanksjoner når bruker stiller seg motvillig mot ulike arbeidsmarkedstiltak. Men, dette viser seg å ikke alltid være lett i praksis. Øversveen & Forseth beskriver at arbeidsevnevurderinger inneholder svært omfattende krav til dokumentasjon for å vurdere og avklare arbeidsevnen til arbeidsledige: "... kartlegges gjennom avklaringer, samtaler, arbeidspraksiser og lignende. Her vil ikke bare utdanning og tidligere arbeids-erfaring være relevant, men også helsetilstand, økonomiske forutsetninger, boforhold, og så videre" (2018 s.19). Dette er alle faktorer som kan representere en følelse av mislykkethet om forholdene ikke er slik de burde være. Videreført kan dette oppleves som overbelastende for den gamingavhengige, for det stilles for mange krav til aktivitet fra individet, som igjen kan resultere i escapism som beskyttelsesatferd (Stenseng et al., 2023; Liau et al., 2015, s.302).

5.2 Empowerment- frigjørende eller belastning?

Å falle inn under NEET-kategorien, som arbeidsledig og uten utdanning, er sårbar posisjon for alle, men kanskje spesielt for unge voksne (Øversveen & Forseth, 2018, s.9; Simson, 2016, s.248). Fra et empowerment-perspektiv burde NAV representere en vei ut av undertrykkelse, istedenfor å bidra som en undertrykkende faktor. Øvrebø & Ruud forklarer det som at oppfølging fra offentlige velferdstilbud i møte med gamingavhengighet handler "... om å tilrettelegge slik at ungdommen etter hvert tør å delta både på digitale og fysiske aktiviteter sammen med andre" (2023, s.50). Videre skriver de også om at sosial deltakelse med andre kan styrke selvfølelse og redusere engstelighet. For eksempel skriver Simson (2016, s.249) at deltakelse på arbeidsmarkedstiltak øker sannsynligheten for å returnere til arbeid eller utdanning, som er en empowerment-prosess gjennom økt mestringsfølelse (Liau et al., 2015, s.307). En utfordring dette kan presentere er at brukeren føler påtvungen empowerment. Dette blir eksemplifisert av Øversveen & Forseth (2018, s.12), som skriver at NAV forsøker å presse brukere til arbeid som ikke er tilpasset deres tidligere utdanning. Dette kan føre til at tiltaksdeltakelse oppleves som nok en belastning på et allerede vanskelig liv, slik at tiltaket oppleves som en undertrykkende prosess som man ønsker å flykte fra. Når det kommer til gamingavhengighet ligger utfordringen i at gaming kanskje er den eneste arenaen individet opplever mestring og trygghet (Øvrebø & Ruud, 2023, s.49; Stenseng et al., 2023, s.7), slik at aktiviseringstiltak fra NAV oppleves som uhåndterbart.

En annen kritikk mot tiltaksdeltakelse er innlåsningseffekten de kan ha, slik det er forklart av Bakken (2020, s.28). Deltakeren kan føle at man "er stuck" på tiltaket, og argumenterer med at de skal fullføre det de holder på med først, før man gjør noe annet, som for eksempel søke etter jobb (Simson, 2016, s.252). På en slik måte fungerer deltakelse på tiltak som et hinder mot individuell selvrealisering, basert på det Freire vil kalle strukturelle hindringer (Askheim, 2012, s.35). Når det kommer til den gamingavhengige, så vil tiltaksdeltakelse representere en høy belastning, slik at det ikke gjenstår tilstrekkelig mental kapasitet til annen aktivitet, som for eksempel å søke etter jobb. Her vil gaming tilby det nødvendige avbrevet fra de mange krav samfunnet kommer med. En utfordring med dette er at brukeren kan oppleve det som meningsløst og lite hjelpsomt å delta på tiltaket mens det pågår (Øversveen & Fortseth, 2018, s.11). På en slik måte kan arbeidsmarkedstiltak være en faktor som bidrar til at brukeren står i en avmakts-posisjon.

Funnene viser også til muligheten for å rekruttere sosiale nettverk som en ressurs for empowerment. Å ha et utvidet perspektiv som inkluderer familien inn i prosessen virker forebyggende mot gamingavhengighet (Liau et al., 2015, s. 306; Øvrebø & Ruud, 2023, s.50). Tanken er at ved å inkludere omsorgspersoner til å vise forståelse og skape et trygt familiært miljø, kan behovet for å flykte fra virkeligheten gjennom gaming reduseres (Stenseng et al., 2023, s.2). En annen fordel med å inkludere familien i hjelpearbeidet, er muligheten for kommunikasjon mellom sosialarbeider, den gamingavhengige, og familien. Man kan danne et felles forståelsesgrunnlag for de ulike utfordringene den gamingavhengige opplever på en slik måte at man unngår unødvendig stigmatisering om at den gamingavhengige ungdommen bare er "spillegal" (Øvrebø & Ruud, 2023, s.48).

En utfordring med den individuelle empowermentprosessen, er at ulike juridiske rammebetingelser kan sette begrensninger for individets utfoldelse. Bakken (2020, s.31) viser til at det forekommer en medikalisering av velferdstilbud, noe som betyr at helseperspektivet får prioritet i utdelingen av trygd. Dette kan eksemplifiseres gjennom folketrygdlovens formålsparagraf om uføretrygd: "Formålet med uføretrygd er å sikre inntekt for personer som har fått sin inntektsevne varig nedsatt på grunn av sykdom, skade eller lyte" (Folketrygdloven, 1997, §12-1). Dette kan bli utfordrende i møte med gamingavhengighet. Selv om gaming disorder defineres som en psykisk lidelse etter ICD-11 kode 6C51, kan det være vanskeligheter med å få tildelt diagnosen. Opplevelsen av å ikke bli trodd eller forstått av det offentlige velferdssystemet kan oppleves som undertrykkende, og gjør en allerede vanskelig situasjon som gamingavhengig enda mer utfordrende.

I korte trekk er det mulig å påpeke at empatisk forståelse burde legge grunnlaget i NAV sitt møte med den gamingavhengige. Ytterligere stigmatisering og kritikk fra det offentlige oppfattes kun som en ekstrabelastning i en allerede utfordrende livssituasjon. I alvorlige tilfeller kan den gamingavhengige oppfatte hjelpeapparatet som lite tilgjengelig og føle seg ekskludert fra å motta hjelp basert på at NAV setter uhensiktsmessige krav til aktivitet som er mer belastende enn til hjelp.

5.3 Hva kan gjøres med gamingavhengighet innen nav i lys av MI?

Som tidligere beskrevet er gaming disorder en psykisk lidelse som innebærer manglende kontroll over gamingatferden til en slik grad at det går negativt utover hverdagslivets andre

aktiviteter. Å være i en slik situasjon kan oppleves som svært vanskelig å komme seg vekk fra, spesielt hvis man står alene. Derfor kan motiverende intervju presentere en gylden mulighet for den gamingavhengige til å gjøre livsstilsendringer i samarbeid med andre. Gjennom MI kan sosialarbeideren og den gamingavhengige utforske hva som kan være de bakenforliggende problemene. Men, for å finne nytte av MI som metode, foreligger det krav til at den gamingavhengige opplever trygghet, både i miljøet samtalen utspiller seg, og i relasjonen til sosialarbeideren.

En forutsetning for at endringsprosessen skal være en positiv opplevelse, er at MI skjer i et trygt miljø. Hvis ungdommen opplever samtalemiljøet som utrygt eller stressende, vil det ikke legge til rette for åpne samtaler om sårbare tema. Øvrebø & Ruud (2023, s.53) argumenterer for at den digitale verdenen er en arena som oppleves som trygg for gameren, og at dermed er det en fordel at sosialarbeideren møter ungdommen der, hvor hen er trygg. Ungdommen må møtes på sine premisser, noe som kan bety at sosialarbeideren selv må tre inn i gamingens univers. Et annet funn som blir tatt opp er viktigheten av god relasjon mellom sosialarbeider og den gamingavhengige. Øvrebø & Ruud (2023, s.53) skriver at kvaliteten på relasjonen er sentralt for at den gamingavhengige skal få til varige endringer. Dette blir støttet av Liau et al. som skriver at å ha et trygt forhold med en voksen kan fungere som en viktig beskyttelsesfaktor mot sosiale problemer for høy-risiko ungdom (2015, s.302).

Funnene fra datamaterialet viser til ulike former for ambivalens som brukere opplever. På den ene siden ønsker ungdommen å være i ordinært arbeid (Bakken, 2020, s.34), men så kan de samtidig oppleve flere utstøtingsmekanismer som hindrer dem i å finne arbeid, enten det er konfliktfylte hjem, psykiske lidelser, liten arbeidserfaring eller lavt utdanningsnivå (Øvrebø & Ruud, 2023, s.57; Liau et al., 2015, s.306). Følelsen av ambivalens som gjør seg gjeldende her kan stamme fra selvundertrykkelse, der de strukturelle utstøtingsmekanismene blir internalisert av individet, slik at den gamingavhengige identifiserer seg som en som ikke takler samfunnets krav. Dette blir støttet av Øversveen & Forseth, som påpeker at å finne arbeid på egenhånd kan være vanskelig: "Det går jo utover selvfølelse og selvbylde. Hvorfor er jeg så ubrukelig, liksom?" (2018, s.12). Her kan MI gjøre seg relevant som en samtalemetodikk for å utforske ulike sider ved den gamingavhengiges liv. Gjennom å kartlegge ulike endrings- og motstandsargumenter, kan man sammen identifisere viktige

holdepunkter som kan rydde opp i den følte ambivalensen. Dette vil være et steg for å håndtere utfordringer rundt gamingavhengighet.

En sårbarhet sosialarbeideren må være bevisst over mens man utforsker gamingavhengighet er stigmatiserende ytringer. Øvrebø & Ruud (2023, s.48) skriver om at bagatelliserende uttrykk som "problemspiller" kan undergrave kompleksiteten som ligger bak ungdommens gamingavhengighet, der konsekvensen kan være ytterligere isolasjon og tilbaketrukkethet. Gjennom MI ønsker man å utforske ulike problemområder, noe som blir utfordrende om sosialarbeideren legger for mye press eller er konfronterende på grunn av manglende forståelse av gamingavhengighet (Barth et al., 2013, s.87).

Som nevnt er MI en systematisk samtalemetode som, gjennom å strukturere positive og negative argumenter, forsøker å motivere brukeren til å gjennomføre en livsstilsendring (Barth et al., 2013, s.111). På en måte er det mulig å trekke noen linjer til MI som en empowerment-prosess, fordi tanken er at individet skal komme seg ut av en avmakts-situasjon, noe som i dette tilfelle kan være egen atferd og livsstil. Liau et al. (2015, s.302) påpeker at individets evne til å være bevisst over, samt regulere egne emosjoner, er knyttet til psykisk helse og patologisk gamingatferd. Derfor kan NAV-veileder nyttiggjøre MI i møte med den gamingavhengige for å klargjøre ulike fordeler og ulemper med gamingatferden. På en slik måte kan den gamingavhengige selv presentere argumenter for å opprettholde eller endre sin gamingatferd, noe som samsvarer med prinsippet om empowered brukermedvirkning.

6.0 Avslutning

For å presentere en form for oppsummering av oppgaven, ønsker jeg først å nevne at selv om denne besvarelsen gir større innsikt i ulike utfordringer rundt gamingavhengighet, er dette på ingen måte en konkluderende løsning. Gamingavhengighet er fortsatt et relativt nytt fenomen som vil gjennomgå store forandringer etter hvert som tiden går (WHO, 2023). Ikke bare i henhold til teknologisk utvikling, men også hvordan offentlige velferdstilbud definerer og håndterer gamingavhengighet, vil forandre seg etter hvert som fenomenet blir innlemmet i offisielle rammeplaner og strategier.

Utgangspunktet for oppgavens problemstilling kan forklares i et ønske om å utforske ulike måter en sosialarbeider kan møte gamingavhengighet på en god måte. Funnene fra de ulike vitenskapelige artiklene som denne oppgaven benytter, belyser gamingavhengighet og hvordan NAV driver sosialt arbeid med de som opplever utenforskap som to separerte fenomener.

Denne oppgaven sammenfatter disse to poengene om gamingavhengighet og sosialt arbeid i møte med utenforskap, og diskuterer dette i et lys av teori om makt og empowerment. Samtalemetodikken MI er også inkludert for å utforske en strategi NAV kan anvende i møte med brukere som opplever utfordringer med gamingavhengighet. Kort oppsummert er det verdt å nevne at makt, som sett av Foucault, kan være et verktøy som fungerer både undertrykkende og som empowerment avhengig av hvordan makten utøves. Empowermentprosessen kan samtidig oppleves som noe belastende for den gamingavhengige, fordi det blir satt mange krav til aktivitet gjennom ulike arbeidsmarkedstiltak. Selv om disse er ment for å gi brukeren arbeidserfaring og en arena for sosial utvikling, kan det hende at den gamingavhengige ikke er i en slik posisjon der hen kan ta seg nytte av tilbudet. Derfor kan MI være en nyttig metode for å kartlegge ulike fordeler og ulemper med gamingatferden, slik at brukeren selv kan definere ønsket vei videre.

Underveis i løpet av skriveprosessen har jeg kommet over flere områder det kunne vært interessant å utforske dypere i senere tid. Spørsmål som sosiale mediers rolle og funksjon i et krevende presentasjonssamfunn, og etiske spørsmål rundt hva som burde være innen NAVs mandat og maktbruk, vil være samfunnsaktuelle problemstillinger verdig diskusjon.

Gamere, etter min mening, er en misforstått gruppe. Ikke bare opplever de stigmatiserende holdninger fra sine ikke-gamer-venner, foreldre, skolen og det øvrige samfunnet, men også det offentlige velferdstilbud vet generelt lite om hvordan gamingavhengighet preger individet. Hvilke psykiske belastninger opplever de? Hvilke utstøtingsmekanismer hindrer dem fra å delta i samfunnet? Denne oppgaven har forsøkt å aktualisere noe av problematikken, men det er helt klart flere utfordringer og opplevelser som enda ikke er nevnt. Uansett er det verdt å påpeke at den gamingavhengige står i en sårbar situasjon, der støtte fremfor stigmatiserende holdninger, vil være til deres hjelp.

7.0 Referanseliste

- Askheim, O.P. (2012). *Empowerment i helse og sosialfaglig arbeid: Floskel, styringsverktøy eller frigjøringsstrategi?*. Gyldendal.
- Bakken, F.M. (februar, 2020). *Når sammensatte problemer blir til medisinske diagnoser: Unge på arbeidsavklaringspenger*. Nordisk tidsskrift for ungdomsforskning (s.27-41). <https://doi.org/10.18261/issn.2535-8162-2020-01-03>
- Barth, T., Børtveit, T. & Prescott, P. (2013). *Motverende intervju: Samtaler om endring*. Gyldendal.
- Berg, B., Ellingsen, I.T., Levin, I., Kleppe, L.C. (2015). Kunnskap i sosialt arbeid. I I.T. Ellingsen, I. Levin, B. Berg, L.C. kleppe (Red.), *Sosialt arbeid: En grunnbok* (s.19-35). Universitetsforlaget.
- Dalland, O. (2021). *Metode og oppgaveskriving* (7.utg.). Gyldendal.
- Fellesorganisasjonen. (2019-2023). *Yrkesetisk grunnlagsdokument: for barnevernspedagoger, sosionomer, vernepleiere og velferdsvitere*. <https://www.fo.no/getfile.php/1324847-1580893260/Bilder/FO%20mener/Brosjyrer/Yrkesetisk%20grunnlagsdokument.pdf>
- Folketrygdloven. (1997). *Lov om folketrygd* (LOV.1997-02-28-19). Lovdata. <https://lovdata.no/pro/#document/NL/lov/1997-02-28-19/%C2%A712-1>
- Hagaseth, I.T. (2019). Arbeid og utenforskap. I H. Glemmestad & L.C. Kleppe (Red.), *Arbeidsinkludering i sosialt arbeid* (s.27-48). Fagbokforlaget.
- Helsebiblioteket. (november, 2021). *Kunnskapsbasert praksis*. Helsebiblioteket.no <https://www.helsebiblioteket.no/innhold/artikler/kunnskapsbasert-praksis/kunnskapsbasertpraksis.no#kunnskapsbasert-praksis> [JK10] [BS11]

- Kleppe, L.C. (2015). Kunnskap i sosialt arbeid. I I.T. Ellingsen, I. Levin, B. Berg, L.C. kleppe (Red.), *Sosialt arbeid: En grunnbok* (s.125-138). Universitetsforlaget.
- Klingenberg, M. (2020, 15.desember). *Starter behandling for gamingavhengige*. Helse-Stavanger . <https://helse-stavanger.no/om-oss/nyheter/starter-behandling-for-gamingavhengige>
- Kulturdepartementet. (2019). *Spillerom: Dataspillstrategi 2020-2022*. Regjeringen.no. <https://www.regjeringen.no/no/dokumenter/spillerom---dataspillstrategi-2020-2022/id2667467/>
- Liau, A.K., Choo, H., Li, D., Gentile, D.A., Sim, T., Khoo, A., (2015). Pahtological video-gaming among youth: A prospective study examining dynamic protective factors. *Addiction research & theory*, 23(4), s.301-308. <https://doi.org/10.3109/16066359.2014.987759>
- Medietilsynet. (November, 2022). *Spillfrelste tenåringsgutter og jenter som faller fra: Slik gamer barn og unge* (Barn og medier 2022). Medietilsynet.no. https://www.medietilsynet.no/globalassets/publikasjoner/barn-og-medier-undersokelser/2022/221109_gamingreport.pdf
- Meld. St. 33 (2015-2016). *NAV i en ny tid – for arbeid og aktivitet*. Arbeids- og sosialdepartementet. <https://www.regjeringen.no/contentassets/8f9e56528fb340eb9f6515cc21ab5119/no/pdfs/stm201520160033000dddpdfs.pdf>
- NAV. (2023, 28. April). *Hva er NAV?*. <https://www.nav.no/hva-er-nav>
- NRK. (2023, 10.april). Rett til å ruse seg til døde. NRK. <https://www.nrk.no/ytring/rett-til-a-ruse-seg-til-dode-1.16346134?fbclid=IwAR0te65kFvPEL9CyRjYujboouiDcZaVPYct4MPtRdsnr0hHsr6fNNW37t6U>
- Pallesen, S., Mentzoni, R.A., Torsheim, T., Erevik, E., Molde, H. & Morken, A.M. (2019). *Omfang av penge- og dataspillproblemer i Norge 2019*. Universitet i

Bergen. https://lottstift.no/content/uploads/2021/05/Omfang_av_penge-og_dataspillproblemer_i_Norge_2019-1.pdf

Stenseng, F., Steinsholt, I.B., Hygen, B.W., Kraft, P. (2023). Running to get “lost”? Two types of escapism in recreational running and their relations to exercise dependence and subjective well-being. *Frontiers in Psychology*, 13, 1035196-1035196. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.1035196>

Tjora, A. (2021). *Kvalitative forskningsmetoder i praksis*. (4.utg.). Gyldendal.

Tøssebro J. & Berg, B. (2015). Sosiale forskjeller, avvik og samfunn. I I.T. Ellingsen, I. Levin, B. Berg, L.C. kleppe (Red.), *Sosialt arbeid: En grunnbok* (s.227-243). Universitetsforlaget.

Vik, S. (2022, 17. April). En gamer, jeg?. *NRK*. <https://www.nrk.no/kultur/x1/voksnekvinner-spiller-mer-mobilspill-enn-menn-1.15883749>

Von Simson, K.

(2016). Effekten av arbeidsmarkedstiltak og vikarbyråarbeid på overgang til jobb og utdanning for arbeidsledig ungdom uten fullført videregående skole. *Søkelys på arbeidslivet*, 33, s.247-268. <https://doi.org/10.18261/issn.1504-7989-2016-03-04>

World Health Organization. (2023). *International Classification of Diseases* (11th ed.). <https://icd.who.int/browse11/l-m/en#/http%3a%2f%2fid.who.int%2fid%2fentity%2f1448597234>

World Health Organization.

(2023). *Gaming disorder*. <https://www.who.int/standards/classifications/frequently-asked-questions/gaming-disorder>

Øversveen, E., & Forseth, U. (2018). Fremmed i NAV: Arbeidslinja i praksis. *Norsk sosiologisk tidsskrift*, 2(4). 5-24. <https://doi.org/10.18261/issn.2535-2512-2018-04-0>

Øvrebø, J., & Ruud, M. (2023). I møte med den sårbare unge gameren. *Fokus på familien*, 51(1), s.47-58. <https://doi.org/10.18261/fokus.51.1.4>

