

UNDERSÖKNING FRÅN COM HEM: UPP TILL 10 TIMMARS DATORSPELANDE PER VECKA GÖR BARN OCH UNGDOMAR LYCKLIGARE

- **Enligt en undersökning gjord av Kantar Sifo på uppdrag av Com Hem, så spelar nästan sju av tio barn i åldrarna 6-17 år datorspel regelbundet.**
- **88% av barnen som spelar måttligt trivs med livet, vilket är fler än bland de som inte spelar datorspel.**
- **Varannan förälder tycker att spelandet tar för mycket av barnets tid och sju av tio anser att det är dåligt för hälsan.**
- **Barnen säger att de vill att föräldrarna engagerar sig mer i deras spelande, men idag lägger föräldrarna i snitt 4 timmar i veckan på barnens traditionella idrott, samtidigt som 25% säger att de inte engagerar sig alls i barnens datorspelande.**

Com Hem har i samarbete med Kantar Sifo frågat 1 293 barnhushåll i Sverige om barns datorspelande. Totalt deltog 2 111 personer i undersökningen, som visar att det går en gräns på ca 10 timmar i veckan där spelande upp till tio timmar inte medför några negativa följder för barnens upplevda skolresultat, sociala liv och idrottande. Bland de som spelar mer finns en risk att det går ut över skolarbete, kompisrelationer och hälsa. Det finns också en risk att dessa barn inte i samma grad pratar med sina föräldrar om jobbiga saker.

"Genom att ta reda på mer om barnens spelande vill vi bidra med både kunskap och vägledning till föräldrar. Det är viktigt för barnen att föräldrarna engagerar sig i deras spelande, men idag lägger föräldrarna istället 4 timmar i veckan på deras barns traditionella sportande medan datorspelande och e-sportande får betydligt mindre uppmärksamhet," säger Ben Ameer Sadek, gaming-expert på Com Hem.

Förutom att spela datorspel ägnar pojkar 3,4 timmar i veckan åt att titta på e-sport och på andra som spelar datorspel. Motsvarande siffror för flickor är 1,4 timmar respektive 1,1 timmar.

"Att fler tittar på e-sport och gamers innebär att Pewdiepie nu är större än Zlatan. Redan idag ser vi att 30 procent av barnen ser datorspelandet som något mer än ett tidsfördriv, genom att till exempel vara med i en klubb eller något lag för e-sport. Jag tror att det kommer öka och att vi bara är i början av e-sport-revolutionen," fortsätter Ben Ameer Sadek.

I undersökningen framgår att det inte nödvändigtvis behöver betyda problem om barnen lägger mycket tid på spelande. I många fall går det hand i hand med mycket fysisk aktivitet och bra kompisrelationer. Däremot bör föräldrar till barn som spelar mer än 10 timmar per vecka ha extra uppsikt så att spelandet inte går ut över skolresultat, sociala relationer och fysisk aktivitet.

För att minska riskerna för att spelandet gå ut över skola, hälsa och socialt liv finns några saker man bör tänka på:

1. *Engagera dig – Precis som föräldrar engagerar sig i barnens övriga aktiviteter bör man intressera sig lika mycket för vad de gör framför datorn eller läsplattan.*
2. *Utgå från fakta – Ta reda på hur mycket tid barnen lägger på datorspel och hur fysiskt aktiva de är i övrigt.*
3. *Sätt gränser – Resultatet från undersökningen visar tydligt att ett måttligt spelande inte nödvändigtvis är något att oroa sig för. OM barnen spelar mer än tio timmar i veckan bör du ha mer koll och ställa tydliga krav på mängden fysisk aktivitet, sociala aktiviteter och skolarbete.*
4. *Prata med ditt barn – Är du osäker på hur - prata med andra föräldrar eller personal i skolan. Du kan också kontakta organisationen Surfa Lugnt.*

Intervjuerna till Com Hem-kollen Gaming och E-Sport genomfördes i november och december 2016 av Kantar Sifo på uppdrag av Com Hem. I undersökningen ingick både föräldrar och barn i åldern 6-17 år. Totalt deltog 2 111 personer i undersökningen

Information till redaktionen:

[Com Hem-Kollen Gaming och e-sport](#)

[Com Hem-Kollen Gaming och e-sport på Youtube](#)

[People of Gaming – Film om e-sport och gaming](#)

För ytterligare information, kontakta:

Fredrik Hallstan, Presschef

Tel: 0761 15 38 30

press@comhem.com



Om Com Hem koncernen

Com Hem levererar bredband, tv, play och telefonitjänster till svenska hushåll och företag. Vårt kraftfulla och framtidssäkra nät med hastigheter upp till 1 Gbit/s når hälften av Sveriges hushåll, vilket gör Com Hem-koncernen till en viktig motor i det digitala Sverige. Vi erbjuder våra 1,45 miljoner kunder det största utbudet av digitala tv-kanaler och playtjänster via digitalbox eller på surfplattor och mobiltelefoner. Bolaget grundades 1983 och har cirka 1 100 anställda. Huvudkontoret ligger i Stockholm och verksamheten bedrivs genom de fyra dotterbolagen Com Hem AB, Boxer Access AB, Phonera Företag AB och iTUX Communication AB. Under 2016 omsatte koncernen 5 665 MSEK. Com Hem-aktien är sedan 2014 noterad på Nasdaq Stockholm. www.comhemgroup.se.