



**LUNDS**  
UNIVERSITET

Socialhögskolan

**Datorspelandets funktion för studenter**  
**-En kvantitativ studie om datorspelsvanor bland**  
**universitetsstudenter**

Patrik Rosberg & Roger Kvoch

Kandidatuppsats SOPA 63

VT 2020

Handledare: Mikael Bengtsson

## **Abstract**

**Author(s):** Patrik Rosberg & Roger Kvoch

**Title:** Computer gaming's functions for students -A quantitative study regarding gaming habits amongst university students

**Supervisor:** Mikael Bengtsson

**Assessor:** Malin Nilsson

The aim of this study was to examine students gaming habits and what function playing computer games fulfil for students. The study was conducted with the help of a survey methodology and was sent to 500 students at Lunds university. The students got selected via an unbound random selection. 52 participants answered the survey. They majority of students plays computer games. Regarding those who play computer games the majority was men and men were also higher rated when comparing how long time they play computer games per session. Some major functions could be linked with gaming. The purpose of playing for entertainment and to relax were the two strongest functions in this study. But there was also many different functions that all in some way contributed to why students wants to play computer games. Further studies needs to be conducted to get a deeper understanding and what these functions mean.

**Keywords:** Students at Lunds university, functions, entertainment, relax, computer gaming, gaming habits, habits

# Innehållsförteckning

<b>1. Inledning</b> .....	4
<b>1.1 Problemformulering</b> .....	5
<b>1.2 Syfte</b> .....	6
<b>1.3 Frågeställningar</b> .....	6
<b>1.4 Begrepp och definitioner</b> .....	7
<b>1.4.1 Vanor</b> .....	7
<b>1.4.2 Datorspel</b> .....	7
<b>1.4.3 Spelande</b> .....	7
<b>1.4.4 Gamer</b> .....	7
<b>1.4.5 Sociala behov</b> .....	8
<b>1.4.6 Psykisk hälsa</b> .....	8
<b>2. Kunskapsläget</b> .....	8
<b>2.1 Spelande och psykiskt mående</b> .....	9
<b>2.2 Spelandets motivationsfaktorer och funktion för individen</b> .....	11
<b>2.3 Sociala och emotionella funktioner</b> .....	13
<b>2.4 Förhållning och datorspelande</b> .....	14
<b>3. Teori och begrepp</b> .....	15
<b>3.1 Teorin om självbestämmande (SDT)</b> .....	15
<b>3.2 Flow</b> .....	16
<b>3.3 Social Production Function Theory</b> .....	17
<b>3.3.1 Status</b> .....	17
<b>3.3.2 Affection</b> .....	18
<b>3.3.3 Behavioral confirmation</b> .....	19
<b>4. Metod</b> .....	19
<b>4.1 Förförståelse</b> .....	19
<b>4.2 Metodologiska överväganden</b> .....	20
<b>4.3 Urval, undersökningspopulation</b> .....	21
<b>4.4 Metodens tillförlitlighet</b> .....	22
<b>4.4.1 Validitet</b> .....	22
<b>4.4.2 Reliabilitet</b> .....	23
<b>4.5 Bearbetning och analys</b> .....	24
<b>4.6 Hypoteser</b> .....	25
<b>4.7 Etiska överväganden</b> .....	25

<b>4.8 Arbetsfördelning</b> .....	26
<b>5. Resultat och analys</b> .....	27
<b>5.1 Datorspelandets utbredning</b> .....	27
<b>5.1.1 Sammanfattande diskussion</b> .....	32
<b>5.2 Datorspelandets funktion</b> .....	33
<b>5.2.1 Sammanfattande diskussion</b> .....	40
<b>5.3 Datorspelandets sociala och psykiska komponenter</b> .....	42
<b>5.3.1 Sammanfattande diskussion</b> .....	46
<b>6. Avslutande diskussion</b> .....	46
<b>Litteraturlista</b> .....	50
<b>Bilaga 1</b> .....	53

# 1. Inledning

Data och tv-spelsbranschen har vuxit sedan sent 1980-tal och har under 2010-talet blivit en betydande del av underhållningsbranschen (BBC 2019). Data och tv-spelsbranschen i Storbritannien är större än både musik och filmbranschen kombinerat (BBC 2019). Även i Sverige har spelindustrin vuxit sig stark och utvecklingen tycks fortsätta i framtiden (Flodin 2018). Detta innebär i sin tur att allt fler människor spelar datorspel. Enligt Folkhälsomyndigheten (2020a) så spelar mer än hälften av alla barn och ungdomar mellan 9–18 år datorspel i Sverige, den högsta siffran i denna ålderskategori finner vi hos barn mellan 9-12 år där hela 79 procent spelar datorspel. Även många vuxna mellan 16 och 87 år spelar datorspel. I artikeln skriver Folkhälsomyndigheten att nästan hälften av alla män (47 procent) och cirka var tredje kvinna (35 procent) spelar datorspel (Folkhälsomyndigheten 2020a). Datorspelande är alltså ett relativt nytt inslag i såväl vuxna som barns liv men dess inplacering bland människors levnadsvanor, de funktioner spelandet har i människors liv och spelandets konsekvenser är inte väl kända.

Den framväxande datorspelskulturen kan ses som en struktur som omger ett stort antal individer, där spelande och vanor innebär samspel mellan individ och struktur. Därmed rör sig också datorspelande i ett område som sedan länge har varit centralt i ämnet socialt arbete, det vill säga hur samspelet mellan struktur och individ, individ och struktur ter sig i samhället. Gamla strukturer kan bestå, och nya kan utvecklas, där gamingindustrin, datorspel och vanor ställer nya frågor om samspelet mellan individ och samhället. Att majoriteten av svenska barn och unga spelar datorspel kan dessutom betyda att det i framtiden finns fler individer som riskerar att utveckla ett datorspelsberoende. WHO (World Health Organisation) klassade ett datorspelsberoende som en psykisk sjukdom 2018.

Det verkar finnas en viss kunskapsbrist inom socialt arbete kopplat till spelberoende. Själva kunskapen gällande spel är dålig, dessutom kan den form av stöd och hjälp man kan få från socialtjänsten variera mellan olika kommuner (Ahlbäck & Eriksson 2008 s. 27-36). Att hjälpen man kan få från socialtjänsten varierar kan bero på att de olika socialtjänsterna inte anser att spelberoendet varit ett så stort problem att en insats har behövts (Martinsson, Torgersson 2009 s. 41-45). I ovanstående referenser anges att det inom socialt arbete finns en viss kunskapsbrist kopplat till just spelberoende. Det är värt att nämna att fokuset ligger på

spelberoende generellt och inte datorspelsberoende specifikt, detta kan innebära att kunskapen inom det mer specifika begreppet är ännu mindre än vad det är för spelberoende som samlingsbegrepp.

Gruppen studenter är något som varit i fokus i tidigare forskning kopplat till datorspelsberoende. Studenter visade sig ha en högre nivå av trolig IGD (Internet gaming disorder) än vuxna som inte studerar. Denna siffra var nästa fem gånger så stor i jämförelse med vuxna som bor i samma område som studenterna. Denna forskning redovisar resultat som talar för att studenter är en grupp som påverkas starkare av data- och tv-spelande än till exempel vuxna som inte studerar (Zhang, Wang, Yu & Wu 2019, s 3-5).

Det är viktigt att förstå att det inte bara finns negativa sidor av att spela datorspel. Actionspelet kan till exempel göra så att synen blir bättre på att uppfatta små rörelser och detaljer som man kan ha nytta av vid till exempel bilkörning (SVT Nyheter 2014). Koncentrationsförmågan har också visat sig bli bättre eftersom det ofta krävs att spelaren fokuserar och sorterar bort onödigt information. Detta är en viktig punkt då det enligt artikeln går rakt emot de som hävdar att ett data- och tv-spelande kan leda till att barn utvecklar ADHD (SVT Nyheter 2014). Det finns sociala fördelar för de som spelar spel med andra online. De som spelar datorspel som barn verkar också ha en högre språkkunskap än de som inte spelar datorspel (Hallerby 2019).

## **1.1 Problemformulering**

Vi kan konstatera att data- och tv-spelsindustrin växer och att spelandet blir allt mer populärt. Detta sker såväl på internationell som på nationell nivå och spel och spelande sker i ett samspel mellan struktur och individ. På så vis är också spelande en angelägen fråga för socialt arbete där samspel mellan individ och struktur är centralt men kunskapsutvecklingen om spelande och dess funktion är bristfällig. Därmed är det angeläget att ta reda på mer om spelandets funktion. Utvecklingen betyder att allt fler individer väljer att spela datorspel, vilket leder oss till våra centrala frågor om spelandets utbredning, tidskonsumtion och funktioner bland individer, inte minst bland studenter. Med stöd i tidigare forskning kan man tänka sig att det finns många olika faktorer som gör att man som studenter väljer att spela datorspel. Några spelar kanske för att bli underhållna, andra spelar för att tävla, medan

yttre andra spelar för att fly vardagens tentastress. För långtifrån alla innebär datorspelande något problem, utan kan tvärtom fylla en funktion som bidrar till en mer positiv daglig tillvaro.

Därför är det angeläget att kartlägga, undersöka och analysera spelvanor och spelandets funktion bland studenter. Detta då effekter av spelet är en sak, vilket kan vara positivt, negativt, neutralt, men funktion är något helt annat. Funktion går att koppla till vad den faktiska aktiviteten bidrar till för gruppen studenter och med mer kunskap om detta så bidrar det till en förbättrad möjlighet att förstå samspelet mellan individ och omgivning samt att hantera dataspelsproblematik inom socialt arbete. Som framtida socionomer kan utökad kunskap inom området bidra till reflektion kring spelande och dess funktion för individer som inte baseras på normativa föreställningar. Betydelsen för socialt arbete grundar sig även i att datorspelande är ett tämligen nytt och mångfacetterat område, åtminstone kopplat till behov av stöd och behandling. Denna undersökning kan kartlägga vanorna inom området men även till viss del visa på vilka funktioner datorspelet kan tänkas ha för individen. Detta kan i sin tur leda till att arbete kopplat till dataspelsproblematik kan anpassas efter detta så att positiva funktioner inte betraktas som problematiska.

## **1.2 Syfte**

Syftet med denna uppsats är att beskriva och analysera hur datorspelvanor samt datorspelets funktioner ter sig bland universitetsstudenter.

## **1.3 Frågeställningar**

Frågeställning 1: I vilken utsträckning spelar studenter datorspel?

Frågeställning 2: Vilka funktioner fyller spelet för studenter?

Frågeställning 3: Hur hänger bakgrundsfaktorer liksom kön, ålder och relationsstatus samman med datorspelvanor?

Frågeställning 4: Hur hänger datorspelvanor ihop med den självskattade psykiska hälsan och sociala faktorer?

## 1.4 Begrepp och definitioner

I arbetet återkommer vissa termer och begrepp som vi vill precisera och definiera. De begrepp som tas upp i detta avsnitt är;

### 1.4.1 Vanor

Vanor är baserade på en typ av inlärning. Ju mer du ägnar dig åt en syssla ju lättare blir det för dig att utföra den. Man utvecklar en vanecirkel. Vanecirkeln består av en signal som berättar att en vana ska aktiveras, vanan startar i sin tur ett beteende och beteendet leder till en belöning. När ett beteende har blivit en vana så slutar hjärnan att lägga så mycket fokus på själva utförandet av vanan. Det går i princip av sig självt (Duhigg 2014 s. 25-26). Dessa vanor kan fylla en eller flera funktioner kopplat till individens vilja att utföra handlingen.

### 1.4.2 Datorspel

Datorspel är vår samlade term för alla spel som är digitala. Det vill säga alla spel som spelas på datorer, konsoler och mobiltelefoner. NE definierar datorspel som ”elektroniska videospel för persondatorer men också för till exempel spelkonsoler och mobiltelefoner” (Nationalencyklopedin 2020).

### 1.4.3 Spelande

Med spelande syftar vi i detta arbete på aktiviteten att antingen via en dator, mobiltelefon eller en konsol spela data- eller tv-spel. Spelande inkluderar alltså inte kasinospelande eller spel på hästar, då vi istället benämner detta som “spel om pengar”. Spelandet är dock inte låst vid endast onlinespelande, utan även individer som spelar offline fångas upp i vår enkät.

Idag kan man spela data- och tv-spel på en mängd olika sätt. Det finns olika plattformar att spela på och inom dessa plattformar kan man i sin tur spela på olika sätt. Man kan spela ”stationärt” eller ”mobilt”. Mobiltelefonen är en självklar variant på ett mobilt spelande, men det finns även konsoler som är bärbara och fyller samma funktion för att spela mobilt.

### 1.4.4 Gamer

En gamer är en person som spelar spel. Att vara en gamer är mest förknippat med att spela digitala spel såsom data- och tv-spel men det kan även avse andra typer av spel som till exempel sällskapsspel/brädspel. En viktig faktor är att en gamer är en dedikerad spelare som



lägger ner mycket tid och engagemang i sitt spelande. I vår uppsats är termen Gamer könsneutral.

### **1.4.5 Sociala behov**

Vi människor har ett grundläggande behov av positivt samspel med andra människor. Detta kan inkludera positiva åsikter och tankar om en själv, men även begrepp som status, tillgivenhet och beteendebekräftelse. Allt detta inkluderas i sociala behov och kan ta plats både i verkligheten och inom spelets värld.

### **1.4.6 Psykisk hälsa**

Detta är ett begrepp som vi i undersökningen använder för att beskriva såväl psykisk hälsa som psykisk ohälsa. Det är i grunden neutralt och syftar på att belysa det psykiska måendet. Definitionen av god psykisk hälsa baseras på folkhälsomyndigheten och innebär inte endast en frånvaro från sjukdom eller besvär, utan även ett tillstånd som innefattar både välbefinnande och funktionsförmåga.

Mer konkret handlar det om att kunna balansera positiva och negativa känslor, att känna tillfredsställelse med livet, att ha goda sociala relationer och att utveckla sin inre potential. Det handlar även om att kunna känna njutning, lust och lycka. En god psykisk hälsa är en grundläggande resurs för att man ska kunna bemästra livets olika svårigheter men det är också en tillgång för samhället ur en social och ekonomisk synvinkel. (Folkhälsomyndigheten 2020b)

## **2. Kunskapsläget**

I detta avsnitt presenterar vi tidigare forskning som vi anser är relevant och som pekar på viktiga faktorer som vi kan använda oss av i vår egen studie. Inledningsvis presenterar vi forskning som tar upp några samband mellan psykisk hälsa och datorspelsmissbruk. Därefter lyfter vi fram tidigare forskning som pekar på ett par motivationsfaktorer till varför individer väljer att spela datorspel. Avslutningsvis har vi med forskning som beskriver olika funktioner och vilket syfte dessa funktioner har för de som spelar datorspel utifrån tidigare forskning.

Vi har använts oss av lubsearch för att finna litteratur och tidigare forskning till vårt arbete. Samtliga referenser är peer-reviewed. Vi har använt oss av sökorden: spelandets motivationsfaktorer, motivations engagemang, datorspelande, spelandets funktion, dataspelsberoende, dataspelsberoende i vuxen ålder, gaming kopplat till depression, datorspelsvanor, funktioner, förhållning, utveckling, spel, dataspel och psykisk hälsa och dess motsvarigheter på engelska.

## 2.1 Spelande och psykiskt mående

Jakub Mikuska och Alexander T. Vazsonyi (2018) undersöker i sin studie *Developmental Links Between Gaming and Depressive Symptoms*, om det finns ett samband mellan depression och att spela datorspel och på vilka sätt dessa två faktorer påverkar varandra. I deras longitudinella studie över 11 år, studeras unga människors spelvanor från att de var 16 år upp till de var 27 år. Studien kom fram till att korrelationen mellan depression och ett datorspelande var blandat, några resultat visade på ett ökat spelande medan andra visade på ett minskat spelande. Ett exempel på det sistnämnda är om respondenten uppvisat djupare nivåer av depression, då visade det sig innebära att spelandet minskade. Vidare skriver de att spelandet överlag ökar när det gäller unga människor upp till 21 års ålder. De som avvek från denna faktor var de som uppvisade depressiva symptom vid 16 års ålder. De hade istället en tendens att minska sitt spelande i vuxen ålder. En förklaring till detta kan vara att depressionen hos respondenten gjort att hen förlorat sitt intresse för sin hobby. En annan viktig faktor är hur man planerar sitt spelande. Har man som ung vuxen problem med att balansera sitt spelande trots att man har ett heltidsarbete och ett aktivt förhållande så finns det en hög sannolikhet för att utveckla depressiva symptom. Överlag visar studien på att sambanden mellan depression och datorspelande var blygsamt. En anledning till detta var att studien gjordes med utgångspunkt för populationen överlag och att man förmodligen hade fått ett annat resultat om man fokuserat på de som själva kallar sig för gamers och jämfört med de som inte spelar datorspel (Mikuska & T. Vazsonyi 2018 s 680, 689, 691–693).

Laura Stockdale och Sarah M. Coyne (2018) nämner i sin studie *Video game addiction in emerging adulthood: Cross-sectional evidence of pathology in video game addicts as compared to matched healthy controls* att data- och tv-spel idag ses som något vardagligt och

normativt i det västerländska samhället. För de allra flesta ses datorspelande som ett ofarligt och roligt sätt att slappna av och att socialisera med sina vänner. Men det finns också individer som inte klarar av att hantera sitt spelande på ett positivt sätt och utvecklar ett data- och tv-spelsberoende. Stockdale och M. Coyne kom fram till att de som utvecklat ett data och tv-spelsberoende oftare drabbats av negativa effekter såsom försämrad social kompetens, ensamhet, ökat impulsivt agerande och större sannolikhet för att utveckla depression och ångest. Personer med ett data och tv-spelsberoende visade upp ett varaktigt sämre psykiskt mående. Många hade mer ångest, mer depression, var aggressiva och kände ett mindre välmående än de som inte var beroende (Stockdale & M. Coyne 2018 s. 266, 269–270).

Geir Scott Brunborg, Rune Aune Mentzoni och Lars Roar Frøland (2014) skriver i sin studie *Is video gaming, or video game addiction, associated with depression, academic achievement, heavy episodic drinking, or conduct problems?* att det finns ett par faktorer som förknippas med ett datorspelsberoende. Ju kraftigare datorspelsberoende desto djupare depression. En annan faktor som påverkas är skolgången då deras resultat visar på att spelberoende påverkar skolgången negativt. Överlag visar studiens resultat på ett relativt starkt samband mellan negativa konsekvenser och ett spelberoende. Vad som däremot inte var en uppenbar faktor var tiden som lades på spelen. De som spelar datorspel engagerat över lång tid behöver inte nödvändigtvis innebära att de samtidigt är data och tv-spelsberoende. De menar på att man måste göra skillnad på ett engagerat spelande och ett skadligt spelande (Brunborg, Geir Scott, Rune Aune Mentzoni & Lars Roar Frøland 2014 s 29–30).

Om vi ställer Mikuska och T. Vazsonyi (2018) och Stockdale och M. Coyne's (2018) studier mot varandra så kan man utläsa två olika angreppssätt till sambandet mellan ett datorspelsberoende och ett sämre psykiskt mående. I Mikuska och T. Vazsonyi studie är det fokus på depression. Det intressanta i deras studie var att de kom fram till att sambandet mellan ett spelberoende och depression var blygsamt. Samtidigt menar Stockdale och M. Coyne med deras studie att ett spelberoende överlag hade en mycket större negativ inverkan på individens mentala hälsa och att ett spelberoende definitivt påverkar ångest och depression. Detta är något som bekräftas i studien av Geir Scott Brunborg, Rune Aune Mentzoni och Lars Roar Frøland (2014). Det intressanta är att Mikuska och T. Vazsonyi menar på att det inte är helt säkert att ett spelberoende orsakar en depression för individen. Det kan istället vara så att individen spelar för att hen är deprimerad och använder spelandet

som en faktor att fly från sin jobbiga situation. Detta är intressant och visar på att ett datorspelande inte är endimensionellt. Det kan finnas olika dimensioner till varför man utvecklar ett datorspelsberoende och om ifall det psykiska måendet påverkas eller påverkar datorspelet i grunden. En annan tänkvärd vinkel som tas upp av Geir Scott Brunborg, Rune Aune Mentzoni och Lars Roar Frøland är tidsaspekten av ett spelande. Ett långvarigt spelande innebär inte per automatik att man som spelare tar skada av att spela eller rentav lider av ett spelberoende. Det skulle till exempel kunna innebära att vissa gamers spelar långt in på natten men kan ändå anpassa sig till sina studier och klara av dessa. Samtidigt kan spelvanorna vara förödande för både sysselsättning och socialt liv ifall det tar upp allt för mycket tid och en svårighet att bedöma hur länge spelet varar kan uppstå.

## 2.2 Spelandets motivationsfaktorer och funktion för individen

Nick Yee (2006) skriver i sin studie *The Demographics, Motivations, and Derived Experiences of Users of Massively Multi-User Online Graphical Environments* om fem olika motivationsfaktorer för spelande. Studien använder sig av kvantitativ metod och det empiriska materialet är inhämtat genom internetenkäter. Populationen består av användare av "Massively Multi-User On-line Role-Playing Game" vilket även förkortas MMORPG, vilket är en spelgenre. Yees studie lät bland annat respondenterna svara på flertalet frågor och påståenden gällande deras spelande. Dessa svar analyserades genom användandet av en faktoranalys, vilket ledde till att Yee kunde utforma en modell där fem motivationsfaktorer för MMO-spelande framgår. Dessa består av *relationship*, *manipulation*, *immersion*, *escapism* och *achievement*. Den första faktorn mäter i vilken grad spelaren vill interagera med andra spelare vilket inkluderar att skapa vänskapsband samt att dela tankar och bekymmer med andra spelare. Manipulationsfaktorn mäter hur benägen spelaren är att objektifiera andra spelare för att manipulera dem till sin egen personliga vinning och tillfredsställelse inom spelet. Respondenterna som befinner sig inom denna faktor visar en tendens på att föredra att dominera andra. *Immersion* syftar på de spelare som uppskattar att ge sig in i en fantasivärld och även att vara någon annan än sig själv. Vidare så visar det sig att dessa spelare uppskattar historieberättandet inom spelets värld samt att få skapa egna karaktärer som knyter an till den fiktiva världens berättelse. *Escapism* syftar på de spelare

som använder sig av den virtuella världen för att temporärt undvika, glömma bort, eller fly från den riktiga världens stress och problem. Det som Yee beskriver som “The Achievement factor” mäter önskan att bli kraftfull i den virtuella världens kontext genom att uppnå mål och att införskaffa föremål som leder till makt i spelet (Yee 2006, s. 309–311, 314, 317-320).

I studien *Motivational engagement and video gaming: a mixed methods study* skriver Bobby Hoffman och Louis Nadelson (2010) om olika faktorer som kan motivera och engagera spelare som spelar datorspel. I sin studie har de valt att fokusera på spel som innehåller många olika nivåer att spela igenom. Varje gång spelaren klarar en nivå så når spelaren en framgång och där framgången i sin tur leder till svårare och svårare nivåer. Anledningen till att de valde just den här typen av spel var för att dessa spel lutar sig åt ett inre engagemang och en inre motivation för att spela datorspelen. Studien är utförd på frivilliga studenter på ett universitet i USA. Hoffman och Nadelson använder sig av tre forskningsfrågor. Den första frågan är, Vilka faktorer överväger individen innan hen väljer att spela datorspel? Den andra frågan är, Vilken aspekt av upplevelsen gör att spelaren kommer tillbaka för att spela igen? Den tredje och sista frågan är, Har ni lärt er något av att spela datorspel? (Hoffman & Nadelson 2010 s. 245, 246, 257, 262, 265).

Hoffman och Nadelson (2010) kommer fram till att det finns tre huvudfaktorer till att en individ väljer att spela datorspel. Den största faktorn till att vilja spela datorspel enligt studien var för att ha kul och för att slappna av. Många respondenter svarade att de spelade för att “fly” den vardagliga rutinen såsom skolgång eller arbete. Några uppgav att de spelade för att hantera sin depression och ångest. Den andra faktorn var den sociala faktorn. En stor andel spelade datorspel med andra. Några spelade för att det var kul och trevligt att spela med andra människor medan andra använde tävlingsmomentet som en anledning till att spela. Den tredje faktorn var ett måldrivet och kontrollerande spelande. Detta innebar att spelaren hade ett mål att följa i spelet och det var målet som lockade till ett fortsatt spelande. Den kontrollerande faktorn var att man som spelare känner att man har kontroll över händelserna, som spelare styr du tempot, du avgör var du flyttar din karaktär osv (Hoffman & Nadelson 2010 s. 257, 261, 262).

När det gäller forskningsfrågan, “Vilken aspekt av upplevelsen gör att spelaren kommer tillbaka för att spela igen?” så finns det många intressanta faktorer. Återigen betonas den

sociala faktorn av respondenterna. Många uppger att de inte skulle spela om de inte hade vänner som spelade samma spel. En annan aspekt som framkom är att datorspel kan bidra till en gemenskap över åldersgränserna. En av de vanligaste orsakerna till att spelare återkom till att spela var känslan av att lyckas, att få en känsla av att utvecklas och att bli bättre på spelet. Detta bidrar till en lyckokänsla och stolthet över att man faktiskt klarat en svår och krävande uppgift. På frågan "Har ni lärt er något av att spela datorspel?" så blev svaret att ingen av respondenterna uppgav att de hade som mål att lära sig något av att spela datorspel. Vilket innebär att de inte lärt sig något specifikt men att några menade på att man utvecklat ett bättre logiskt tänkande (Hoffman & Nadelson 2010 s. 262-265).

Sammanfattningsvis så kan vi konstatera att spelandet fyller olika funktioner och motiverar alla gamers på olika sätt. Hoffman och Nadelson (2010) och Yee (2006) kommer fram till väldigt snarlika anledningar till varför man väljer att spela datorspel. Hoffman och Nadelson menar på att de flesta av oss spelar för att det är roligt och för att slappna av. Andra spelar för att fly vardagens tristess och hantera depression och ångest. Därför är det spännande att se att det Yee i sin studie skriver om passar väl in i Hoffmans och Nadelson's studie. Yee nämner att eskapismen är ett sätt för spelaren att fly in i spelandets värld för att undkomma de vardagliga bekymren. Yee's studie berörde en specifik spelgenre (MMORPG) men det visar sig att dessa motivationsfaktorer verkar gå att anpassa på andra spelgenres likt den som Hoffman och Nadelson hade i sin studie. Båda studierna visar på att det sociala samspelet är viktigt för gamers. Att knyta an ny vänskap och att spela med vänner visade sig vara betydelsefullt. Båda studierna visar också på att många gamers spelar för att uppnå ett mål och att det är detta mål som gör att man väljer att spela vidare. Yee beskriver det som "The achievement factor" att bli bättre och mäktigare, medan Hoffman och Nadelson beskriver samma faktor som ett måldrivet spelande, att klara av målet som finns i spelet. Att nå målet motiverar gamern att spela spelet.

## **2.3 Sociala och emotionella funktioner**

Cheryl K. Olson (2010) skriver i sin artikel *Children's Motivations for Video Game Play in the Context of Normal Development*, om olika positiva egenskaper som data och tv-spel idag kan ha på barn och ungdomar och att vuxna ibland inte riktigt förstår sig på alla nyanser som finns i spelandets värld. En av fördelarna med datorspel är att det är ett socialt verktyg för

samtal mellan barnen. Till exempel menar Cheryl att barn väldigt ofta pratar om spel på sina raster. Detta har blivit ett ämne att prata om precis som film och musik. Det för barn tillsammans. Samtidigt är datorspel ett sätt för barn och tonåringar att träffa nya vänner. Barnen använder det gemensamma intresset för att skapa nya bekantskapskretsar. En annan viktig punkt som tas upp är att många barn och tonåringar hävdar att de har lärt sig ledarförmågor när de skall organisera sina vänner i onlinespel (Olson 2010 s. 180-182).

Det finns också fördelar på det mer emotionella planet gällande datorspelande för barn och ungdomar. Cheryl K. Olson (2010) menar att många barn använder sitt data- och tv-spelande som ett sätt att reglera sitt humör, till exempel genom att spela datorspel för att slappna av. (Olson 2010 s. 182).

## 2.4 Förhaling och datorspelande

I artikeln *Playing a video game is more than mere procrastination* (2019) studerar Kent Nordby, Ronny Andre Løkken och Gerit Pfuhl ifall ett datorspelande kan vara en orsak till att man förhalar eller skjuter upp andra viktigare saker som måste göras, såsom att städa, göra läxorna och dylikt. De utförde två olika studier där den första fokuserade på att ju mer man ägnade sig åt aktiviteter som gav olika belöningar ju mer valde man att förhala eller skjuta upp andra viktiga aktiviteter. Undersökningen gjordes på alla plattformar vilket innebar, datorer, konsoler och mobiltelefoner. Resultatet av den första studien visade på att det inte fanns ett starkt samband mellan att spela ett spel och förhala andra aktiviteter. Den andra studien fokuserade på att se om det fanns ett samband med att spela för att förhala eller skjuta upp andra aktiviteter. Ett par exempel som de nämner som orsaker till att spela är att fly från vardagens bestyr eller att spela för att varva ner. Denna studie fann ett positivt samband mellan att spela för att förhala andra aktiviteter och de antal timmar man spelar. De sammanfattar sin studie med att påpeka att de flesta spelar för nöjes skull men att några väljer att spela för att ta en paus från de vardagliga aktiviteterna. Studien fann inga starka samband mellan att spela datorspel och att förhala aktiviteter. Däremot fann de att av de som valde att spela för att ta en paus från de vardagliga aktiviteterna så var deras förhaling betydligt högre än de som valde att spela för nöjes skull. Intressant nog så verkar det som att de som spelar för att ta en paus i grunden inte spelar fler timmar än de som spelar för nöjes skull. Detta

stärker tidigare forskning som hävdar att enbart tid i sig själv inte är avgörande för hur negativt eller skadligt spelandet är (Norby, Andre Lökken & Pfuhl 2019 s. 3-5, 7-9).

## 3. Teori och begrepp

I denna del av uppsatsen presenterar vi vilka teorier och begrepp som vi använder oss av i analysen. Teorierna har fokus på motivation, teorin om självbestämmande, grundläggande behov och dess tillfredsställelse, flow och olika sociala behov.

De olika teorierna bidrar till att analysera vad funktioner kan innebära kopplat till medfödda inre behov (SDT, Flow), sociala behov (SPF-theory) samt tillfredsställelsen av dessa. Vidare så möjliggörs även en koppling till psykologiskt välbefinnande i samband med uppfyllandet av behoven som tillfredsställs av olika funktioner. Teorierna är främst relaterade till de olika funktionerna i undersökningen, men agerar även som en förklaringsmodell i jämförelsen med vanor eller bakgrundskategorier likt kön, ålder och relationsstatus.

### 3.1 Teorin om självbestämmande (SDT)

Huvudtesen inom denna teori är att motivation bygger på tre inre behov som är medfödda. Dessa behov består av *kompetens*, *tillhörighet* och *autonomi* och måste tillfredsställas. Dessa behov betraktas som psykologiskt nödvändiga för organismen och är inte inlärd. De är nödvändiga i förhållande till psykologisk utveckling, integritet och välbefinnande. För att organismen ska fungera optimalt behöver alltså dessa behov tillfredsställas till förmån för den psykologiska hälsan och det psykologiska välbefinnandet. Människan söker spontant, om hen får chansen, efter situationer och relationer som kan tillåta eller till och med stödja tillfredsställandet av ovan nämnda behov. Uppnås tillfredsställelsen så kommer individen således att uppleva psykiskt välbefinnande (Karlsson 2017, s. 352-353).

Samtliga av dessa tre behov bedöms som avgörande för den individuella utvecklingen och ingen av dem är viktigare än den andra. Oavsett vilket av behoven som utesluts så leder det till betydande negativa konsekvenser för individen. Eftersom motivation och mål bygger på dessa tre behov så påverkas den psykiska hälsan och det psykiska välbefinnandet även av bristen på motivation och målsättning ifall behoven inte tillfredsställs.



SDT utgår ifrån att människor är aktiva organismer som vill utvecklas. Vidare så anses vi ha en naturlig inre strävan efter att smälta samma olika delar i den psykiska apparaten för att sedan integrera detta till ett sammanhållet själv. Det finns även en strävan efter att integrera oss själva i större sociala strukturer. En del av den mänskliga naturen består av just detta, att aktivt engagera sig i aktiviteter som anses vara intressanta, att utföra uppgifter som individen själv anser sig vara bra på och att vilja ingå i dessa olika grupper eller strukturer. Dessa sammanhang integrerar interpsykiska och interpersonella erfarenheter till en helhet. För att denna integration ska ske så krävs dock att både de inre och yttre förutsättningarna existerar (Karlsson 2017, s. 352-354).

De inre förutsättningarna består av egna förmågor och resurser medan de yttre fokuserar på i vilken miljö individen befinner sig i, med fokus på att den ska vara tillåtande och öppen. Om dessa förutsättningar inte existerar så kan det leda till negativa konsekvenser för individen, liksom följderna ifall de tidigare nämnda tre behoven inte blir tillfredsställda. Exempel på dessa negativa konsekvenser kan vara bristande empati, egoism, antisociala beteenden samt psykisk ohälsa. Sammantaget så går det alltså att konstatera att SDT bygger på att de miljömässiga förutsättningar som existerar ska tillåta tillfredsställelse av de grundläggande behoven och att det påverkar individens livsglädje samt den psykiska hälsan. Människans intresse och engagemang för ett visst beteende är ett resultat av hur väl de grundläggande behoven tillfredsställs av det aktuella beteendet och inte utav yttre förstärkningar. Den inre motivationen och viljan att utforska och utvecklas baserar alltså på denna tillfredsställelse (ibid.).

## **3.2 Flow**

Begreppet *flow* skapades av psykologen Mihály Csíkszentmihályi. Begreppet har en koppling till de tre behoven (tillhörighet, kompetens och autonomi) som finns i teorin om självbestämmande (SDT). Om dessa tre behov blir uppfyllda så finns det en stor chans att ett flow uppstår (Karlsson 2017 s. 355).

Själva definitionen av flow är att man känner att de förmågor man har räcker för att klara av den utmaning man står inför. Man befinner sig i ett målinriktat fokus som ger tydliga signaler

om hur man har klarat sig. Samtidigt befinner man sig i en sådan situation att ens koncentration är fullt fokuserad på uppgiften, detta innebär i sin tur att man inte uppmärksammar andra mindre viktiga saker. När man befinner sig i ett flow så är man inte medveten om sig själv längre och man tappar dessutom tidsuppfattningen. Det är känslan av att hamna i ett flow som gör att man är villig att utföra aktiviteter just för den tillfredsställelse som ett flow innebär. Detta oavsett om aktiviteterna som man gör är svåra eller rent av farliga. Att uppleva ett flow innebär att man får en känsla av upptäckande och en känsla av kreativitet, dessa leder i sin tur till nya medvetandetillstånd (Karlsson 2017 s. 355).

Flow kan indelas i tre olika kategorier, dessa är, kroppens flow, tankens flow och arbetets flow. Vi har valt att fokusera på tankens flow som är baserad på vår förmåga att tänka, till exempel genom att spela ett spel eller lösa gåtor och pussel. Det krävs dock vissa saker för att man ska kunna uppnå ett flow av mental aktivitet. Till exempel är det viktigt att man kan få en uppgift att koncentrera sig på som är anpassad efter ens nuvarande skicklighetsnivå. Den viktigaste grundförutsättningen för att nå ett flow med tanken är minnet. Med hjälp av minnet kan man skapa och utveckla de begrepp som är en förutsättning för att nå ett tankemässigt flow (Karlsson 2017 s. 355).

### **3.3 Social Production Function Theory**

I denna uppsats så använder vi oss av en distinktion mellan tre olika sociala behov som presenteras i Social Production Function (SPF) theory. De sociala behoven består av: affection, behavioral confirmation och status. Grunden i den sociala delen består av att vi människor har ett begär av positiva åsikter från andra människor.

#### **3.3.1 Status**

Det evolutionära perspektivet konstaterar att status är ett universellt mänskligt behov och att status kan bidra till att individen får ett större utbud eller tillgång till resurser, vilket till exempel kan vara sexpartners, möjligheter i livet, mat och allierade. Statusen kan beskrivas som ett slags relativt stående där primater sannolikt sökte sig till ett högre relativt stående, delvis genom tidigare nämnda resurser. Det är viktigt att observera att för människor så har basen för statusskillnader skiftat under evolutionens gång från dominans till prestige, vilket även har medfört ett skifte gällande vilka strategier som används för att uppnå och bibehålla

en viss status. Inom dominanshierarkier så är status relaterat till tvång, hot och att infoga rädsla. Prestigehierarkier fokuserar snarare på att status är relaterat till ett uppvisande av kompetens och talang men även ett urval av positiv påverkan från andra likt beundran av den uppvisade kompetensen och talangen. Dock så ska vi komma ihåg att även hos människan så finns inslag av dominanshierarkier kvar, det kan även vara så att kombinationer av dominans och prestige råder inom vissa kretsar. Förutom den evolutionära forskningen visar empiriska bevis på att närvaron av statussträvande kommer från en mängd olika samtida källor. Det finns bland annat historiska bevis gällande vikten av "heder" i princip alla samhällen. Vidare så visar det sig även att äldre personer som inte verkar bry sig om status längre, bryr sig om och drar fördel av deras egna välmående från jakten på högre status om chansen för en sådan jakt uppkommer. Status är något som universellt ses som ett mål i sig själv och forskningen visar att det även är ett universellt behov. Dock så finns det en annan sida av status i dagens samhälle där status inte är lika baserat på hot och rädsla. För att få status som inte är baserad på detta så måste det finnas människor som beviljar status. Sociala behov har utvecklats baserat på sin motpart, behovet av att få status är baserat på behovet av att utvärdera andra och deras värderade talanger som kan påverka det goda för kollektivet. Detta kan även kopplas till emotioner som beundran och överlägsenhet (Lindenberg 2013, s 77-80).

### **3.3.2 Affection**

Tillgivenhet är ett behov som är etablerat hos människan idag och som är tätt kopplat till kärlek. Sett ur ett evolutionärt perspektiv kan vikten av tillgivenhet (värme) kopplas till den sociala hjärnan. Den relativt större neocortex som människan har i jämförelse med andra djur tillåter oss att leva i större grupper men möjliggör också en större investering i uppfostran då människans barn ofta behöver tas hand om längre än andra djurs ungar. Den långa tiden av föräldraomsorg blir säkrare genom bandet inom paret som är föräldrar. Tillgivenhet förstärker både bandet inom föräldraparet men även positivt föräldraskap vilken innehåller omsorg, empati, överföring av knappa resurser och ökar barnets villighet att bli påverkad av föräldern. Överföring av kultur vilket är viktigt för att sortera ut anpassningsfördelar i grupper och påverkas positivt av just viljan att bli påverkad. Detta innebär att tillgivenheten kan påverka såväl individens som gruppens överlevnadsmöjligheter. Saknaden av tillgivenhet från andra kan leda till psykopatologi och dålig hälsa. Tillgivenhet (emotionellt stöd) har pålitliga positiva effekter på psykologisk funktion och avsaknad bidrar till negativa effekter likt försämrad kardiovaskulär funktion, hormonfunktioner och immunsystemets funktion (ibid.).

### **3.3.3 Behavioral confirmation**

I evolutionära termer så gör vikten av grupptillhörighet för individens anpassningsförmåga det sannolikt att det har varit en selektiv press på att vara känslig och extra mottaglig för signaler som förmedlar individens ståndpunkt inom gruppen och att ett behov har utvecklats kopplat till att känna sig accepterad av gruppen. Detta kallas för “behovet att känna tillhörighet” vilket är en kraftfull, fundamental och extremt genomträngande motivation. Detta kopplas till det evolutionära begäret att känna tillhörighet till en grupp. Behovet av att känna tillhörighet är en blandning av det grupprelaterade behovet och tillgivenhet. Behavioral confirmation, eller beteendebekräftelse, refererar till det faktum att i princip allt vi människor gör, vare sig det handlar om att uttrycka åsikter eller känslor, söker vi bekräftelse av andra. Status och tillgivenhet är något annat. Status är ett “relativt stående” inom en grupp och tillgivenhet handlar om social acceptans vilket är centralt för nära relationer och generellt mer ovillkorlig än beteendebekräftelse. Att känna sig accepterad och bekräftad av gruppen är ett separat socialt behov. Vid misslyckande att uppnå till gruppens standard är oftast tätt följt av negativa känslor, där den mest framstående är skam (ibid.).

## **4. Metod**

### **4.1 Förförståelse**

Vår förförståelse gällande data- och tv-spel sträcker sig till vår egen konsumtion av spel och är tämligen god. Datorspel är något som vi båda har spelat under en stor del av våra liv. Spelandet har under våra liv fluktuerat i betydelse men har alltid varit en närvarande faktor. Vidare så har vi även använt oss av spelandet för olika syften, såväl som underhållning som en social aspekt i att bygga och bibehålla relationer. Detta är något som givetvis påverkar vårt intresse för detta ämne, det leder även till att vår tanke innan undersökningen är att spelandet kan ha olika funktioner och att det kan vara väldigt individuellt. Intrycket som vi har fått gällande samhällets syn på data- och tv-spelande som aktivitet via bland annat medier, sociala medier och dylikt är att generellt betraktas detta som något som för det mesta är onödigt och farligt. Dock noterar vi även att det verkar som att det sker en utveckling där det blir allt mer acceptabelt att sitta framför en skärm majoriteten av dagen, vilket kan gå hand i hand med teknikens utveckling och skapandet av nya jobb samt nöjen inom data- och tv-spelsbranschen. Vi har även en tanke om att attityder, tävlingsinstinkt, psykisk hälsa, ålder

och kön är variabler som kan påverka spelandet, dess funktion och speltiden/spelfrekvensen. Vi kan se att det finns ett flertal möjliga funktioner som är uppräddade i tidigare forskning, men vi vet inte vilka funktioner som är centrala och hur de ter sig hos studenter. Det är viktigt att undersöka just detta, delvis då vi som blivande socionomer inte kan reducera spelandets funktioner till stereotypiska föreställningar.

## 4.2 Metodologiska överväganden

Rolf Lind (2014 s. 124) skriver att om studien utgår från olika teorier där olika typer av fenomen studeras samt att man i analysen vill finna samband mellan olika begrepp i empirin då är en kvantitativ undersökning lämplig att använda. Vi har därför i denna uppsats valt att använda oss av just kvantitativ metod för att genomföra vår undersökning. Detta beror på att vi vill mäta en rad frågeställningar på en bred och aggregerad nivå där huvudsyftet är att mäta utbredningen av detta fenomen, som spelandet faktiskt är och vad det fyller för funktion. Vi är alltså mer intresserade av att kartlägga spelvanor och funktioner snarare än ett fördjupat meningsbärande innehåll som en kvalitativ studie hade inneburit. En kvalitativ intervjustudie kan vara en god metod för vidare forskning, men först måste vi på ett övergripande sätt förstå spelandets dimensioner i fråga om tidskonsumtion, olika funktioner, beteenden med mera. Det existerar en viss lättillgänglighet i att skicka ut enkäter inom den kvantitativa forskningens ramar snarare än att utföra intervjuer i det fysiska rummet. Delvis då både tid och resurser inte behöver spenderas på att geografiskt omlokalisera sig, men det existerar även en stor tanke på den rådande pandemin gällande covid-19, vilket gör att enkätfrågor via nätet är mer etiskt gångbart än att utsätta såväl respondenter, oss själva och andra i fara för smitta. Vidare kan detta även vara relevant för vår studie då stora förändringar i samhället har en tendens att påverka forskningen och respondenternas svar. Det är alltså inte helt osannolikt att svaren, speciellt kopplat till tid och frekvens, men även datorspelans funktioner, kan påverkas av den rådande coronapandemin.

Vi har valt att använda oss av en survey-undersökning. Bryman (2018) beskriver survey-undersökningen som en metod man använder sig av för att samla in information via enkäter eller strukturerade intervjuer från en bredare population och vid en viss tidpunkt. Detta i syfte att samla in kvantifierbara data som rör minst två olika variabler för att kunna analyseras för

att hitta olika samband (Bryman 2018 s. 87). Vi har valt att använda oss av enkäter via internet för att samla in vår empiri. Dessa enkäter är standardiserade vilket innebär att ingen enkät är olik den andra (Lind 2014 s. 128). Sett till val av tidpunkt så har alla enkäter skickats ut samtidigt och insamlandet av empirin har avslutats efter en utsatt deadline, detta för att få en så begränsad tidpunkt som möjligt för att minska risken att svaren potentiellt påverkas av förändringar i samhället.

### **4.3 Urval, undersökningspopulation**

Populationen som vi undersöker består av studenter vid Lunds universitet. Anledningen till detta är att vi själva är studenter vid LU och således enklare kan få kontakt med och samarbeta med universitetet. Vi har valt att använda oss av ett obundet slumpmässigt urval, även kallat OSU, för att slumpmässigt välja ut vilka studenter som ska få delta i vår undersökning. Urvalsfraktionen, det vill säga andelen studenter som har chans att komma med i vår studie, är 0,0125. Sannolikheten att en specifik student väljs ut är alltså 1,25 av 100. Vidare så består urvalsstorleken av 500 studenter utav det totala antalet studenter som är cirka 40 000 vid Lunds universitet. Urvalets storlek baseras på en kombination av tid och resurser men även det faktum att vi vill nå ut till så många som möjligt för att öka chansen för signifikans i vår studie, siffran 500 verkar således rimlig. Vi har genom en central enhet med en förteckning över alla inskrivna studenter vid Lunds universitet slumpmässigt fått 2000 mejladresser från Ladok skickade till oss som vi sedan använt oss av i Excel för att generera 500 slumpmässiga siffror mellan 1 och 2000. Dessa siffror bestämmer vilka studenter som får enkäten skickad till sig och därmed även vårt urval.

Anledningarna till att vi har valt denna urvalsmetod baseras på Bryman (2018) som beskriver att obundet slumpmässigt urval lämnar ett väldigt litet utrymme för att den mänskliga faktorn ska skapa skevheter i urvalsmetoden. Urvalet baseras alltså inte på subjektiva kriterier utan allting sker slumpmässigt. Denna metod har även fördelen att respondenterna inte behöver röra sig eller befinna sig på en specifik plats för att kunna ingå i urvalet, vilket underlättar speciellt med tanke på den rådande situationen med covid-19 (Bryman 2018, s. 231-232). Vi vill alltså undvika att urvalet påverkas av t.ex. hur trevliga och tillmötesgående vi eller respondenterna är, eller ifall de befinner sig i skolan just den dagen. Det skulle även kunna

vara så att vi påverkar urvalsprocessen ifall vi stod och delade ut enkäterna rent fysiskt, vilket vi kommer undan genom att skicka ut enkäter över nätet. Den fysiska faktorn tas bort ur ekvationen, vilket både kan innebära fördelar och nackdelar. Vi kan inte påverka respondenterna negativt, men inte heller positivt, till exempel ifall någon skulle behöva hjälp att svara på eller förstå någon av enkätfrågorna. Med denna urvalsmetod så har alltså alla inom målgruppen lika stor chans att delta i vår undersökning och således är det slumpen som avgör. Avslutningsvis så finns det även forskning som redovisar för resultat som talar för att just gruppen studenter påverkas starkare av datorspelande än till exempel vuxna som inte studerar, vilket gör att studenter blir extra relevant att undersöka i vår studie.

Sammanlagt består vårt datamaterial utav 52 enkäter och en svarsfrekvens på 10,4 procent. 10 externa bortfall uppstod vid utskick av enkät då mejladresserna inte var mottagliga för utskickande av enkät. Ytterligare 5 interna bortfall uppstod då enkätsvaren skickades in helt blanka, vilket resulterar i att 47 av respondenterna svarade på enkäten. Det låga antalet respondenter och den svaga svarsfrekvensen ger begränsningar gällande valbara analysmetoder samt möjligheten att generalisera resultatet. Faktumet att undersökningen har en låg svarsfrekvens kan bero på tidpunkten som den skickades ut. Enkäterna skickades ut den 7:e Maj och flertalet c-uppsatser av andra studenter hade redan skickats ut vid denna tidpunkt. Respondenterna kan tänkas tröttna på att svara på enkäter ju fler enkäter som skickas ut. Det kan även vara så att svarsfrekvensen påverkas av ämnesvalet. Människor som inte spelar datorspel eller som inte finner ämnet i sig intressant kan tänkas ha en mindre benägenhet att svara på enkäter om just detta.

## **4.4 Metodens tillförlitlighet**

### **4.4.1 Validitet**

Validitet innebär i grunden att de indikatorer man har skapat verkligen mäter det man har avsett dem att mäta (Bryman 2018 s. 209). Vi har valt att mäta studenters spelvanor med hjälp av en enkätundersökning. Enkätundersökningen består av frågor som vi noga och systematiskt har gått igenom för att säkerställa att de mäter det vi avser att mäta. Ett systematiskt mätfel är när det teoretiska begreppet och variabeln inte är ihopkopplade (Barmark & Djurfeldt 2015 s. 51). För att undvika ett systematiskt mätfel så har vi i stora

drag använt oss av tidigare forskning när vi skapat frågorna gällande funktion, tid och den sociala funktionen som ett datorspel skulle kunna fylla för studenterna. Detta innebär att vi känner oss trygga med de funktionsbegrepp vi använder oss av i enkäten. I likhet med vad Mikael Hjerm, Simon Lindgren och Marco Nilsson (2014 s. 170) tycker så har vi också i samråd med vår handledare diskuterat våra enkätfrågor för att på så vis försöka säkerställa att frågorna på ett så effektivt sätt som möjligt mäter det de är avsedda att mäta.

#### **4.4.2 Reliabilitet**

Barmark och Djurfeldt (2015 s. 52-53) skriver att en hög grad av reliabilitet på en forskning uppstår om man genomför samma undersökning, det vill säga, ställer samma frågor till de respondenter som svarade på ursprungsundersökningen och svaren man får på frågorna blir desamma eller väldigt lika på båda undersökningarna. Bryman (2018 s. 207) skriver dock att det finns en viss problematik att mäta reliabilitet på detta vis. Han menar att respondenten kan vara påverkade av hur de svarade första gången och därför svarar annorlunda den andra gången. Dessutom menar han att om det går för lång tid mellan de olika tillfällena som respondenterna svarar på undersökningen så kan deras svar skilja sig åt. Vidare menar Bryman (2018 s. 208) att det inte finns några direkta lösningar på dessa problem, istället får man försöka forma sin enkät på ett sådant sätt att reliabiliteten blir ett viktigt fokus i utformandet av enkäten.

Enligt Barmark och Djurfeldt (2015 s. 53) så uppstår brister i reliabiliteten ofta på grund av för svårt formulerade eller otydliga frågor. Om respondenten inte förstår frågan eller om svarsalternativen är dåligt anpassade till frågan uppstår problem. För att kunna få en så hög reliabilitet som möjligt så har vi i vår enkätundersökning använt oss av frågor där vi försökt vara så tydliga som möjligt för att hindra att missförstånd uppstår. Dessutom har vi försökt begränsa svarsalternativen på frågorna så att det ska bli så enkelt som möjligt för respondenten att välja ett passande alternativ. En aspekt som kan påverka reliabiliteten positivt är att enkäterna är skickade via e-post. Detta innebär att respondenten fick enkäten utan mellanhänder. Det fanns med andra ord betydligt mindre risk för att respondenterna skulle ha blivit påverkade av yttre förutsättningar (Hjerm, Lindgren & Nilsson 2014 s. 170). Dessutom har vi genomfört en pilotstudie där några personer som vi känner eller är bekanta med får uttala sig och ge oss feedback på frågorna. Detta är också något som Barmark och



Djurfeldt (2015 s. 54) betonar som en bra metod att använda sig av för att säkerställa en hög reliabilitet.

## 4.5 Bearbetning och analys

Det empiriska materialet som vi samlat in fördes in i datorprogrammet IBM SPSS-statistics för att sedan analyseras. Varje ifylld enkät tilldelades ett nummer som följer med in i SPSS, vilket gör att risken att tappa bort vilken enkät som hör ihop med vilken analys minskar.

Dock så var enkäterna redan anonymiserade vilket bidrar till att det inte uppstår någon risk för att koppla vissa specifika svar till en särskild individ. Vi använder oss av univariat analys gällande frågeställning 1 och frågeställning 2, bivariat analys kopplat till frågeställning 3 och frågeställning 4. Chi-test användes även då vi undersökte skillnaden mellan män och kvinnor kopplat till spelande (frågeställning 3).

Den bivariata analysen har som huvuduppgift att hitta samband. Edling och Hedström (2003) beskriver att ett samband innebär ett orsak-verkan förhållande mellan två fenomen. Vidare så kan sambanden ha olika karaktär, och det måste inte innebära att bara för att den ena variabeln förändras så påverkar det den andra. Det finns ensidiga samband där det ena påverkar det andra men inte vice versa. Ett annat samband som presenteras är det ömsesidiga sambandet där båda faktorerna påverkas av varandra. Slutligen så finns det även skensamband där det kan verka som att till exempel kroppslängd påverkar inkomst. Detta skulle kunna vara sant, dock så beror det inte på själva längden i sig, utan på att korta personer tenderar att vara barn, som inte får jobba. Skensamband ger alltså ett sken av att något är på ett visst sätt, men kan missa bakomliggande variabler (Edling & Hedström 2003, s. 51-53).

Samband kommer vara viktiga att presentera i analysen av datamaterialet, och där är ömsesidiga samband vad vi eftersöker, i första hand mellan spelvanor och spelandets funktion. Dock så är denna undersökning även inriktad på att via univariat analys kartlägga datorspelsvanor, vilket inte innebär en direkt jämförelse eller ett fokus på att finna samband.

## 4.6 Hypoteser

Hypotes 1: Datorspelsvanor skiljer sig mellan könen

Hypotes 2: Det finns en rad olika funktioner kopplat till spelande hos studenter

Hypotes 3: Singlar spelar mer än gifta

Hypotes 4: Ju högre sessionstid studenterna uppger desto mer sannolikt är det att en upplevelse av flow existerat

Hypotes 5: Status och dess betydelse skiljer sig i allmänhet jämfört med inom spelvärlden

Hypotes 6: Det psykiska måendet är bättre hos de som inte spelar

Hypotes 7: Yngre spelar mer än äldre

## 4.7 Etiska överväganden

Vetenskapsrådet (2002 s. 7-14) listar fyra forskningsetiska principer som måste följas i akademiskt skrivande. Dessa består av:

1. *Informationskravet*, uppgiftslämnare och undersökningsdeltagare ska informeras om deras uppgift i projektet samt vilka villkor som gäller för deltagande. Vidare så ska de upplysas om att deltagande är frivilligt samt att det går att avbryta medverkan när som helst. Informationen som ges ska bestå av alla inslag i den aktuella undersökningen som kan tänkas påverka deras villighet att delta.
2. *Samtyckeskravet*, uppgiftslämnarens och undersökningsdeltagares samtycke skall inhämtas. De som medverkar i undersökningen har rätt att själv bestämma hur länge samt på vilka villkor som deltagandet baseras på. Avbrytande av deltagande kan ske när som helst utan negativa följder för respondenten.
3. *Konfidentialitetskravet*, all personal som hanterar uppgifter som kan vara etiskt känsliga för den enskilde identifierbara personen bör underteckna en förbindelse om tystnadsplikt. Uppgifter skall inte gå att spåras till den identifierbara personen, framförallt för utomstående.
4. *Nyttjandekravet*, personuppgifter och andra uppgifter får inte användas till något annat än forskningen som de har informerats om. Det får alltså inte vara delaktigt i icke-vetenskapliga syften, likt åtgärder eller beslut som direkt påverkar den enskilde, bland annat inom vård och tvångsintagning.

I vår enkät så har vi utförligt förklara syftet med vår undersökning, vi har även förklarat varför vi anser att vår undersökning är viktig och varför vi anser att respondentens svar är viktiga för oss. Vidare så betonas det att undersökningen är frivillig och att det inte finns något som helst krav på att respondenterna behöver fylla i enkäten, deltagarna är dessutom anonyma. Således undviker vi att svar och personuppgifter går att spåra till respondenterna. Vi upptäckte ett misstag när vi hade skickat ut en påminnelse till respondenterna att fylla i enkäten. Denna påminnelse skickades via e-post och inte via Google Forms (där enkäten skickades från) Detta innebar tyvärr att alla e-postadresser blev synliga för deltagarna. Detta kan ha påverkat konfidentialiteten. Själva utskicket och insamlandet av empirin har gjorts via författare 1 och tillhörande dator. Inga obehöriga har fått ta del av den insamlade empirin. Vi har även följt nyttjandekravet genom att enbart använda insamlad empiri för vår egen studie. Empirin har endast använts för att besvara våra hypoteser och samband.

Det finns andra etiska punkter som vi har tagit hänsyn till när vi planerade och formulerade våra frågor i undersökningen. Till exempel kan man fråga sig om respondenterna kan ta skada av att medverka i undersökningen? Bryman (2018 s. 172) nämner till exempel att vissa deltagare kanske kan få en sämre självkänsla eller känna sig stressade genom att delta i undersökningen. För att motverka denna risk har vi analyserat våra frågor noggrant för att säkerställa att de inte är integritetskränkande eller sårande. I och med att vi också har genomfört en pilotstudie så finns det ytterligare en säkerhetsnivå i att upptäcka eventuellt felaktigt formulerade frågor som kan orsaka respondenterna skada. Vi har också varit tydliga gentemot våra respondenter genom att förklara att det inte är individen som är under granskning utan att det är en generell studie av studenter i Sverige och att analysen främst kommer att baseras på jämförelser inom gruppen samt samvariation mellan olika variabler.

## **4.8 Arbetsfördelning**

Fördelningen under arbetet har generellt sett ut som så att författare 1 och författare 2 enskilt har sökt information för att sedan gemensamt jämföra, diskutera och bedöma källor samt deras resultat. Detta ligger till grund för en stor del av problemformuleringen och tidigare forskning. Vidare så har vi båda författat samtliga delar och efteråt så har texten granskats i sin helhet för att finna potentiella formuleringar eller begrepp som inte använts konsekvent.

Denna gemensamma skrivprocess har fortlöpt genom hela arbetet, vilket även inkluderar syfte, frågeställningar, teori och metod. Enkäten är baserad på ett gemensamt dokument där vi var för sig har lagt in frågor för att sedan gemensamt gå igenom och sortera vad som är relevant och vad som undersöker det vi vill undersöka. Detta har sedan lagts in i enkäten av författare 1. Författare 2 har sedan testat att svara på enkäten. Respondentkontakten har tagits via en gemensam e-post som skickats ut till universitetsstudenterna som vi har formulerat gemensamt. Det empiriska materialet har gemensamt förts in av författare 1 och författare 2 där den ena har läst upp svaren från enkäten och den andra har registrerat detta i SPSS. Presentation av såväl resultat, analys samt slutsatser har utförts av båda författarna.

## **5. Resultat och analys**

Vi kommer här att redovisa de resultat som framträder i vår studie utifrån svaren på enkätfrågorna (Bilaga 1). Vi kommer först att redovisa resultaten på frågorna för att sedan jämföra svaren med varandra på de områden som vi tycker är intressanta och betydelsefulla för vår studie. Därefter kommer vi att analysera resultaten och jämföra det med tidigare forskning och våra teoretiska begrepp som vi skrivit om tidigare i arbetet.

### **5.1 Datorspelandets utbredning**

I tidigare studier av datorspel har man angett att allt fler människor spelar.

Folkhälsomyndigheten (2020a) menar att mer än hälften av alla barn och ungdomar spelar datorspel men att även många vuxna spelar. Bland männen har detta varit en högre andel än bland kvinnorna och Folkhälsomyndigheten hävdar att nästan hälften av alla män spelar samtidigt som endast var tredje kvinna spelar datorspel (Folkhälsomyndigheten 2020a)

I vår studie ville vi undersöka hur många som spelade datorspel. Den fråga som ställdes i enkäten är "Spelar du någon typ av datorspel?". Svartalternativen var ja och nej. Frågan besvarades av 47 respondenter.

I det totala materialet anger 77 procent av studenterna att de spelar någon typ av datorspel medan 23 procent angav att de inte spelade något typ av datorspel (se tabell 1).

Respondenterna som svarade nej hänvisades här vidare i enkäten och är därmed inte med i svaren kopplat till datorspelande.

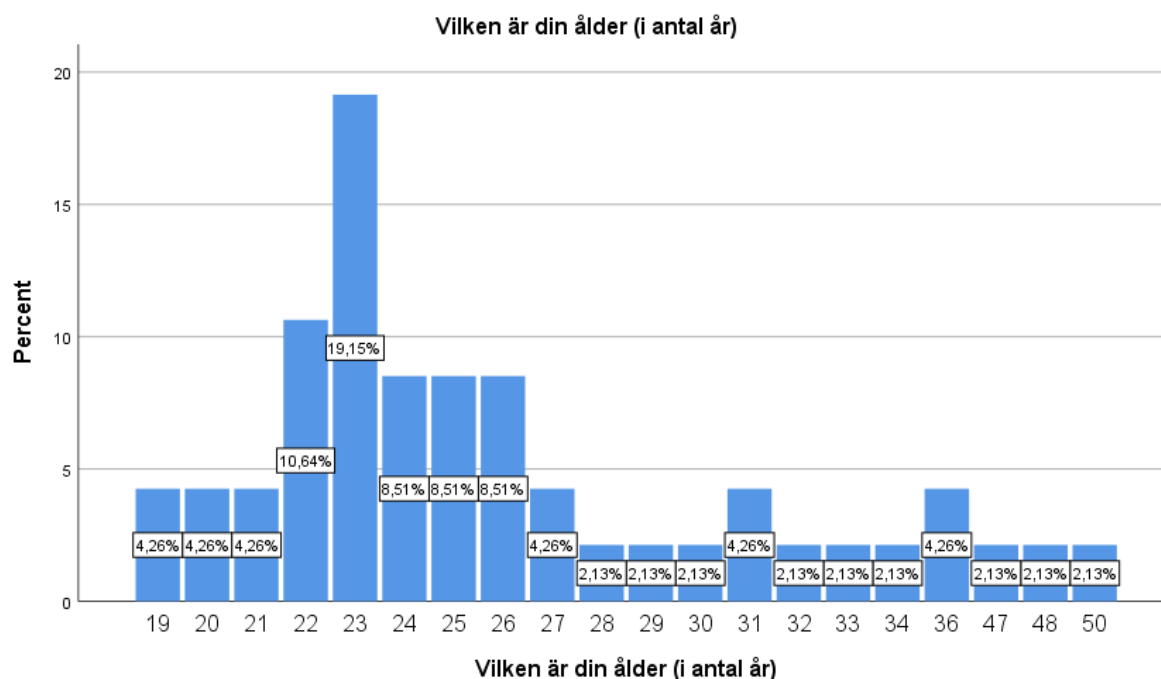
**Tabell 1 Datorspelande bland män och kvinnor, andel i procent**

<b>Spelar du någon typ av datorspel?</b>	<b>Män</b> (n=21)	<b>Kvinnor</b> (n=26)	<b>Totala materialet</b> (n=47)
<b>Ja</b>	95 (n=20)	62 (n=16)	77 (n=36)
<b>Nej</b>	5 (n=1)	38 (n=10)	23 (n=11)
<b>Totalt</b>	100	100	100

Chi<sup>2</sup> 7,4 vid 1 df; p < 0,01

Könsfördelningen i vår undersökning är tämligen jämn där 45% är män och 55% är kvinnor. När vi jämför kön med ifall personen i fråga spelar så visar det sig att cirka 62% av kvinnorna spelar och att 95% av männen spelar. I datamaterialet ser vi alltså en markant skillnad mellan könen. Gällande ytterligare spridning hos respondenterna så ser vi att åldern varierar mellan 19-50 år. Typvärdet är 23 och lägst frekvens återfinns vid åldern 27 och uppåt i åldrarna där frekvensen aldrig stiger över 2. Majoriteten av respondenterna (72%) är 19-27 år och 23-åringar representerar hela 19 procent av stickprovspopulationen. När vi jämför ålder med spelande så ser vi att de 11 respondenterna (23%) som inte spelar består av respondenter som är mellan 20 och 50 år gamla. Detta är alltså en stor spridning och visar inte på att spelande är specifikt kopplat till ålder. Dock så ser vi att de enda åldersgrupperna som endast har svarat nej är 34, 48 och 50 år gamla. Det finns alltså en större variation i de lägre åldrarna där svaret på frågan "Spelar du någon typ av datorspel?" varierar mellan både ja och nej. Högre upp i åldrarna tenderar svaret att luta mer åt nej, vilket kan bero på just ålder kopplat till datorspelande, men det kan även bero på att vi har färre deltagare i vår studie som är äldre.

**Diagram 1. Åldersspannet på de studenter som deltagit i enkäten i ett stapeldiagram (n=47)**



Avslutande frågan som vi ställde gällande respondenternas bakgrund handlar om relationsstatus. Vår undersökning visar att majoriteten av studenterna (74%) antingen är i en samborelation eller är singlar där gruppen som ingår i en samborelation är störst med 43%.

**Tabell 2 "Spelar du någon typ av datorspel?" indelat i relationsstatus, andel i procent (n=47)**

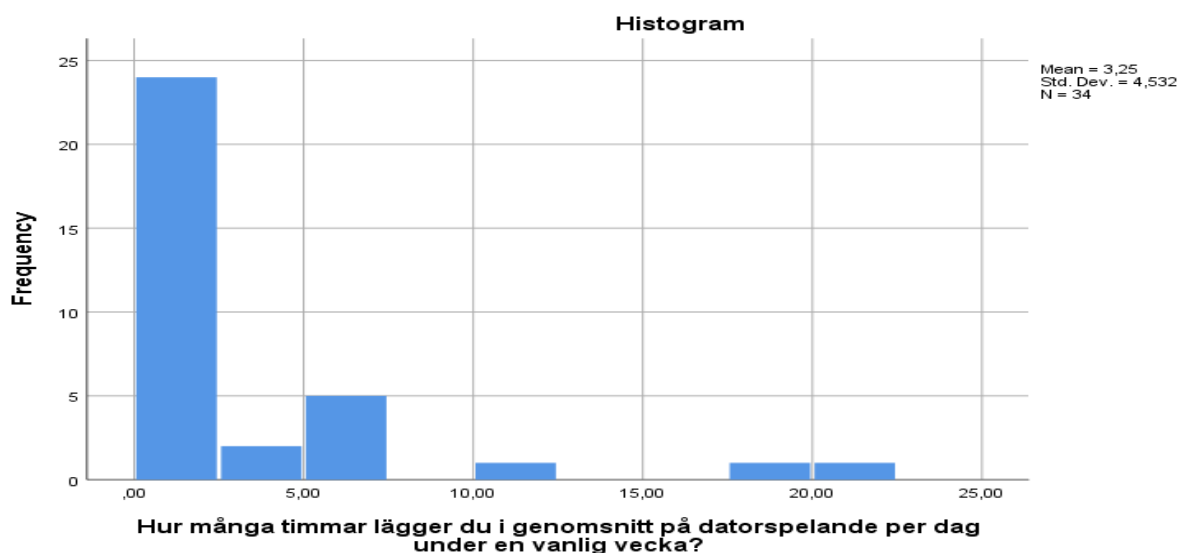
Spelar du någon typ av datorspel?	Singel	Sambo	I ett förhållande, bor inte tillsammans	Gift
<b>Ja</b>	80 (n=12)	80 (n=16)	78 (n=7)	33 (n=1)
<b>Nej</b>	20 (n=3)	20 (n=4)	22 (n=2)	67 (n=2)
<b>Totalt</b>	100 (n=15)	100 (n=20)	100 (n=9)	100 (n=3)

Vi ser även att spelandet skiljer sig något mellan de olika grupperna. Inom gruppen singlar och gruppen sambos så är det 80% som spelar, inom gruppen som är i ett förhållande men som inte bor tillsammans så är det något färre som spelar (78%). Vi kan se att grupperna "singel", "sambo" och "i ett förhållande, bor inte tillsammans" är tämligen lika vad avser spelande. Den stora skillnaden ser vi gällande de studenterna som är gifta där endast 33% spelar. De gifta representerar bara ett fåtal respondenter i vår enkät och kan därför enbart ses

som en indikation och inget som vi kan dra några slutsatser av. Detta begränsar alltså möjligheten gällande den statistiska analysen.

Gällande datorspelandets utbredning sett till tidsaspekten så ser vi i nedanstående diagram 2 hur många timmar som studenter spelar i genomsnitt per dag i veckan. Svaren är baserade på studenter som svarat ja på ovanstående fråga som redovisas i tabell 1. Studenter som inte spelar är alltså inte inkluderade i statistiken gällande frågor om datorspelande. I genomsnitt spelar studenter 3,25 timmar per dag, dock ska det noteras att vi har uppmätt tre extremvärden som ligger på 10, 18 och 20 timmar per dag. Dessa påverkar medelvärdet radikalt. Anledningen till att vi valt att definiera dessa som extremvärden grundar sig i att dessa svar är de enda som ligger utanför standardavvikelsen. Mer ingående så kan vi utläsa från diagram 2 att standardavvikelsen ligger på 4,5 timmar per dag. Denna skillnad vittnar om att värdena är tämligen utspridda i förhållande till medelvärdet. Dock så har 50% av respondenterna svarat att de spelar 2 timmar eller mindre om dagen och 75% har svarat att de spelar 3,5 timmar om dagen eller mindre. Detta betyder alltså att respondenter som spelar mer än 3,5 timmar per dag endast representerar 25% av studenterna.

**Diagram 2 Hur många timmar som studenter i genomsnitt spelar per dag i veckan (n=34)**



Det genomsnittliga antalet speltimmar per dag skiljer sig mellan könen där män spelar 3,2 timmar per dag medan kvinnornas medelvärde ligger på 1,7 timmar per dag. Vi ser även att medelvärdena skiljer sig i jämförelsen mellan könen kopplat till sessionstid, där männen spelar 2,1 timmar per session och kvinnorna spelar 0,7 timmar. Det är inte bara så att färre

kvinnor spelar än män, när kvinnorna väl spelar så handlar det om mindre timmar per dag och kortare tid per session. Det verkar även vara så att det inom gruppen män är en större skillnad kopplat till speltid och spelsession än vad det är inom gruppen kvinnor där tiden varierar mindre.

**Tabell 3. Jämförelse av medelvärden och standardavvikelser mellan kvinnor och män kopplat till speltid, andel i timmar (n=36), standardavvikelse inom parentes.**

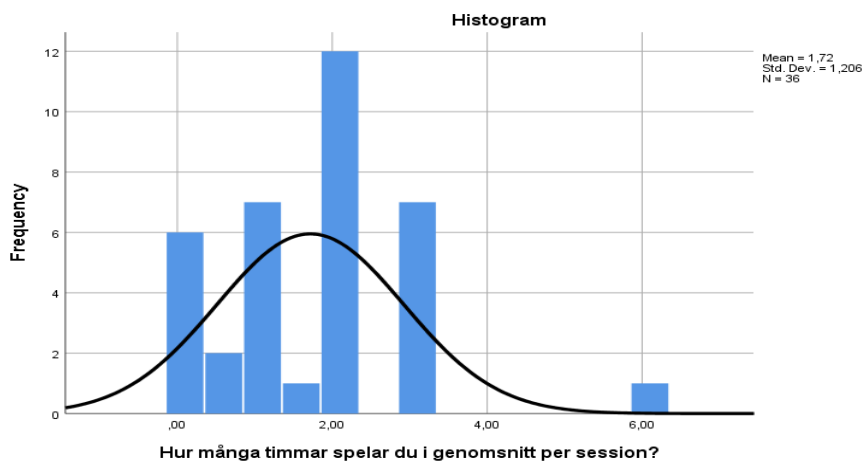
	<b>Kvinna</b>	<b>Man</b>
<b>Speltimmar per dag</b>	1,7 (3,7)	3,2 (4,6)
<b>Speltimmar per session</b>	0,7 (0,9)	2,1 (1,2)

På frågan “Under vilka av veckans dagar spelar du i någon utsträckning?” så ser vi ett mönster kopplat till svaren. Svartalternativen bestod av “vardagar”, “helger” och “både vardagar och helger”. 94 procent av respondenterna har svarat att spelandet sker både under vardagar och helger. Enstaka individer har svarat att de endast spelar enbart under helger och enbart under vardagar. Gällande när på dagen spelandet huvudsakligen äger rum så ser vi att majoriteten (83%) spelar på kvällen samtidigt som en minoritet (14%) spelar under dagen. Endast en respondent svarade att hen huvudsakligen spelar under natten.

När det kommer till frågan “Hur många timmar spelar du i genomsnitt per session?” så ser vi att antalet timmar per session i genomsnitt är 1,7 timmar med en standardavvikelse på 1,2 timmar. Diagram 3 visar timmar per session i förhållande till en normalfördelning, där vi ser att det mest frekventa svaret är 2 timmar per session tätt följt av 1 timme och 3 timmar. 97 procent av studenterna som spelar datorspel spelar 3 timmar eller mindre per session. Resterande procent representerar en individ vars svar är något avvikande från resten med 6 timmar per session.



**Diagram 3. Hur många timmar som studenterna i genomsnitt spelar datorspel per session (n=36)**



### 5.1.1 Sammanfattande diskussion

I vår undersökning så visar det sig att spelandets utbredning i hög grad består av en könsaspekt. Män spelar i större utsträckning än kvinnor då vi i jämförelsen mellan könen ser att cirka 62% av kvinnorna spelar och att 95% av männen spelar. I datamaterialet framkommer alltså en markant skillnad mellan könen.

Ålder kopplat till spelande ger inget tydligt resultat i vår undersökning. Vi ser ett litet mönster där äldre svarar "nej" på frågan "Spelar du någon typ av datorspel" mer än de yngre. Dock så konstaterar vi även att undersökningen främst baserats på yngre respondenter och då gruppen äldre är så pass liten så går det inte att dra några konkreta slutsatser gällande kopplingen mellan ålder och spelandets utbredning.

Ett sätt att se på skillnaden gällande datorspelande och relationsstatus skulle kunna vara att gifta i mindre utsträckning har tid för datorspelande då det kan tänkas vara mycket annat som tar upp deras tid likt barn, familj, hushåll och liknande.

Ett annat sätt att se på resultatet är utifrån SPF-theory. Som gift kan det innebära att flera av de grundläggande sociala behoven påverkas, som i sin tur påverkar behovet av att spela. En tydligare koppling mellan giftermål och SPF går att dra när vi talar om tillgivenhet, då detta är ett evolutionärt utvecklat behov som kopplas till den sociala hjärnan. Att vara gift kan innebära att en viss form eller mängd av tillgivenhet garanteras mellan parterna och således att detta behov inte behöver tillfredsställas genom datorspelande. Det är inte heller helt otänkbart att giftermål även tillför en känsla av tillhörighet, delvis till sin partner, men även

till sin tänkbara familj. Tillhörigheten som inom ett giftermål kan tänkas vara relativt tydlig, kan även bidra till att individen får bekräftelse i större utsträckning än personer som är singlar eller som inte är i ett stadie i relationen att giftermål är på tal. Ovanstående faktorer är alltså samtliga möjliga förklaringar till varför just studenter som är gifta i mindre utsträckning spelar datorspel.

Ovanstående variabler, dvs kön, ålder och relationsstatus kopplat till datorspelande argumenterar för att den typiska spelaren i vårt material är man, ung och singel/sambo. Den typiske icke-spelaren är kvinna, äldre och gift. Som vi redan konstaterat så är könsskillnader tydlig, ålderskillnaden är mer oklar, det samma gäller relationsstatus då både gruppen äldre och gruppen gifta är avsevärt mindre än övriga grupper inom samma variabel.

## **5.2 Datorspelandets funktion**

Tidigare forskning gällande funktioner visade bland annat på att det finns tre huvudfaktorer som gör att en individ väljer att spela datorspel. Dessa består av att spela för att ha kul och för att slappna av, att spela för att fly vardagen samt att spela för att uppnå vissa utsatta mål inom spelandet (Hoffman & Nadelson 2010 s.).

I enkäten ställdes frågor om spelandets funktion och vi ser att det finns två funktioner som är framträdande bland studenterna. Den främst förekommande funktionen som spelandet fyller för studenterna är underhållning. 92 procent av de som spelar datorspel svarade att de spelar för att bli underhållna. Den andra funktionen är avkoppling. En stor andel av studenterna spelar för att koppla av (81%).

**Tabell 4. Datorspeländets funktioner, andel i procent (n=36)**

<b>Funktion</b>	<b>Mycket hög grad &amp; hög grad</b>	<b>Varken eller</b>	<b>Mycket låg grad &amp; låg grad</b>
<b>Underhållning?</b>	92 (n=33)	6 (n=2)	3 (n=1)
<b>Avkoppling?</b>	81 (n=29)	11 (n=4)	8 (n=3)
<b>Kreativitet?</b>	44 (n=16)	22 (n=8)	33 (n=12)
<b>Problemlösning?</b>	58 (n=21)	17 (n=6)	25 (n=9)
<b>Tävlingsfunktion?</b>	31 (n=11)	33 (n=12)	36 (n=13)
<b>Socialt?</b>	47 (n=17)	22 (n=8)	31 (n=11)
<b>Förbättrat psykiskt mående?</b>	39 (n=14)	22 (n=8)	39 (n=14)
<b>Personlig utveckling? (n=34)</b>	18 (n=6)	39 (n=13)	44 (n=15)
<b>Flykt från dagliga problem?</b>	53 (n=19)	14 (n=5)	33 (n=12)

Kreativitet, tävlingsfunktion och förbättrat psykiskt mående fyller en funktion för studenterna men det är inte funktioner som en tydlig majoritet använder sig av. Gällande personlig utveckling så sticker denna funktion ut genom att 44 procent har svarat att det i låg eller mycket låg grad stämmer överens med funktionen av datorspeländet samt att 38 procent svarat varken eller. Det ska påpekas att det finns ett internt bortfall på två respondenter här jämfört med övriga funktioner i studien. Endast 18 procent har svarat att det i hög eller mycket hög grad stämmer och således är detta den funktion som respondenterna anser i allra lägst grad stämmer in med funktionen av datorspeländet.

Problemlösning 58 procent, socialt 47 procent och flykt från dagliga problem 53 procent, visar sig vara funktioner som i hög utsträckning stämmer överens med studenternas datorspelände och dess funktion.

Vi kan också se i tabell 5 att många av studenterna har upplevt en känsla av ett välbefinnande när de har spelat datorspel (53%). Samtidigt kan vi också se att inga av studenterna har upplevt att de fått ett försämrat psykiskt mående under tiden de har spelat. En stor majoritet av studenterna (72%) har svarat att de i låg eller mycket låg utsträckning upplevt ett försämrat psykiskt mående. Resterande (28%) har svarat varken eller. Vi kan alltså utläsa att ett upplevt välmående är betydligt mer förekommande än ett försämrat psykiskt mående när studenter spelar datorspel.

**Tabell 5. I vilken utsträckning har datorspelandet fått dig att... andel i procent (n=36)**

<b>Funktion</b>	<b>Mycket hög utsträckning &amp; hög utsträckning</b>	<b>Varken eller</b>	<b>Mycket låg utsträckning &amp; låg utsträckning</b>
<b>Hitta vänner?</b>	28 (n=10)	19 (n=7)	53 (n=19)
<b>Prioritera spelandet framför familj/vänner?</b>	3 (n=1)	11 (n=4)	86 (n=31)
<b>Uppleva ett välbefinnande?</b>	53 (n=19)	33 (n=12)	14 (n=5)
<b>Uppleva ett försämrat psykiskt mående?</b>	0 (n=0)	28 (n=10)	72 (n=26)
<b>Känna dig isolerad?</b>	6 (n=2)	8 (n=3)	86 (n=31)
<b>Känna dig ensam?</b>	3 (n=1)	8 (n=3)	89 (n=32)
<b>Förlora gamla vänner?</b> (n=35)	0 (n=0)	6 (n=2)	94 (n=33)
<b>Försummat jobb/studier?</b>	28 (n=10)	14 (n=5)	58 (n=21)
<b>Uppleva en känsla av stolthet?</b>	31 (n=11)	39 (n=14)	31 (n=11)
<b>Uppleva en känsla av skam?</b>	8 (n=3)	25 (n=9)	67 (n=24)

Andra faktorer som vi kan utläsa gällande spelandets funktioner är att många studenter överlag inte upplevt några större negativa konsekvenser av deras datorspelande. Ett fåtal studenter (6%) har svarat att de i hög utsträckning upplevt att de känt sig isolerade av sitt datorspelande och ännu färre (3%) har upplevt en känsla av ensamhet. Ingen av studenterna

har förlorat vänner på grund av sitt datorspelande och ett fåtal studenter (3%) har i hög grad prioriterat datorspelandet istället för att umgås med sina vänner eller med sin familj. Vi kan se att det finns en liten tendens till att studenter väljer att försumma jobb/studier. Även om majoriteten av studenterna (58%) uppgett att de i låg eller mycket låg utsträckning försummat sitt jobb eller sina studier så har trots allt 10 studenter (28%) svarat att de i hög eller mycket hög utsträckning försummat jobb/studier. 8 procent har svarat att de upplever skam i hög utsträckning när de spelar datorspel. I jämförelse så har 31 procent upplevt att de i hög eller mycket hög utsträckning upplevt en känsla av stolthet, men överlag är den upplevda känslan av stolthet inte så vanligt förekommande hos studenterna att den kan räknas som betydelsefull.

Vi har tre påståenden i enkäten som undersöker ifall studenterna den senaste månaden hade upplevt tre olika typer av känslor. Det första påståendet var ifall respondenterna varit så engagerad i sitt datorspelande att de glömt bort tid och rum. Det visade sig att 42 procent av studenterna instämmer i någon grad på detta påstående medan 50 procent av studenterna inte instämde i någon grad.

Påståendet att studenterna inte har kunnat sluta spela datorspel på grund av att det har upplevt ett välbefinnande visade sig vara mer enkelriktad. 64 procent av studenterna instämmer inte i någon grad på detta påstående och 17 procent av studenterna instämmer i någon grad.

Det sista påståendet tar upp ifall studenterna under den senaste månaden prioriterat datorspelande före annat som de själva ansett som viktigare. Instämmer inte i någon grad har en sammanslagen majoritet med 47 procent av svaren. 36 procent av studenterna har i någon grad prioriterat datorspelandet före andra viktiga saker.

**Tabell 6. Var vänlig ta ställning till följande påstående, andel i procent (n=36)**

<b>Påstående</b>	<b>Instämmer helt &amp; instämmer</b>	<b>Varken eller</b>	<b>Instämmer inte alls &amp; instämmer inte</b>
<b>Jag har under den senaste månaden varit så engagerad i spelet att jag glömt bort tid och rum</b>	42 (n=15)	8 (n=3)	50 (n=18)
<b>Inte kunnat sluta spela för att jag upplever ett välbefinnande</b>	17 (n=6)	19 (n=7)	64 (n=23)
<b>Prioriterat datorspelandet före annat som jag egentligen anser är viktigare</b>	36 (n=13)	17 (n=6)	47 (n=17)

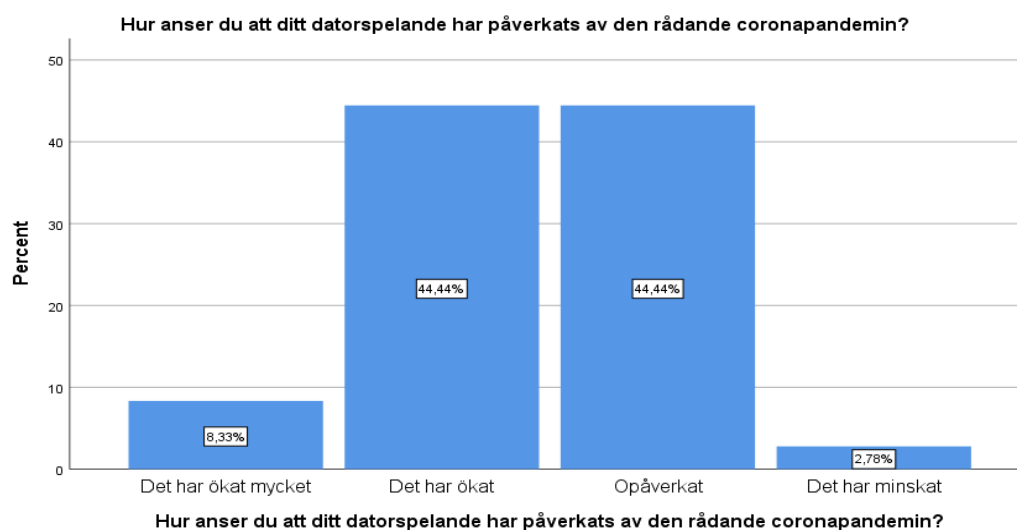
Jämför vi påståendet att studenter glömt bort tid och rum när de spelat datorspel med hur många timmar studenterna spelar per session så får vi fram följande resultat. Ingen av studenterna som svarat att de spelar under 1 timme per session har upplevt att de glömt bort tid och rum. Från och med 1 timme per session och uppåt kan vi se att studenterna överlag upplevt att de glömt bort tid och rum när de spelat datorspel. Under 1 timme per session kan vi se att 43 procent (3 respondenter) i någon grad instämmer att de glömt bort tid och rum när de spelar. Tittar vi på 2 timmar per session så sjunker siffrorna till 25 procent (3 respondenter) men de ökar igen till 72 procent (5 respondenter) när vi jämför med en 3 timmars session. I vår studie går det att utläsa att ju längre tid som studenterna spelar per session, desto större verkar möjligheten vara att de glömmar bort tid och rum när de spelar.

**Tabell 7. Antal timmar per session och glömt bort tid och rum, andel i frekvens.**

Timmar per session	Instämmer helt & instämmer	Varken eller	Instämmer inte & instämmer inte alls
1,00 (n=7)	3	0	4
2,00 (n=12)	3	2	7
3,00 (n=7)	5	1	1

Datamaterialet visar även att datorspelandet har påverkats under den rådande coronapandemin där vi i diagram 4 här nedan kan konstatera att en majoritet (53%) har svarat att datorspelandet har ökat eller ökat mycket.

**Diagram 4. Svar gällande coronapandemins påverkan på datorspelande (n=36)**



Vi ser även att nästan hälften (44%) anser att datorspelandet varit opåverkat. Endast cirka 3% anser att det har minskat.

De sociala funktionerna framträder delvis i svaren på frågan “Har du någonsin inom spelvärlden upplevt att...” där respondenterna fick klicka i antingen att de har eller inte har upplevt det som påståendet antyder. Bekräftelse (53%) och Tillhörighet (53%) är de två upplevelser som det visar sig att majoriteten känner igen sig i kopplat till datorspelande. Vi ser även att emotionellt stöd från andra (33%), ett behov av att visa att du är kompetent

(42%), en känsla av beundran gentemot andra (36%), en känsla av överlägsenhet gentemot andra (28%) och en större frihet (28%) är upplevelser som förekommer i spelvärlden, men som inte upplevts utav en majoritet av respondenterna.

**Tabell 8. Har du någonsin inom spelvärlden upplevt att du..., andel i procent (n=36)**

Påståendena är förkortade jämfört med enkäten för att få plats i tabellen.

Har du någonsin inom spelvärlden upplevt att du... (n=36)	Ja	Nej
<b>Bekräftelse</b>	53 (n=19)	47 (n=17)
<b>Emotionellt stöd</b>	33 (n=12)	67 (n=24)
<b>Mottaglighet påverkan</b>	6 (n=2)	94 (n=34)
<b>Tillhörighet till andra</b>	53 (n=19)	47 (n=17)
<b>Behov att visa kompetens</b>	41 (n=15)	58 (n=21)
<b>Större frihet</b>	28 (n=10)	72 (n=26)
<b>Dominans över andra</b>	8 (n=3)	92 (n=3)
<b>Beundran till andra</b>	36 (n=13)	64 (n=23)
<b>Överlägsenhet mot andra</b>	28 (n=10)	72 (n=26)

De upplevelser inom spelvärlden som stämmer minst in med respondenternas egna upplevelser är en större mottaglighet för att bli påverkad av andra (6%) och viljan att uppvisa dominans över andra (8%). Just det sistnämnda, dominans, är synnerligen intressant då 28% har upplevt en känsla av överlägsenhet gentemot andra, men det verkar som en känsla av



överlägsenhet skiljer sig mycket i förhållande till viljan att uppvisa dominans. Delvis kan detta bero på att dominans är ett starkare begrepp än överlägsenhet, men det kan även vara så att skillnader ligger i just viljan att visa det. Det ena handlar om att uppleva en känsla och det andra om att vilja uppvisa dominans, vilket är en tydligare och mer utåtriktad handling.

### **5.2.1 Sammanfattande diskussion**

Vår hypotes 2 att det finns en rad olika funktioner kopplat till spelande hos studenter kan bekräftas i vår studie. Alla funktioner som vi hade med i vår enkät blev ikryssade och vi kan också se att de olika funktionerna varierar mellan de olika respondenterna. De funktioner som är vanligast förekommande i våra enkätsvar, dvs underhållning, avslappning, och problemlösning är väldigt snarlika de funktioner som Olson (2010) har listat högt i sin studie. Olson's studie är förvisso inriktad på barn och deras motivation för att spela datorspel. Vi kan dock se att dessa funktioner även är något som får studenter att spela datorspel. De funktioner som förekommer överst i Olsens studie är; att det är roligt, spännande och något man kan göra när man har tråkigt. Både funktionen roligt och något man kan göra när man har tråkigt går rimligtvis att applicera på vårt begrepp underhållning. Problemlösning förekommer på fjärde plats i Olsens lista. Även om respondenterna i vår enkät är fåtaliga, så har vi fått fram ett resultat som åtminstone ger oss en fingervisning om att studenter och barns underliggande funktioner för att spela datorspel är relativt lika.

Bobby Hoffman och Louis Nadelson's (2010) studie som också var inriktade på studenter kom fram till att det finns 3 huvudfaktorer till att en individ väljer att spela datorspel. Den största faktorn var för att ha kul och att slappna av. Vi kan i vår undersökning se liknande mönster då det som sagt är de två mest förekommande funktionerna i studien. Den andra faktorn var den sociala faktorn. Här har vi inte en lika stark siffra men det är ändå en majoritet av studenterna som svarat att de i någon grad stämmer in i att de spelar för den sociala faktorn.

Vi kan se i vår studie att några av studenterna kan ha upplevt en känsla av flow när de har spelat. Detta fenomen verkar vara vanligare ju längre tid de spelade (minst 1 timme) vilket kan innebära att för att uppleva ett flow så måste man spendera mer tid i spelet. Detta är dock något som kräver vidare forskning för att bekräftas och hypotes 4 kan därmed inte antas. Tankens flow kan vara relevant att titta på rent teoretiskt i relation till funktionerna

problemlösning och kreativitet. För att uppnå tankens flow behöver man en uppgift att koncentrera sig på och som är anpassad efter ens nuvarande skicklighetsnivå. Problemlösning är en uppskattad funktion hos studenterna och detta skulle kunna bero på att det uppfyller tankens flow. I tankens flow så skulle studenterna tillåtas att ta sig an uppgifter i spelet som är krävande på just den nivå de befinner sig på. Detta skulle i så fall kunna innebära att deras flow blir stimulerat och att det är tankens flow som får dem att fortsätta spela även fast studenterna egentligen skulle kunna tänkas prioritera andra saker istället. Känslan av att uppleva ett flow kan innebära att man lättare prioriterar datorspelet före andra uppgifter. Det skulle kunna förklara varför även ett prioriterade av datorspelande ökar ju längre studenterna spelar per session.

I vår undersökning tilläts respondenterna fritt fylla i ifall datorspelet fyller någon annan funktion utöver vad som står med i svarsalternativen. Majoriteten (86%) svarade nej, men något som stack ut bland övriga svar var att datorspelande stöder lärandet. Detta stämmer överens med tidigare forskning där Hoffman och Nadelson (2010) pekar på att man inte har som mål att lära sig något utav datorspel men att vissa anser att man utvecklat ett bättre logiskt tänkande tack vare datorspelet. Det är alltså inte en medveten tanke innan datorspelet äger rum utan snarare ett konstaterande i efterhand. Detta går att jämföra med funktionen "personlig utveckling" i vår undersökning som kan vara sammankopplat med lärande och kunskapsutveckling. Det går alltså att konstatera att det existerar vissa element inom datorspelande som skulle kunna ha en koppling till lärande och utveckling, men det verkar inte som att det är något som studenterna aktivt tänker på innan de spelar, utan snarare något som sker till viss del omedvetet.

Som vi konstaterade tidigare under datorspelets funktioner så verkar det finnas en skillnad mellan att känna en känsla av överlägsenhet och att vilja uppvisa dominans inom spelvärlden. Detta knyter an till SPF-teori och prestigehierarkier kontra dominanshierarkier.

Prestigehierarkien visar sig vara allra mest närvarande inom spelvärlden hos studenter, då ett behov av att visa att du är kompetent (42%) och en känsla av beundran gentemot andra (36%) är mer förekommande än en känsla av överlägsenhet gentemot andra (28%) och viljan att uppvisa dominans över andra (8%). Studenter upplever alltså att spelvärlden och status inom den främst grundar sig på en prestigebas, där samspelet mellan kompetens och bekräftelse behövs för att uppnå en viss status. Men dominanshierarkier verkar inte vara helt

frånkopplade från spelvärlden, vilket antyder på att en kombination mellan prestige och dominans är vad som utgör grunden för status och likväl studenters upplevelser inom spelvärlden.

## 5.3 Datorspelandets sociala och psykiska komponenter

Stockdale och M. Coyne (2018) kom fram till att de som utvecklade ett data och tv-spelsberoende oftare drabbats av negativa effekter såsom försämrade social kompetens, ensamhet och sämre psykiskt mående. Många hade mer ångest, mer depression och kände ett mindre välmående än de som inte var beroende.

I vår enkät ställde vi frågor gällande socialt nätverk, status och psykisk hälsa. Gällande frågorna om sociala nätverk så ser vi att 44 procent anser sig ha ett varken litet eller stort socialt nätverk i allmänhet och att 31 procent anser sig ha ett ganska stort socialt nätverk.

**Tabell 9. Socialt nätverk, andel i procent (n=36)**

Fråga	Jag har ett stort socialt nätverk (n=4)	Jag har ett ganska stort socialt nätverk (n=11)	Mitt sociala nätverk är varken litet eller stort (n=16)	Jag har ett ganska litet socialt nätverk (n=5)	Jag har ett litet socialt nätverk (n=0)
Hur upplever du att ditt sociala nätverk ser ut i allmänhet?	11	31	44	14	0
Fråga	En stor andel (n=0)	En ganska stor andel (n=3)	Varken stor eller liten andel (n=3)	En ganska liten andel (n=7)	En liten andel (n=23)
Hur stor del av ditt sociala nätverk existerar inom spelvärlden?	0	8	8	19	64
Fråga	Väldigt viktigt (n=0)	Viktigt (n=6)	Varken viktigt eller oviktigt (n=5)	Mindre viktigt (n=6)	Väldigt oviktigt (n=19)
Hur viktigt är ditt sociala nätverk inom spelvärlden för dig?	0	17	14	17	53

Vidare så frågade vi efter hur stor del av det sociala nätverket som existerar inom spelvärlden och här var det cirka 83 procent som anser att en liten eller ganska liten andel existerar inom spelvärlden. Övergången från det generella sociala nätverket till det sociala nätverket inom spelvärlden visar att majoriteten av studenterna har sitt huvudsakliga sociala nätverk utanför spelets värld. Vi ser också att ungefär 69% av studenterna som spelar anser att det sociala nätverket inom spelvärlden är mindre viktigt eller väldigt oviktigt. Studenterna har alltså generellt en större del av sitt sociala nätverk utanför spelets värld och värdesätter det sociala nätverk som existerar inom spelvärlden tämligen lågt.

Frågorna om status visar att det finns en skillnad mellan upplevd status i allmänhet och upplevd status inom spelvärlden. I allmänhet så anser 36 procent att de har hög eller hyfsat hög status. Majoriteten anser dock att de har varken hög eller låg status (61%). Vi ser även att endast 3 procent upplever att de har hyfsat låg status. Ingen har alltså svarat att de har låg status.

**Tabell 10. Studenternas svar gällande status, andel i procent**

Fråga	Hög	Varken hög eller låg	Låg
<b>Hur upplever du din status i allmänhet?</b> (n=36)	36 (n=13)	61 (n=22)	3 (n=1)
<b>Hur upplever du din status inom spelvärlden?</b> (n=35)	11 (n=4)	71 (n=25)	17 (n=6)
Fråga	Viktigt	Varken viktigt eller oviktigt	Oviktigt
<b>Hur viktigt är status för dig?</b> (n=36)	25 (n=9)	47 (n=17)	28 (n=10)

Jämför vi detta med den upplevda statusen inom spelvärlden så ser vi att en stor majoritet (71%) anser sig ha varken hög eller låg status. Ingen har svarat att de har hög status och endast 11% anser sig ha hyfsat hög status inom spelvärlden. Slår vi ihop de som har svarat hyfsat låg eller låg status inom spelvärlden så får vi 17% av respondenterna. Statusen är alltså generellt högre i allmänhet och lägre inom spelvärlden, men vi ser även att status inom

spelvärlden beskrivs som varken hög eller låg, vilket vittnar om ett neutralt läge där statusen varken är positiv eller negativ.

Vi har redan konstaterat att det verkar som att status i allmänhet är viktigare än status inom spelvärlden. De flesta anser sig ha högre status i allmänhet än i spelvärlden, vilket kan vara en faktor som påverkar just hur viktigt det är då det inte är helt osannolikt att den status som individen själv har högst utav är den status som individen också själv skattar som viktigast. Vid jämförelsen mellan status inom spelvärlden och upplevelsen av att uppvisa dominans över andra inom spelvärlden visar att ju högre status studenten har inom spelvärlden desto mer sannolikt är det att studenten kommer att uppvisa dominans gentemot andra i spelet.

När vi jämför den självskattade psykiska hälsan mellan gruppen spelare och gruppen icke-spelare så ser vi att inom gruppen spelare så svarar en majoritet (61%) att den självskattade psykiska hälsan är bra eller väldigt bra. Inom gruppen icke spelare återfinns även en majoritet på må bra sidan, dock är den ännu större (82%). Enda skillnaden i jämförelsen är att den ena gruppen spelar och den andra inte, dock så bör det även påpekas att gruppen som spelar är avsevärt större (n=36) än gruppen som inte spelar (n=11).

**Tabell 11. Hur studenter som spelar datorspel självskattat sin psykiska hälsa och hur de trivs med sin dagliga tillvaro, andel i procent**

	Hur upplever du din psykiska hälsa? (n=47)			Hur trivs du med din dagliga tillvaro? (n=47)		
Spelar du datorspel	Väldigt bra & bra	Varken eller	Väldigt dåligt & dåligt	Väldigt bra & bra	Varken eller	Väldigt dåligt & dåligt
<b>Ja</b> (n=36)	61 (n=22)	31 (n=11)	8 (n=3)	78 (n=28)	22 (n=8)	0 (n=0)
<b>Nej</b> (n=11)	82 (n=9)	18 (n=2)	0 (n=0)	73 (n=8)	28 (n=3)	0 (n=0)

Gällande den dagliga tillvaron så kan vi konstatera att gruppen studenter som spelar datorspel för det mesta trivs bra eller väldigt bra med sin dagliga tillvaro (78%). Gruppen studenter som inte spelar datorspel trivs även generellt bra eller väldigt bra med sin tillvaro (73%). Det framgår alltså inte lika stora skillnader som i jämförelsen med den självskattade psykiska hälsan, där gruppen som inte spelar generellt sett skattade sin psykiska hälsa som bättre. Här ser vi istället att gruppen studenter som spelar datorspel generellt sett trivs aningen bättre med sin dagliga tillvaro.

När vi tittar på psykisk hälsa i relation till antalet speltimmar studenterna spelar per session så kan vi se följande resultat. Vi kan konstatera att ju fler speltimmar per session studenterna uppvisar resulterar i en ökning både vad avser sämre psykiskt mående och bättre psykiskt mående, dock är ökningen av bättre psykiskt mående högre.

**Tabell 12. Upplevd psykisk hälsa och antal speltimmar per session, andel i antal studenter (n=46)**

	Hur upplever du din psykiska hälsa?						
		Väldigt bra	Bra	Varken bra eller dåligt	Dåligt	Mycket dåligt	Totalt
Hur många timmar spelar du i genomsnitt per session?	,00	2	6	2	0	0	10
	0,10	0	0	1	0	0	1
	0,20	0	2	0	0	0	2
	0,30	0	3	0	0	0	3
	0,40	0	1	0	0	0	1
	0,50	0	0	1	0	0	1
	1,00	0	4	2	1	0	7
	1,50	1	0	0	0	0	1
	2,00	3	3	5	1	0	12
	3,00	2	3	1	1	0	7
	6,00	0	0	1	0	0	1
<b>Totalt</b>		8	22	13	3	0	46

### **5.3.1 Sammanfattande diskussion**

Även om respondenterna är få i vår studie och svarsfrekvensen är låg är ovanstående resultat gällande psykisk hälsa intressant kopplat till tidigare forskning, där Mikuska och T. Vazsonyi (2018) kommer fram till att sambandet mellan ett spelberoende och depression var väldigt blygsamt. Även Stockdale och M. Coyne (2018) lyfter fram kopplingen mellan datorspelning och psykisk hälsa, där slutsatsen som dras är att spelberoende överlag hade en mycket negativ inverkan på den mentala hälsan och att det definitivt påverkar ångest och depression vilket bekräftas i studien av Geir Scott Brunborg, Rune Aune Mentzoni och Lars Roar Frøland (2014). Våra resultat visar på att det inte finns några avsevärda skillnader i jämförelsen mellan spelare och icke-spelare kopplat till psykisk hälsa eller den dagliga tillvaron. Och ifall skillnaden som existerar analyseras så lutar det snarare mot att datorspelning kan påverka den dagliga tillvaron positivt och den psykiska hälsan negativt. Det kan även vara så att resultaten hänvisar till vad Mikuska och T. Vazsonyi (2018) beskriver där spelandet inte nödvändigtvis måste påverka den psykiska hälsan, men att den psykiska hälsan kan påverka spelandet. Detta kan alltså innebära att individen spelar för att hen mår dåligt och använder spelandet som en faktor för att fly från de negativa känslorna. Detta skulle isåfall innebära att spelandets funktion består av escapism eller flykt men även att det leder till en lägre självskattad psykisk hälsa då det dåliga måendet på sätt och vis hanteras genom att spela.

## **6. Avslutande diskussion**

Vi kan inte dra några generaliserbara slutsatser utifrån vårt material, det vill säga slutsatser som gäller för en större grupp studenter. Svarsfrekvensen är låg och antalet respondenter är få. Däremot kan vi jämföra våra resultat med resultat och slutsatser i tidigare undersökningar och därmed dra slutsatsen att det verkar vara en majoritet av studenterna som spelar någon typ av datorspel och att det skiljer sig mellan könen när det kommer till att spela eller inte spela.

När vi kopplar spelning och icke spelning till en jämförelse mellan könen tvingas vi anta hypotes 1. En annan slutsats som vi drar är att det inte bara är färre kvinnor som spelar än män, när kvinnorna väl spelar så handlar det om mindre timmar per dag och kortare tid per session. I genomsnitt spelar studenter 3,25 timmar per dag dock skiljer sig denna siffra

mellan könen där män spelar 3,2 timmar per dag medan kvinnornas medelvärde ligger på 1,7 timmar per dag. Det verkar även vara så att det inom gruppen män är en större skillnad och varians inom gruppen kopplat till speltid och spelsession där männen spelar 2,1 timmar per session och kvinnorna spelar 0,7 timmar per session vilket vidare styrker antagandet av hypotes 1 samt besvarar frågeställning 1 och frågeställning 3.

När det kommer till ålder och relationsstatus så kan vi inte dra några slutsatser kopplat till spelande även fast vårt material visar på skillnader. Detta då vi inte kan generalisera vårt resultat främst beroende på det låga antalet respondenter, inte minst inom gruppen ”Giftn”. Därför tvingas vi förkasta hypotes 3 och hypotes 7 samt att frågeställning 3 besvaras. Gällande när i veckan spelandet sker så ser vi att de studenter som spelar främst gör det både under vardagar och helger.

Gällande spelandets funktioner så kan vi dra slutsatsen att de två funktioner som stämmer mest överens med studenternas datorspelande är underhållning och avkoppling. Just underhållning och avkoppling är funktioner som går att beskriva som tämligen ytliga. Förvisso kan de oavsett fylla en funktion för studenterna som inte bör nedvärderas, men funktionerna i sig antyder inte på att det handlar om någon djup emotionell bekräftelse eller något som är unikt för just datorspelande och kan därmed förmodligen ersättas med någon annan aktivitet, till exempel att titta på tv. Alla funktioner som vi hade med i vår enkät blev ikryssade och vi kan också se att de olika funktionerna varierar mellan respondenterna vilket bekräftar hypotes 2 samt besvarar frågeställning 2. Det verkar dessutom som att datorspelande är kopplat till tid när det kommer till att uppleva en känsla av flow. Korrelationen mellan sessionstid och flow visar dock inte på ett kausalt samband. Det kan tänkas att studenterna måste spela länge för att komma in i en känsla av flow, men det kan även vara så att flow behövs för att kunna spela längre. Eftersom detta inte framgår med säkerhet, tvingas vi förkasta hypotes 4. Ju längre tid studenterna i vår studie spelade datorspel desto mer sannolikt var det att de glömde bort tid och rum. Slumpen kan dock vara en faktor som har påverkat vårt material och det mönster som vi utläser, inte minst då vi har ett tämligen lågt antal respondenter som deltagit i studien.

Frågeställning 4 gällande hur datorspelsvanor hänger ihop med den självskattade psykiska hälsan och sociala faktorer visar att kopplingen mellan datorspelande och psykisk hälsa samt



den dagliga tillvaron är tämligen svag. Inga slutsatser kan dras mer än att det verkar finnas något slags samband mellan datorspelande och psykisk hälsa, men vi vet inte riktigt vad som är den oberoende variabeln och vad som är den beroende variabeln. Vi kan inte heller utesluta slumpen främst beroende på vårt låga antal respondenter. Detta innebär att hypotes 6 härmed förkastas.

Sociala faktorer och mer specifikt status verkar vara ett begrepp som är av mindre betydelse i spelvärlden än vad status är i allmänhet. Gällande hypotes 5 så ser vi att status i allmänhet är högre än status inom spelvärlden och därmed antar vi hypotesen. Vi kan även konstatera att de som skattar sin status högre inom spelvärlden har en större tendens att vilja uppvisa dominans över andra inom spelvärlden.

Vi noterade ett antal metodologiska konsekvenser som påverkade vår undersökning. Vårt val av enkätundersökning bidrog till att väldigt stort förtroende placerades på att respondenterna ska kunna förstå frågorna vi ställer i enkäten och således även svarsalternativen för att kunna svara korrekt på varje fråga. I efterhand så upptäckte vi att vissa frågor som var snarlika och undersökte i princip samma ibland hade olika svarsalternativ. Detta gjorde att vi i jämförelsen av svaren på dessa frågor var tvungna att åtgärda felet genom att slå ihop de båda ändarna på svarsalternativen för att undvika att lägga stort fokus på de specifika svarsalternativen och istället fokusera på den sammanslagna grupperingen. Lösningen i att slå ihop svarsalternativen gör att vi får ett mätverktyg med mindre precision och så även att svaren är svårare att analysera.

För framtida forskning så skulle det vara intressant med kompletterande kvantitativ forskning som undersöker andra grupper som inte är studenter för att säga mer om datorspelsvanor och datorspelandets funktion för en annan eller en större population. Samtidigt är studenter en intressant grupp i detta hänseende eftersom de dels är unga, dels kan ha större möjligheter till att disponera sin tid i förhållande till studier än dem som är förvärvsarbetare. Det hade även varit intressant med en större grupp studenter med fler möjligheter till statistiska analyser och jämförelser. Inom kvalitativ forskning kan man även tänka sig att inkludera variabler som specifika sorters spel och dess funktioner eller vanebildande. När man kombinerar dessa metoder så kan man förhoppningsvis dels få en större grupp av respondenter som kan representera populationen. Dels få en fördjupad kunskap där respondenterna tillåts svara

detaljerat och betydligt mer beskrivande än jämfört med vad man kan få av enbart en enkätundersökning.

Vi kan i denna undersökning se att det finns många funktioner som fyller ett syfte för de som spelar datorspel i vår studie samt att datorspelandets utsträckning ser olika ut inom studentgruppen. Detta går i enlighet med syftet av hela undersökningen då vi redogör för hur vanor och funktioner ter sig. Ur det sociala arbetets perspektiv kan det vara viktigt att förstå att många av dessa funktioner överlag verkar fylla ett positivt syfte, som till exempel att bli underhållen eller att slappna av. Om en klient berättar för en socionom att hen spelar datorspel så innebär det inte per automatik att klienten är en spelmissbrukare eller att hen försummar jobb och studier till förmån för spelandet. Kanske är det så att datorspelandet för många faktiskt fyller liknande funktioner som att titta på film eller att läsa en bok?

# Litteraturlista

Ahlbäck, Ellinor & Niina Eriksson (2008) *"Det fungerar ju eftersom det inte är så många som ansöker"...: En kvalitativ studie om socialtjänstens stöd och insatser för spelberoende*, C-uppsats, Växjö

Barmark, Mimmi & Göran Djurfeldt (2015) *Statistisk verktygslåda - att förstå och förändra världen med siffror*. Lund: Studentlitteratur AB

BBC (2019) *Gaming worth more than video and music combined*  
[<https://www.bbc.com/news/technology-46746593> . Hämtat 2020-04-10]

Brunborg, Geir Scott, Rune Aune Mentzoni & Lars Roar Frøland (2014) Is video gaming, or video game addiction, associated with depression, academic achievement, heavy episodic drinking, or conduct problems? *Journal of Behavioral Addictions* 3 (1): 27–32

Bryman, Alan (2018) *Samhällsvetenskapliga metoder*. Malmö: Liber AB

Duhigg, Charles (2014) *Vanans makt, varför vi gör som vi gör och hur vi kan ändra på det*. Stockholm: Natur & Kultur

Edling, Christofer & Peter Hedström (2003) *Kvantitativa metoder. Grundläggande analysmetoder för samhälls-och beteendevetare*. Lund: Studentlitteratur AB

Flodin, Tobias (2018) *Spelindustrin växer sig allt starkare i Sverige*  
[<https://www.unt.se/nyheter/uppsala/spelindustrin-vaxer-sig-allt-starkare-i-sverige-4918838.aspx> . Hämtat 2020-04-05]

Folkhälsomyndigheten (2020a) *Samband mellan dataspel och spel om pengar*  
[<https://www.folkhalsomyndigheten.se/spelprevention/om-spelproblem/dataspel/> . Hämtat 2020-04-10]

Folkhälsomyndigheten (2020b) Vad är psykisk hälsa?

[<https://www.folkhalsomyndigheten.se/livsvillkor-levnadsvanor/psykisk-halsa-och-suicidprevention/vad-ar-psykisk-halsa/> . Hämtat 2020-05-10]

Hallerby, David (2019) *Finns många fördelar med dataspel enligt forskarna.*

[<https://www.unt.se/nyheter/upsala/finns-manga-fordelar-med-dataspel-enligt-forskarna-5355267.aspx> . Hämtat: 2020-04-05]

Hjerm, Mikael, Simon Lindgren & Marco Nilsson (2014) *Introduktion till samhällsvetenskaplig analys*. Malmö: Gleerups Utbildning AB

Hoffman, Bobby & Louis Nadelson (2010) Motivational engagement and video gaming: a mixed methods study. *Educational Technology Research and Development* 58 (3): 245-270

Karlsson, Lars (2017) *Psykologins Grunder*. Lund: Studentlitteratur AB

Lind, Rolf (2014) *Vidga vetandet, en introduktion till samhällsvetenskaplig forskning*. Lund: Studentlitteratur AB

Lindenberg, S. (2013). Social rationality, self-regulation and well-being: The regulatory significance of needs, goals, and the self. In R. Wittek, T. A. B. Snijders, & V. Nee (Eds.), *Handbook of rational choice social research* (pp. 72–112). Stanford: Stanford University Press.

Martinsson, Olof & Henrik Torgersson (2009) *Spelberoende i Västra Götaland Kommunernas inställning till ansvar, hjälp och egen kunskap*, C-uppsats, Göteborg

Mikuška, Jakub & Alexander T Vazsonyi (2018) Developmental Links Between Gaming and Depressive Symptoms. *Journal of Research on Adolescence* 28 (3): 680-697

Nationalencyklopedin (2020) *Datorspel*

[<https://www.ne.se/uppslagsverk/encyklopedi/l%C3%A5ng/datorspel> . Hämtat 2020-04-20]

Nordby, Kent, Ronny Andre Løkken & Gerit Pfuhl (2019) Playing a video game is more than mere procrastination. *BMC Psychology* 7 (33): 1-12

Olson, Cheryl K. (2010) Children's motivations for video game play in the context of normal development. *Review of General Psychology*, 14 (2): 180-187

Stockdale, Laura & Sarah M. Coyne (2018) Video game addiction in emerging adulthood: Cross-sectional evidence of pathology in video game addicts as compared to matched healthy controls. *Journal of Affective Disorders* 255: 265-272

SVT Nyheter (2014) *Actionspel bra för hjärnan*

[<https://www.svt.se/nyheter/vetenskap/actionspel-bra-for-hjarnan> . Hämtat: 2020-04-05]

Vetenskapsrådet (2002) *Forskningsetiska principer inom humanistisk-samhällsvetenskaplig forskning*. [[https://www.gu.se/digitalAssets/1268/1268494\\_forskningsetiska\\_principer\\_2002.pdf](https://www.gu.se/digitalAssets/1268/1268494_forskningsetiska_principer_2002.pdf) . Hämtat 2020-05-10]

World Health Organization (2018) *Gaming disorder*

[<https://www.who.int/features/qa/gaming-disorder/en/> . Hämtat 2020-04-10]

Yee, Nick (2006) The Demographics, Motivations, and Derived Experiences of Users of Massively Multi-User Online Graphical Environments. *Presence: Teleoperators & Virtual Environments* 15 (3): 309-329

Zhang, Meng Xuan, Xinrui Wang, Shu M. Yu & Anise M.S. Wu (2019) Purpose in life, social support, and internet gaming disorder among Chinese university students: A 1-year follow-up study. *Addictive Behaviors* 99: 3-5

# Bilaga 1

Enkäten som användes till vår undersökning:

Avsnitt 1

## Datorspelsvanor och spelandet funktion bland studenter i Sverige

Avsnitt 2

### Bakgrundsfrågor

Vilken är din ålder? (i antal år) \*

---

Vilket är ditt kön? \*

- Kvinna
- Man
- Annan könsidentitet
- Vill ej svara

När det gäller relationer, vilket av följande stämmer in på dig? \*

- Singel
- I ett förhållande, bor inte tillsammans
- Sambo
- Gift

Avsnitt 3

### Datorspelsvanor

Med datorspel syftar vi på en samlad term för alla spel som är digitala. Det vill säga alla spel som spelas på datorer, konsoler och mobiltelefoner m.m.

Spelar du någon typ av datorspel? (via dator, mobil, tv, bärbara konsoler etc) \*

- Ja
- Nej

Hur många timmar lägger du i genomsnitt på datorspelande per dag under en vanlig vecka? (Svara i antal timmar. Vid 1 timme skriv 1 och vid 20 min skriv 0.2)

---

Under vilka av veckans dagar spelar du i någon utsträckning?

- Vardagar
- Helger
- Både vardagar och helger

När sker i huvudsak ditt spelande?

- Dagtid
- Kvällstid
- Nattid

Hur många timmar spelar du i genomsnitt per session? (Svara i antal timmar)

---

Avsnitt 4

## Spelandets funktion

I vilken grad fyller datorspelande någon av följande funktion för dig?

	Mycket hög grad	Hög grad	Varken eller	Låg grad	Mycket låg grad
Underhållning	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Avkoppling	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Kreativitet	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Problemlösning	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Tävlingsfunktion	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Socialt	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Förbättrat psykiskt mående	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Personlig utveckling	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Flykt från dagliga problem	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Annat	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Fyller ditt datorspelandet någon annan funktion för dig än vad som angetts i föregående fråga? (svara med max 30 ord)

---

Var vänlig ta ställning till följande påstående. Jag har under den senaste månaden...

	Instämmer helt	Instämmer	Varken eller	Instämmer inte	Instämmer inte alls
Varit så engagerad i spelandet att jag glömmert bort tid och rum.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Inte kunnat sluta spela för att jag upplever ett välbefinnande.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Prioriterat datorspelet före annat som jag egentligen anser är viktigare	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

I vilken utsträckning har datorspelet fått dig att...

	Mycket hög utsträckning	Hög utsträckning	Varken eller	Låg utsträckning	Mycket utsträckning
1, Hitta nya vänner?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2, Prioritera spelandet framför vänner/familj?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3, Uppleva ett välbefinnande?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4, Uppleva en försämrad psykisk hälsa?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Känna dig isolerad?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Känna dig ensam?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Förlora gamla vänner?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Försumma jobb/studier?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Uppleva en känsla av stolthet?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Uppleva en känsla av skam?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Hur anser du att ditt datorspel har påverkats under den rådande coronapandemin?

- Det har ökat mycket
- Det har ökat
- Opåverkat
- Det har minskat
- Det har minskat mycket



## Sociala faktorer

Detta avsnitt fokuserar på sociala faktorer likt status, tillgivenhet, och bekräftelse kopplat till datorspelande.

Hur upplever du att ditt sociala nätverk ser ut i allmänhet?

- Jag har ett stort socialt nätverk
- Jag har ett ganska stort socialt nätverk
- Mitt sociala nätverk är varken litet eller stort
- Jag har ett ganska litet socialt nätverk
- Jag har ett litet socialt nätverk

Hur stor del av ditt sociala nätverk existerar i spelvärlden?

- En stor andel
- En ganska stor andel
- Varken stor eller liten andel
- En ganska liten andel
- En liten andel

Hur viktigt är ditt sociala nätverk inom spelvärlden för dig?

- Väldigt viktigt
- Viktigt
- Varken viktigt eller oviktigt
- Mindre viktigt
- Väldigt oviktigt

Hur upplever du din status i allmänhet?

- Hög
- Hyfsat hög
- Varken hög eller låg
- Hyfsat låg
- Låg

Hur viktigt är status för dig?

- Mycket viktigt
- Viktigt
- Varken viktigt eller oviktigt
- Oviktigt
- Mycket oviktigt

Hur upplever du din status inom spelvärlden?

- Hög
- Hyfsat hög
- Varken hög eller låg
- Låg
- Väckigt låg

Har du någonsin inom spelvärlden upplevt att...

- du har fått bekräftelse från andra?
- du har fått emotionellt stöd från andra?
- du har en större mottaglighet för att bli påverkad av andra?
- du känner en tillhörighet till andra individer eller en grupp?
- du har ett behov av att visa att du är kompetent?
- du har en större frihet än vad du annars är van vid?
- du vill uppvisa dominans över andra?
- du har upplevt en känsla av beundran gentemot andra?
- du har upplevt en känsla av överlägsenhet gentemot andra?

Avsnitt 6

## Psykisk hälsa

Hur upplever du din psykiska hälsa?

- Väckigt bra
- Bra
- Varken bra eller dåligt
- Dåligt
- Väckigt dåligt

Hur trivs du med din dagliga tillvaro?

- Väckigt bra
- Bra
- Varken bra eller dåligt
- Dåligt
- Väckigt dåligt