

**MEDIERÅDET
FOR BØRN & UNGE**



BØRN GAMER!

— en guide til forældre



HVORFOR GAMER MIT BARN?

Børn spiller først og fremmest, fordi det er underholdende. De spiller også for at blive bedre eller lære noget nyt, for at mødes med venner, for at konkurrere og for at være en del af et gamer-fællesskab.

Solospil bruges primært til underholdning. Det spilles oftest på mobiltelefonen, når man har brug for en pause, eller som adspredelse, når man sidder i bussen. Holdspil er typisk læn-gerevarende og spilles hjemme på computeren eller konsollen. Særligt de børn, der spiller med og mod andre, udvikler en række færdigheder, som netop er det, der gør spillet sjovt. Blandt andet strategisk overblik, samarbejde, problemløsning, hurtighed og logisk tænkning.

Tal med dit barn om

- Hvilke spil, barnet spiller. Vis oprigtig interesse, og tag dig tid til at sætte dig ind i dit barns spil.
- Hvorfor barnet gamer – hvad er det sjove ved det, og hvad får dit barn ud af det.

Udtrykket "gaming" anvendes ved brug af alle former for digitale spil, og kan være online og offline. Gaming kan både foregå på konsol og computer og være små app-baserede spil på tablet eller mobiltelefon.



TONEN I SPIL

Når dit barn gamer, kan begejstring eller frustration udløse drillerier, skældsord eller råberi. Det er ikke ualmindeligt, at tonen i spillkulturen kan være ganske grov. Som forælder kan det være både bekymrende og frustrerende at overhøre. Barnet tager ikke nødvendigvis sprogbbruget med ud af spiluniverset.

Spil, hvor man spiller sammen, er ofte domineret af drenge. Piger oplever somme tider, at de ikke er velkomne eller bliver talt grimt til på grund af deres køn. Det kan betyde, at piger fravælger visse typer af spil, eller at de føler sig nødsaget til at bruge et anonymt og kønsneutralt brugernavn.

Tal med dit barn om

- At sproget kan være grovere online, end når man står ansigt til ansigt.
- At det ikke er acceptabelt at drille eller udelukke andre på baggrund af deres køn, seksualitet, etnicitet, tro eller handicap.
- At barnet kan komme til dig eller en anden voksen, hvis det føler, at tonen bliver for hård.
- At barnet kan slå lyden fra, blokere eller anmelde ubehagelige personer inde i spillet eller på 'Discord'.

Du kan begrænse, hvem der kan kontakte dit barn, i indstillingerne i de fleste spil og på 'Discord'. Det kan du fx gøre, hvis du ikke ønsker, at dit barn modtager og sender beskeder eller taler over voice-chat med nogen, som de ikke kender fra den fysiske verden.



SPILLETID OG SUNDHED

Computerspil kan være en tidskrævende hobby ligesom mange andre hobbyer. Det er helt legitimt at gå op i dit barns tidsforbrug. Det er vigtigt at huske, at det kan være socialt at spille og en måde at ses med vennerne på. Hverken trivsel eller mistrivsel kan måles i skærmtid. Husk, at du som forælder er den, der kender dit barn bedst. Hvis du er bekymret for dit barns trivsel, bør du handle på det. Tal med dit barn om din bekymring. Du kan også søge rådgivning i skolen eller klubben eller sparre med andre forældre.



- De typer af spil, man spiller alene, betegnes som singleplayer og er ofte mindre tidskrævende end multiplayer. I multiplayer-spil spiller man med andre. Det gælder både, når man spiller alene mod andre, og når man er en del af et hold og konkurrerer mod et andet hold.
- Piger spiller oftere alene, mens drenge primært spiller sammen med andre. Det kan medvirke til, at drenge også ofte bruger mere tid end piger på at spille computerspil.



Overvejelser om spilletid

- Sørg for at skabe balance mellem dit barns digitale liv, det sociale liv offline, motion, kost og søvn
- Det er en god idé, at der lukkes ned for spil i god tid inden sengetid.
- Anerkend dit barns interesse for gaming. Det kan være sjovt at spille, selvom du måske ikke helt forstår det.
- Vær nysgerrig og spørg ind til det spil, dit barn spiller, så du får en forståelse for spillet.
- Lav aftaler om, hvornår der skal slukkes for spillet. Tag gerne udgangspunkt i spillet i stedet for minuttal. "Vi slukker, når kampen er slut" eller "Vi slukker ved næste save-point" fungerer ofte bedre end "Vi slukker om 10 minutter".
- Vær selv en god rollemodel og læg dine egne skærme væk, når dit barn ikke må game.
- Tal med og lav eventuelt fælles aftaler med forældre til de børn, dit barn gamer med.

Sundhedsstyrelsen har en række anbefalinger om brug af skærm, hvor de fx anbefaler, at børn, unge og voksne bruger tid væk fra skærmen og er fysisk aktive, og at familier laver aftaler om skærmb brug, som gælder både børn og voksne. Dette gælder også gaming.



GRATIS SPIL, KØB I SPIL OG KØB AF SPIL

Rigtig mange spil er gratis at hente. Det betyder, at spil-producenterne tjener penge på andre måder, fx ved at vise reklamer i spillene eller ved at friste med køb af fx loot boxes, battle passes eller skins. Gratis spil kan også kræve, at man skal tilkøbe ekstra baner eller niveauer for at komme videre. I nogle spil anvender man virtuel valuta, som man kan opnå, mens man spiller spillet, eller købe for rigtige penge. Det kan nogle gange være svært for et barn at skelne mellem værdien af rigtige og virtuelle penge.

Tal med dit barn om

- Hvilke spil, barnet henter – om de er gratis at hente eller koster penge, og om der er mulighed for tilkøb i spillet.
- Konsekvensen af at klikke på "tilbud" i spil, og at det kan koste rigtige penge.
- Et eventuelt maksimumbeløb, dit barn må bruge på spil (eventuelt per uge eller måned).



- De fleste mobiler, tablets og online-butikker med spil kan indstilles til at fravælge nye køb og køb i spil, eller kun at gøre køb mulige ved brug af en kode.
- Køb af spil og tilkøb i spil sker via det kreditkort, der er tilknyttet koden i online-butikken. Hvis du deler koden, er det det samme som at dele koden til dit kreditkort.
- Efter man har købt et spil, kan der udkomme nyt indhold til spillet, som også kan koste penge. Dette kaldes ofte "downloadable content" (DLC).
- Godt indhold koster penge. Ofte får du et bedre og mere gennemskueligt produkt, hvis du betaler for spillet fra starten. Gratis spil benytter nogle gange ugenomskelige forretningsmodeller, så spillene ofte ender med at blive dyrere.

FASTHOLDELSE I SPIL

Nogle computerspil kan være svære at slukke for. Man skal lige finde ét item mere, lige gennemføre én bane mere. I andre spil skal man logge ind dagligt for at få en bonus. I alle disse tilfælde er der tale om spil, der er designet til, at brugeren skal vende tilbage til spillet eller blive fastholdt i det i lang tid. Mechanismerne bag denne form for fastholdelse kan være svære for børn at gennemskue.

Hvad skal du være opmærksom på?

- Nogle spil giver en daglig bonus, hvis du logger på hver dag.
- Nogle spil gør det sværere at logge ud mellem kampe og baner.
- Nogle gratis spil tilbyder såkaldte "season passes" eller "battle passes", hvor spilleren mod betaling kan få adgang til mere indhold. Disse 'passes' kræver dog, at man er aktiv i spillet – fx dagligt. Man skal altså investere mere tid i spillet for at låse det indhold op, som man allerede har betalt for.
- Husk at man nogle gange spiller længere tid, end man havde tænkt sig, fordi det er sjovt eller underholdende. Det behøver ikke være fordi, spillet har fastholdende elementer.



Tal med dit barn om

- Hvorvidt barnet bruger længere tid på spillet, end det havde planlagt, og hvorfor.
- Hvorvidt barnet nogensinde føler sig presset til at blive i et spil eller logge ind på særlige tidspunkter.

FÆLLESSKAB OG TRIVSEL

For de fleste børn er spil en social aktivitet. Når børn spiller holdspil, indgår de i et forpligtende fællesskab. Der er flere måder at spille holdspil på. Børnene mødes enten fysisk eller online. Næsten alle spiller hjemme hos sig selv, men de spiller også hos vennerne, i klubben, eller når de er på farten. Børnene kan også spille med folk, de kun kender fra spillet. Esport, organiseret holdspil, hvor man spiller for at vinde, kan sammenlignes med andre fritidsaktiviteter som fx håndbold, skak og fodbold, hvor man træner, spiller kamp, har fælles oplevelser og socialt samvær.



I esportsforeninger kan børn deltage under ordnede forhold og med en træner. I foreningerne er der fokus på positive fællesskaber, sundhed og trivsel.

De fleste fritids- og ungdomsklubber har også etablerede rammer, hvor børn kan mødes i et fysisk fællesskab om deres interesse for computerspil.

GAMER-EUFORI OG GAMER-VREDE

Der kan være store følelser på spil, når dit barn gamer. Hvis barnet taber et spil, eller hvis spillet føles unfair, fordi det er for svært, eller nogen snyder, kan det føre til frustration, som kan fortsætte, efter spillet er slukket. Computerspil vækker følelser, og dit barn kan blive euforisk eller vred, hvilket er ganske naturligt. Du kan sammenligne det med andre typer af konkurrencer, hvor der også er noget på spil, og hvor ens evner er afgørende for, om det går godt eller skidt.



- Dit barn har måske lagt mange træningstimer forud for en kamp, som det enten vinder eller taber. Del begejstringen eller ærgrelsen med dit barn, og spørg ind til, hvordan sejren kom i hus, hvad der fungerede bedst, eller hvad der gik galt.
- Dit barn kan ikke tænde og slukke for følelser, så acceptér, hvis dit barn er vred nogen tid efter, det er gået i stå i spillet eller har tabt.
- Lav aftaler med dit barn om altid at tale ordentligt, når det gamer, selvom det oplever frustration eller vrede.

TYPER AF SPIL OG DIGITALE ENHEDER

Spil kan købes gennem online-butikker, og de kan spilles på forskellige digitale enheder som mobil, tablet, computer og konsol.

Der findes et utal af genrer inden for spil. Du har måske hørt om MMOG, battle royale, sandbox eller FPS? Spørg dit barn, hvad det spiller, om det har en yndlingsgenre, og hvad der kendetegner genren.

En del børn kan lide at se andre spille deres yndlingsspil eller et helt nyt spil på forskellige streaming- og videotjenester. Det kan være underholdende, og man kan få tips og inspiration til selv at spille.

I det hele taget laver de fleste også andre ting, når de spiller. Det kan være at se tv, streame videoer, lytte til musik eller være på sociale medier. Dette bliver mere og mere udbredt i takt med at barnet bliver ældre.

FORÆLDREINDSTILLINGER

Konsoller og online-butikker kan have særlige forældreindstillinger. Som forælder kan du sætte rammer for dit barns muligheder i forhold til køb og brug af spil. Der er forskel på, hvilke funktioner der er på de forskellige platforme, og hvor lette de er at anvende.

Tal med dit barn om

- Hvad forældreindstillinger er, og indstil dem i fællesskab. Så ved dit barn, hvornår og hvorfor der er begrænsede muligheder i forhold til nogle spil på konsoller og i online-butikker.

Typiske muligheder for forældreindstillinger

- Begræns muligheden for køb i og af spil.
- Sæt aldersgrænse på adgangen til spil.
- Justér adgang til spil, kommunikation m.m.
- Sæt rammer for spilletid.



Forældreindstillinger til spil findes blandt andet på konsoller som Xbox, PlayStation og Nintendo Switch samt i online-butikker som Steam, Epic Store, Google Play og App Store.

ALDER OG PEGI

På computerspil finder du PEGI's vejledende aldersmærke – enten 3, 7, 12, 16 eller 18 år – og en række indholdsikoner, der markerer, om spillet indeholder fx vold, bandeord eller pengespil.

PEGI (Pan European Game Information) er en europæisk mærkningsordning skabt af spilbranchen. Mærkningen er først og fremmest vejledende om spillets indhold på billed- og lydside. Husk, at børn er forskellige og har forskellige grader af modenhed, og derfor skal PEGI ikke tolkes som et egentligt forbud mod, om bestemte spil må spilles af yngre børn.

Tag dit barn med på råd, da det ofte er børnene, der har størst viden om spiltyper, indhold, og hvordan spillene spilles i forskellige sammenhænge. Se eventuelt gameplay-videoer på YouTube for at få en fornemmelse af indholdet.



ORDBOG



Battle pass

Et battle pass er et adgangskort i et spil, som giver spilleren adgang til nyt indhold. Det kan både fås gratis i spillet, opnås ved at spille et bestemt antal timer eller købes for rigtige penge.

Discord

Et chatprogram, hvor man kan tale og skrive med andre. Man kan også oprette private rum på en server kun for inviterede. Mange kommunikerer på 'Discord', mens spillet er i gang, frem for i selve spillet.

Loot box

En virtuel lykkepose, der indeholder fx våben, færdigheder, kostumer eller skins. I nogle spil får man dem gratis, mens de i andre spil enten koster virtuel valuta eller rigtige penge.

Online-butik

Man kan købe spil via forskellige online-butikker på mobilen, computeren eller konsollen. Det kan fx være 'Steam', 'Nintendo eShop' eller 'App Store'.

Skin

En udsmykning såsom en farve eller et mønster til et virtuelt våben, en beklædningsgenstand eller et udseende på en figur. Et skin kan have en økonomisk værdi.

Virtuel valuta

Den interne valuta i et computerspil. Nogle gange kan man vinde valuta ved at spille sig igennem et spil, og andre gange skal man betale rigtige penge for valutaen.

MERE INFORMATION

Medierådet for Børn og Unge medieraadet.dk

Center for Digital Pædagogik cfdp.dk & scammed.dk

Red Barnet redbarnet.dk/foraeldre

BESTIL PJECEN

medieraadsinfo@slks.dk

Udgiver Medierådet for Børn og Unge, Center for Digital Pædagogik og Red Barnet 3. udgave, februar 2024 **Redaktør** Medierådet for Børn og Unge **Design** Silie Heeschen/grafik og Jørgen Stamp/illustration



Medfinansieret af
Den Europæiske Union

Forfatteren har det fulde ansvar for denne publikation. Den Europæiske Union fralægger sig ethvert ansvar for brugen af oplysningerne i publikationen.

