

Ludograph[★]

Två sidor av samma spel: nytta och risk

Studiematerial · Modul 1 · 19 juli 2026

CC BY-SA 4.0 · lumikin.org/sv/lar/nytta-och-risk

Två sidor av samma spel: nytta och risk

Ett spel kan träna problemlösning och samarbete, och samtidigt vara byggt för att vara svårt att lägga ifrån sig. Den här modulen handlar om att se båda sidorna på en gång, utan teknikpanik och utan att blunda.



FÖR PRESENTATÖREN

Modulen tar 20–30 minuter att gå igenom och fungerar lika bra som självstudium. Den vänder sig till alla som vill ha en grundförståelse: föräldrar, lärare och fritidspersonal.

Vad du tar med dig

- Spel är varken hjälte eller skurk. **Designval avgör.**
- Nyttä och risk är två oberoende egenskaper. Ett spel kan ha mycket av båda, lite av båda, eller mycket av den ena.
- Ett spelbetyg ska läsas som en **profil**, inte en tumme upp eller ner.
- Byt frågan "är spelet bra eller dåligt?" mot två bättre: *vad ger spelet?* och *vad kräver spelet?*

LÄTTLÄST

Spel kan vara bra för barn. Samma spel kan också ha risker.

Båda sakerna kan vara sanna på samma gång.

Fråga två saker: Vad ger spelet? Vad kräver spelet?

Då blir det lättare att sätta bra regler hemma.

Fyra ord som räcker långt

Utvecklingsnytta

Det spelet tränar och ger: problemlösning, kreativitet, samarbete, språk, motorik. Nyttan är verklig och mätbar. Den är skälet till att spelandet är ett av barns största fritidsintressen.

Designrisk

Egenskaper i spelets konstruktion som kostar något: mekanik som pressar på tid, pengar eller social ställning. Risk handlar om hur spelet är byggt, inte om dess innehåll.

Engagemangsdesign (*engagement design*)

Designmönster vars uppgift är att förlänga och återkalla spelandet: belöningsslingor, sviter, tidsbegränsade händelser. Fördjupas i Modul 3.

Profil

Bilden av ett spels nytta och risk sedda tillsammans men mätta var för sig. Profilen svarar inte "ja eller nej". Den svarar "det här, till det här priset".

Föräldraoron i siffror

- **85 procent** av föräldrarna oroar sig för att inte kunna skydda sitt barn i den digitala världen. I toppen av oroskällorna: innehåll som är konstruerat för att skapa skärmberoende. (*Barnen och internet 2025.*)
- "De allra flesta föräldrar, nära 8 av 10, vill skydda sitt barn på nätet. Men var femte förälder vet inte hur." (*Jannike Tillå, Internetstiftelsen.*)
- Spelandet är som mest utbrett i åldern 9–12 år. (*Ungar & medier 2025.*)

FÖR PRESENTATÖREN

Poängen med siffrorna är inte att skrämma utan att visa att oron är utbredd och specifik: föräldrar oroar sig för designen, inte för spelandet i sig. Det är exakt den kunskapslucka det här materialet fyller.

Ett spel, tre steg

- **1. Vad det är.** Vad går spelet ut på, hur spelas det, vad möter barnet?
- **2. Vad vi hittade.** Vilken utvecklingsnytta finns i spelet, och vilka designrisker? Båda bedöms var för sig, punkt för punkt.
- **3. Vad vi rekommenderar.** En rimlig speltid och konkreta råd, härledda ur spelets design i stället för ur en generell skärmtidsgräns.

FÖR PRESENTATÖREN

De tre stegen är samma ordning som en förälder intuitivt ställer frågorna i. En transparent metod gör bara ordningen synlig och likvärdig för alla spel.

Det kognitiva: hjärnan i arbete

- Problemlösning och logik: pussel, strategi, resurshantering.
- Kreativitet: bygga, skapa och uttrycka sig i öppna spelvärldar som Minecraft.
- Läsning och språk: många barn möter engelskan först i spel.
- Planering och spatial förmåga: hålla flera mål i huvudet, navigera rum.

I en metodisk bedömning väger det kognitiva tyngst av nyttokategorierna, hälften av den samlade nyttopoängen (nyttoindexet).

Det sociala och det motoriska

Socioemotionellt

- Samarbete och turtagning: spela mot gemensamma mål.
- Umgänge: för många barn är spelet platsen där kompisarna finns.
- Känslohantering: förlora, försöka igen, klara det till slut.

Motoriskt

- Finmotorik, reaktion och koordination. I rörelsespel även pulshöjande fysisk aktivitet.

I nyttoindexet väger det socioemotionella 30 procent och det motoriska 20 procent, vid sidan av det kognitivas 50.

Engagemangsdesign: krokarna

- Belöningsslingor med **slumpmässiga belöningar**: man vet aldrig när nästa vinst kommer, så man fortsätter.
- **Sviter** (streaks) och dagliga uppdrag: spelet straffar den som vilar en dag. Samma mekanik som Snapchat-streaken.
- Tidsbegränsade händelser och **rädsla att missa** (FOMO), som butiken i Fortnite där utbudet byts ut varje dag.
- Notiser som ropar tillbaka barnet när spelet är avstängt: "din by blir attackerad!"

Det här är den tyngst vägande riskkategorin, 45 procent av riskindexet. Modul 3 ägnar en hel genomgång åt att namnge mönstren.

Monetisering och social risk

Monetisering, 30 procent av riskindexet

- Köp inne i spelet: lootlådor, virtuella valutor och säsongspass (köpta belöningsbanor med tidsgräns).
- **Valutafördunkling:** riktiga pengar döljs bakom Robux, V-Bucks och gems så att kostnaden blir svår att känna. Fördjupas i Modul 4.

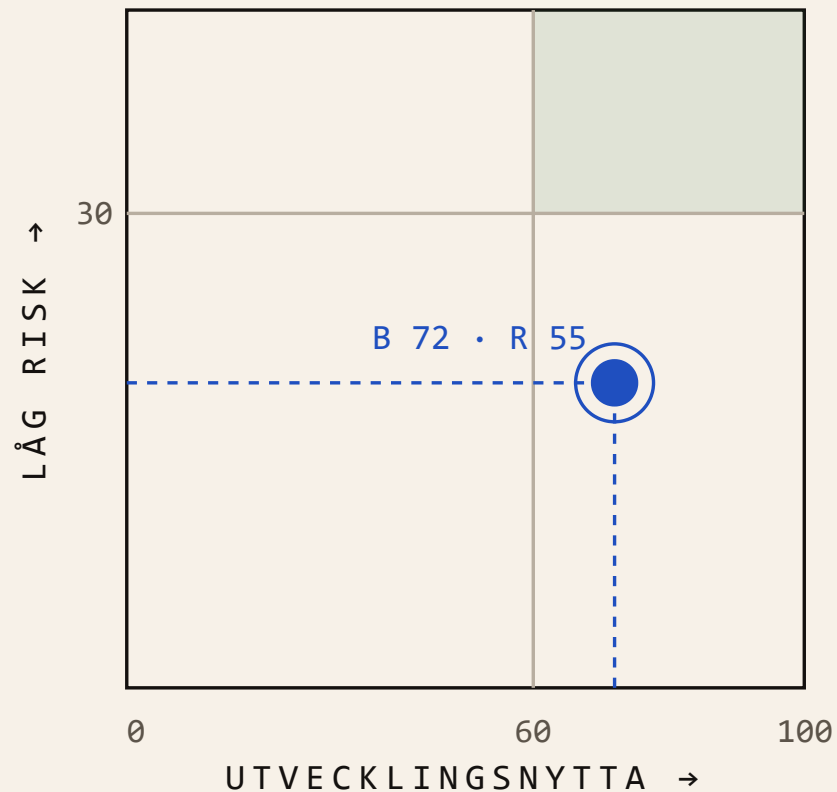
Social risk, 25 procent av riskindexet

- Chatt med okända, grupptryck kring köp och status, socialt tvingande mekanik.

Innehållsrisk hålls separat

- Våld, skrämmande inslag och teman är en **egen bedömning**. Den bakas inte in i riskindexet.
- Innehållsfrågan har redan ett etablerat system: **PEGI-märkningen**. En metodisk innehållsbedömning samspelar med PEGI i stället för att konkurrera med den.
- Skälet till uppdelningen: ett spel med milt innehåll kan vara hårt designat, och ett spel med tufft innehåll kan vara hederligt designat. Blandas de ihop döljer den ena frågan den andra.

Profilen, inte tummen



- Exemplet ovan är ett påhittat men vanligt fall: **hög nytta och förhöjd risk samtidigt**.
- En tumme upp hade dolt risken. En tumme ner hade dolt nyttan. Profilen visar båda, och då går det att handla klokt: behåll spelet, men sätt ramar kring krokarna.
- Därför mäts nytta och risk **oberoende av varandra**. Höga poäng på den ena kan aldrig köpa bort den andra.

Konkret, redan i veckan

- **Ställ två frågor** om varje spel i hemmet: vad ger det? Vad kräver det?
- **Titta på spelet tillsammans.** Be barnet visa det bästa med spelet. Barn vill ofta berätta.
- **Leta krokar, inte innehåll:** finns dagliga belöningar? Sviter? Tidsbegränsade erbjudanden? Köpknappar?
- **Anpassa ramarna efter designen:** ett kravlöst kreativt spel och ett spel fullt av krokar förtjänar inte samma regler.

Att prata vidare om

- Vilket spel i ert hem har mest nytta i sig? Vilket har flest krokar? Är det samma spel?
- Vad skulle förändras hemma om ni bytte frågan "hur länge har du spelat?" mot "vad hände i spelet i dag?"
- Hur märker man skillnad på ett barn som spelar för att det är roligt, och ett barn som spelar för att spelet kräver det?
- För personal: hur pratar ni om spel med vårdnadshavare i dag, utifrån tid eller utifrån design?

Källor

Internetstiftelsen (2025). *Barnen och internet 2025*. Undersökning genomförd av Novus, januari 2025; 629 föräldrar och 625 barn 8–19 år. Citerade uppgifter: 85 procent av föräldrarna oroar sig för att inte kunna skydda sitt barn i den digitala världen; innehåll konstruerat för att skapa skärmberoende ligger i toppen av oroskällorna; citat Jannike Tillå.

Mediemyndigheten (2025). *Ungar & medier 2025*. Citerad uppgift: spelandet är som mest utbrett i åldern 9–12 år.

Ludograph (2026). *Ludograph Scoring Methodology, version 1.3*. Viktningen av nytto- och riskkategorierna (kognitivt 50 %, socioemotionellt 30 %, motoriskt 20 %; engagemangsdesign 45 %, monetisering 30 %, social risk 25 %) samt principen att innehållsrisk redovisas separat.

VECKANS UPPGIFT

Välj ett spel ditt barn (eller din elevgrupp) spelar just nu. Skriv en rad om vad det ger, och en rad om vad det kräver. Det är hela metoden, i miniatyr.

Modul 1 • Två sidor av samma spel: nytta och risk

Detta studiematerial är fritt att använda, dela och bearbeta under licensen [Creative Commons Erkännande-DelaLika 4.0 \(CC BY-SA 4.0\)](#). Ange **Ludograph (lumikin.org/sv/lar)** som källa och dela bearbetningar under samma licens.

Ludographs spelbetyg och betygsdatabas är en separat tjänst och omfattas inte av denna licens. Materialet hänvisar till den öppet publicerade, versionshanterade metodiken på lumikin.org/methodology; alla betygsexempel i materialet är illustrativa.

Producerad av Ludograph, oberoende spelvägledning för föräldrar. Serien är spelpositiv: spel är barns hobby och rättighet, och det är designvalen, inte mediet, som avgör nyttan och risken.

Ludograph

*Spelbedömningar förankrade i
barns utveckling*

UTFORSKA JÄMFÖR METODIK STUDIEMATERIAL DATAKVALITET BETYGSÄNDRINGAR OM
VANLIGA FRÅGOR PRESS INTEGRITET VILLKOR RSS

SE SV ▼

© 2026 LUDOGRAPH. LUDOGRAPH-BETYGEN GRUNDAR SIG PÅ VÅR OBEROENDE BEDÖMNINGSMETODIK.