

Pengespillavhengighet

Blå Kors Lade BehandlingsSenter - Poliklinikken
Spesial sykepleier Ann Elisabeth Sandnes

Veien til å bli spilleavhengig har aldri vært så kort.....

- ▶ Tilgjengeligheten til spill har aldri vært bedre
- ▶ Tilbudet på forskjellige spill har aldri vært større
- ▶ Åpningstiden aldri lengre
- ▶ Kredittlånene og kortene har aldri vært flere og lettere tilgjengelig
- ▶ Det har aldri før vært reklamert så mye

Hvem kommer til behandling?

- ▶ Avslørt.
- ▶ Flest menn, men også kvinner.
- ▶ Bakgrunn og utdannelse varierer.
- ▶ Langvarig spilleproblem, men også noen med en relativt kort karriere, som har gitt store konsekvenser.
- ▶ Ofte store økonomiske problemer og gjeld.
- ▶ Problemer i nære relasjoner, og sosialt.
- ▶ Psykiske problemer.
- ▶ Fysiske problemer.
- ▶ Konflikt med loven?
- ▶ Jobb: Trøtt, konsentrasjonssvikt, irritabel, stadig behov for forskudd på lønn.
- ▶ Har ikke sett problemet før det er for sent – håpet har vært å vinne tilbake....

Utvikling av spilleavhengighet – et samspill mellom individ og spillmarked

- ▶ **Personlige faktorer:**
 - ▶ Ingen *typisk* spilleavhengig
 - ▶ Samsykelighet
 - ▶ Følelsesregulering
 - ▶ Konkurransesøkende
 - ▶ Drømmen
 - ▶ Lav inntekt
 - ▶ Arv/miljø

Pengespillmarkedet:

Pengespillmarkedets mål:

- ▶ Lokke folk til spillene
 - ▶ Annonsering, bruk av media til markedsføring
 - ▶ Tilgjengelighet
 - ▶ Hvordan miljøet er tilrettelagt
- ▶ Holde folk ved spillene. Dette påvirkes av:
 - ▶ Hvor raskt spillet er
 - ▶ Frekvens av spilleomganger
 - ▶ Sannsynligheten for å vinne
 - ▶ Forekomsten av nesten gevinster
 - ▶ Kunnskapsspill – tilfeldighetsspill
 - ▶ Gi spilleren en følelse av kontroll
 - ▶ Hvor attraktivt spillet er visuelt og lydmessig

«Nybegynnerflaks»

- ▶ Tidlig gevinst gir en følelse av:
 - ▶ Det er lett å vinne
 - ▶ Jeg har hell i spill
 - ▶ Det er morsomt
 - ▶ Det er lønnsomt
- ▶ «Alle» som kommer i behandling forteller om opplevelser med tidlig gevinst.
- ▶ En risikofaktor for utvikling av avhengighet

Pengespillavhengighet?

7

Dersom spilleren svarer ja på 4 eller flere av kriteriene under er det sannsynlig at han/hun spiller på en problematisk måte. Diagnosen kan kun stilles av fagfolk.

1. Tenker stadig på spill og blir "fraværende" når han/hun spiller/tenker på spill?
2. Spiller oftere og med større innsats for å oppnå ønsket spenning/effekt?
3. Har gang på gang forsøkt å redusere innsatsen eller slutte å spille?
4. Er rastløs eller irritert ved forsøk på å begrense eller slutte å spille?
5. Spiller for å glemme eller slippe å tenke på dagligdags problemer?
6. Vender tilbake til spillestedet for å vinne tilbake det tapte?
7. Lyver for familie og omgangskrets for å skjule omfanget av spillingen?
8. Forsømt eller mistet personlige forhold, jobb eller utdanning på grunn av spill?
9. Regner med at familie eller andre kan løse de økonomiske vanskene som har oppstått på grunn av spill?

Belastningen er stor også for pårørende.

-pårørende kan søke behandling for egen del.



Behandling:

- ▶ Individuallamtaler
- ▶ Utredning – behandling - tilbakefallsforebygging
- ▶ Individuelt tilpasset, basert på spillerens egeninnsats og motivasjon
- ▶ Kognitiv atferdsterapi
- ▶ Bygge mestringstillit
- ▶ Fokus på psykisk helse
- ▶ Kunnskap og innsikt i mekanismer som styrer spilling
- ▶ Kunnskap om spill og vinnerjanser
- ▶ Forsone seg med tapene
- ▶ Etablere kontakt med gjeldsrådgiver
- ▶ Tilbud om parsamtaler
- ▶ Samarbeidsmøter ved behov

Hvem kan henwise til behandling?

10

- ▶ Henvisning til tverrfaglig spesialisert behandling for rusmiddelproblemer (TSB) sendes aktuell vurderingsenhet i spesialisthelsetjenesten.
- ▶ Henvisning kan komme fra
 - ▶ Sosialtjenesten/NAV
 - ▶ Barnevernstjenesten
 - ▶ Fastlege/allmennpraktiserende lege
 - ▶ Privatpraktiserende legespesialist
 - ▶ Lege ved andre deler av spesialisthelsetjenesten
 - ▶ Lege i fengselstjenesten
 - ▶ Annet helsepersonell som har rett til å henwise til spesialisthelsetjenesten

Hva kan hjelpe?

11

- ▶ Sett deg et mål!
- ▶ Beløpsgrenser? - Avslutte spillkontoer? – Stenge seg permanent ute?
- ▶ Bytte e-postadresse
- ▶ Sperre innkommende telefonnummer fra spillselskap
- ▶ Sperre muligheten til å ta opp kreditt
- ▶ Ta kontakt med venner
- ▶ Fortell de rundt deg om problemet
- ▶ Fyll tiden med andre aktiviteter
- ▶ Få oversikt over gjelden – be om hjelp
- ▶ Sørg for regelmessig trekk til faste utgifter
- ▶ Overlate økonomistyring til noen du stoler på? Økonomisk verge?
- ▶ Selv hjelpsgrupper
- ▶ Egenomsorg er viktig, og snakk vennlig til deg selv!

Nyttige nettsider:

12

- ▶ ladebs.no Lade BehandlingsSenter Blå Kors
- ▶ www.akan.no
- ▶ jegspiller.no
- ▶ www.hjelpelinjen.no tlf. 800 800 40
- ▶ www.rus-ost.no
- ▶ www.spillbehandling.no
- ▶ www.spillkontroll.no
- ▶ www.spillavhengighet.no
- ▶ <https://spillsnakk.no>
- ▶ ganorge.no Gamblers anonymus
- ▶ Barnevakten.no