



AKADEMIN FÖR HÄLSA OCH ARBETSLIV
Avdelningen för socialt arbete och psykologi

Vinna eller försvinna

En kvalitativ studie om spelberoende

Sarah Forslöf & Erika Lärka

2014

Examensarbete, Grundnivå (kandidatexamen), 15 hp
Socialt arbete
Socionomprogrammet

Handledare: John Lilja
Examinator: Dimitris Michailakis

Abstract

To win or to lose – A qualitative study about gambling addiction.

This is a qualitative study where the purpose was to investigate what professionals experience to be the reason for an individual to become addicted to gambling and continues to gamble even though it leads to negative consequences. The purpose was also to investigate what the professionals experienced was of importance for an individual to recover from a gambling addiction. The study was based on qualitative semi-structured interviews with knowledgeable individuals in the field. The main findings of the study were that the motivation for individuals with a gambling problem to continue gamble was that they saw gambling as the solution to their problems by winning back lost money. It was common that gambling was an escape from anxiety, guilt, shame, and other gambling-related problems such as financial liabilities. Identification with others in the same situation and a supportive network was important factors for a successful treatment and to recover from a gambling addiction.

Keywords: Gambling addiction, gambling problems, risk factors, treatment

Sammanfattning

Detta är en kvalitativ studie där syftet var att undersöka vad professionella som arbetar med behandling av spelberoende upplever vara anledningen till att en individ blir spelberoende och fortsätter spela trots negativa konsekvenser. Syftet var även att undersöka vad de professionella tror vara viktigt för att en individ skall tillfriskna från ett beroende. Studien baserades på kvalitativa halvstrukturerade livsvärldsintervjuer med kunniga personer inom området. De viktigaste resultaten av studien var bland annat att motivationen för en person med ett spelberoende att fortsätta spela var att individen såg spelandet som lösningen på sina problem genom att spela tillbaka förlorade pengar. För många handlade spelandet om en flykt från ångest, skuld, skam och andra spelrelaterade problem som exempelvis ekonomiska svårigheter. Identifikation med andra i samma situation och ett stöttande nätverk var viktiga faktorer för en lyckad behandling och för att lyckas ta sig ur ett spelberoende.

Nyckelord: Spelberoende, spelproblem, riskfaktorer, behandling

Förord

Vi vill framförallt tacka de personer vi intervjuat för att de delat med sig av sin tid, kunskap och sina erfarenheter. Utan er hade denna studie inte varit möjlig. Vi vill även rikta ett tack till vår handledare John Lilja som gett goda råd under arbetets gång.

/Erika Lärka och Sarah Forslöf

Innehållsförteckning

1. Inledning	1
1.1 Bakgrund	1
1.2 Syfte och frågeställningar	2
1.3 Centrala begrepp	2
2. Kunskapsområde	5
2.1 Litteratursök	5
2.2 Kunskapsläge	5
2.3 Forskning	6
2.3.1 Riskfaktorer	6
2.3.2 Psykisk ohälsa	7
2.3.3 Alkohol	8
2.3.4 Behandling	9
2.3.5 Sammanfattning av forskning	10
3. Teoretiska perspektiv	12
3.1 Systemteori	12
3.2 Social frustration och flyktteorier	13
3.3 Kognitiv teori	14
4. Forskningsmetod	16
4.1 Kvalitativ ansats	16
4.2 Metod	16
4.3 Vetenskapsfilosofiskt synsätt	17
4.4 Analysverktyg	17
4.5 Generalisering	17
4.6 Validitet och reliabilitet	18
4.7 Etiska överväganden	19
4.8 Urval och avgränsningar	20
5. Resultat och analys	21
5.1 Presentation av intervjupersoner	21
5.2 Riskfaktorer	21
5.2.1 Analys av riskfaktorer	23
5.3 Motivation	24
5.3.1 Analys av motivation	26
5.4 Omgivning	27
5.4.1 Analys av omgivning	27
5.5 Tillfrisknande	28
5.5.1 Analys av tillfrisknande	29
6. Diskussion	32
6.1 Studiens viktigaste resultat	32
6.2 Resultat kopplat till teori	33
6.3 Teori och metod diskussion	34
6.4 Fortsatt forskning	34

7. Litteraturförteckning	35
7.1 Tryckta källor	35
7.2 Elektroniska källor	36
8. Bilagor	38
8.1 Följebrev	38
8.2 Intervjuguide 1	39
8.3 Intervjuguide 2	40

1. Inledning

1.1 Bakgrund

Spel och spelande om pengar är något som förekommit i den mänskliga civilisationen sedan tusentals år tillbaka i tiden. Via arkeologiska utgrävningar har det gjorts fynd i form av tärningar och andra speltillbehör. Spel är något som ofta nämns i religiösa skrifter och legender. Från början var olika former av spel något som uppstod lokalt i samhällen i olika delar av världen. Dessa spred sig sedan vidare via koloniserare och handelsmän och idag är det internet som gör det möjligt att sprida spelen vidare i världen (Spelprevention, 2012).

Att spel och spel om pengar leder till spelproblem för människor är inget nytt fenomen. Detta har framkommit genom granskning av historiska dokument som exempelvis etnografiska skildringar, rättegångsanteckningar samt skönlitteratur. Spelproblem har så tidigt som före mitten av 1900-talet setts som något omoraliskt och parallellt drogs mellan besatthet, girighet och synd. Detta innebar att den som spelade skuldbelades och straffades. Detta historiska synsätt på spelare och spelande kan fortfarande vara en orsak till att spelproblem stigmatiseras i dagens samhälle (Statens folkhälsoinstitut, 2010a).

Tillgången på spel har ökat i stor grad de senaste åren. Detta beror på att individen nu mer kan få tillgång till dessa via internet på både mobiltelefon och dator och där utländska bolag är en konkurrent till de svenska spelbolagen (Statens folkhälsoinstitut, 2010b). Statens folkhälsoinstitut gav år 2010 ut en broschyr där de belyser spelberoende och på vilket sätt det är ett folkhälsoproblem. Här står att läsa följande:

Den som ägnar sig åt överdrivet spelande får ofta ekonomiska problem. Det är dessutom mycket vanligt att spelandet får sociala konsekvenser. Flera spelberoende kan exempelvis vittna om att de "spelat bort" både familj, vänner, jobb och bostad. Både skuldsättningen och de sociala konsekvenserna ger i sin tur negativa följder för hälsan. Oro, ångest och depression är vanligt hos en person med spelproblem (Statens folkhälsoinstitut 2010b, s.7).

Ovanstående citat tycker vi på ett tydligt sätt beskriver varför spelberoende är ett socialt problem och varför det är relevant för socialt arbete. Vår uppfattning är att spelberoende kan drabba i stort sätt vem som helst oavsett klass, kön och social bakgrund och är ett delvis dolt problem då det inte luktar eller syns. Med dagens lättillgängliga spel är vår uppfattning att det nu mer är lättare för individen att dölja ett spelberoende för sin omgivning, vilket gör att beroendet kan fortgå en längre tid innan det upptäcks. Detta gör att konsekvenserna för individen blir stora både ekonomiskt och själsligt. Vi anser därför att spelberoende är ett socialt problem och det är viktigt att belysa omfattningen kring detta beroende för att öka förståelsen att alla beroenden inte är kemiska. En ökad förståelse kan leda till bättre stöd och hjälp och en utveckling av behandling för spelberoende i socialt arbete.

Intresset för spelberoende väcktes då vi i vår utbildning gjorde praktik inom socialtjänsten i Hudiksvall. Där fick vi en uppfattning om hur komplext spelberoende är och vilken liten kunskap som fanns i vår hemkommun både gällande teoretisk kunskap samt behandling. Vårt intryck var att det blev svårt för socialsekreterarna att ge de insatser som behövdes för att hjälpa dessa individer till behandling. Mot denna bakgrund valde vi därför att fördjupa oss i detta ämne. Det känns även troligt att vi

kommer att komma i kontakt med denna problematik i vår kommande yrkeskarriär och att det därför är viktigt att ha kunskap om spelberoende.

Innan vi påbörjade vårt examensarbete var förförståelsen gällande spelberoende att det är ett växande problem i Sverige. Detta trodde vi berodde mycket på den ökande mängden spelreklam i olika medier. Vår uppfattning var att internet bidrar till att spelen blir mer lättillgängliga och att detta lättare leder till ett beroende. En annan tanke vi hade var att spelproblem kryper allt lägre ner i åldrarna samt att det kan vara svårt att få rätt behandling, speciellt om man bor i en liten kommun. Vi hade en tanke om att socioekonomisk bakgrund är av betydelse på så sätt att arbetslöshet kan vara en stor riskfaktor för att utveckla ett spelberoende.

1.2 Syfte och frågeställningar

Syftet med vårt examensarbete är att undersöka vad professionella som arbetar med behandling av spelberoende upplever vara anledningen till att en individ blir spelberoende och fortsätter spela trots negativa konsekvenser. Syftet är även att undersöka vad de professionella upplever vara viktigt för att en individ ska tillfriskna från ett spelberoende. För att besvara vårt syfte har vi formulerat tre forskningsfrågor som lyder:

- *Vilka riskfaktorer anser de professionella kan leda till uppkomsten av ett spelberoende?*
- *Vad anser de professionella vara motivationen till att fortsätta spela trots att det leder till negativa konsekvenser?*
- *Vad anser de professionella vara viktiga faktorer för att tillfriskna från ett spelberoende?*

1.3 Centrala begrepp

Under detta avsnitt ges en beskrivning av vanligt förekommande begrepp gällande spel och spelberoende. En förklaring av dessa begrepp anser vi kan underlätta för läsaren att förstå den valda forskningen där dessa begrepp förekommer.

Spelproblem

Begreppet spelproblem innebär att det för individen har uppstått negativa ekonomiska, hälsomässiga och sociala konsekvenser som följd av dennes spelande. Spel om pengar anses vara ett problem när det leder till fysiska eller hälsomässiga problem, påverkar arbetet eller skolan, leder till ekonomiska problem samt får negativa konsekvenser för individens familj och andra närstående (Statens folkhälsoinstitut, 2011). Spelproblem brukar ofta kategoriseras utifrån hur pass allvarliga de är och även om det inte råder full enighet i dessa kategorier är det vanligt att spelproblem delas upp i fyra olika grupper (Binde, 2010). Dessa fyra grupper är *patologiska spelare/spelberoende*, *problemspelare/personer med spelproblem*, *riskspelare/riskabla spelbeteenden* samt *spelare utan riskabla spelbeteenden och spelproblem* och ges en beskrivning av nedan.

Patologiska spelare/Spelberoende

I den amerikanska diagnosmanualen DSM-IV (Diagnostic and statistical manual of mental disorders) finns en rådande psykiatrisk definition av det som i Sverige oftast benämns spelberoende (patologiskt spelande) (Binde, 2010). Manualen innehåller ett antal kriterier vilka är följande:

Upptagenhet.

Tänker ständigt på spel, till exempel är upptagen av att tänka på tidigare spelupplevelser, av att planera nästa speltillfälle eller av att fundera över hur man kan skaffa pengar att spela med.

Tolerans.

Behöver spela med allt större summor för att uppnå den önskade spänningseffekten.

Kontrollförlust.

Har flera gånger misslyckats med att kontrollera, begränsa eller sluta upp med sitt spelande

Abstinens.

Blir rastlös eller irriterad när man försöker begränsa eller sluta upp med sitt spelande.

Flykt.

Spelar för att slippa tänka på sina problem eller för att söka lättnad från nedstämdhet, till exempel hjälplöshetskänslor, skuld, ångest, depression.

Jagar förluster.

Efter att ha spelat bort pengar återvänder man ofta en annan dag för att revanschera sig.

Lögner.

Ljuger för anhöriga, terapeuter eller andra personer för att dölja vidden av sitt spelande (Folkhälsomyndigheten, 2014b).

Uppfyller en person fem eller flera av dessa antas denne troligen vara spelberoende. Spelandet är då tvångsmässigt och skapar allvarliga problem för den som spelar och dennes anhöriga. Det är vanligt att termen spelmissbruk används men detta begrepp anses inte vara lämpligt att använda då det finns olika uppfattningar om missbruk och beroende. Vissa anser att en missbrukare med tillräcklig motivation kan sluta med droger och alkohol på egen hand, en individ med ett beroende har däremot väldigt svårt att sluta utan hjälp och stöd (Binde, 2010).

Problemspelare/personer med spelproblem

Då en individ uppfyller tre till fyra kriterier enligt DSM-IV är spelandet inte tvångsmässigt i samma utsträckning som hos en person med ett spelberoende. Omfattningen av spelandet är dock stort och skapar ekonomiska och sociala problem för individen. Ofta används begreppet spelproblem i en vid bemärkelse där även begreppet spelberoende räknas in (Binde, 2010).

Riskspelare/riskabla spelbeteenden

Uppfyller en individ bara ett eller två kriterier enligt DSM-IV innebär detta att individen har något eller några av de olika spelbeteenden som utmärker ett spelberoende, utan att spelandet skapar några större problem för individen. Förändras livssituationen för en individ som uppfyller dessa kriterier, till exempel känslor av ensamhet eller stress, finns en risk att spelandet ökar i omfattning och problem uppstår (Binde, 2010).

Spelare utan riskabla spelbeteenden och spelproblem

De som inte uppfyller något av kriterierna för spelberoende enligt DSM-VI kallas nöjesspelare och har inget problem med sitt spelande (Binde, 2010).

Snabba spel

Ett vanligt använt begrepp är snabba spel vilket betyder att det ges en snabb utdelning mellan insats och vinst. Poker, spel på kasino och automater som Jack Vegas är exempel på denna typ av spel. Snabba spel benämns ofta som farliga spel eftersom risken att utveckla ett spelberoende är hög (Spelberoende, 2014).

2. Kunskapsområde

I detta kapitel redogörs för tillvägagångssättet vid sökning av litteratur. Detta följs av en bakgrund där det redogörs för hur forskningen om spelberoende i Sverige har sett ut. Bakgrunden innefattar även en beskrivning av den rådande lagstiftningen gällande spel om pengar. Därefter följer den valda forskningen som delats in i relevanta teman och avslutningsvis sammanfattas och diskuteras.

2.1 Litteratursök

Då vi sökte litteratur till vårt examensarbete började vi med att söka i befintliga databaser via Högskolan i Gävles hemsida. De databaser vi främst använde oss av var Libris, Discovery, Web of science, Google scholar, SocIndex och Uppsök. Då mycket av den forskning vi hittade via dessa databaser fanns tillgängliga på Folkhälsomyndighetens hemsida hittade vi på så sätt ytterligare rapporter om ämnet. Vidare använde vi till största del sökorden spelmissbruk, spelberoende, gambling, pathological gambling, gambling problems and treatment, gambling and alcohol och gambling problems. Då det fanns en stor mängd internationell litteratur och forskning av det valda ämnet valde vi att göra en avgränsning. Vi har främst använt svensk litteratur från 2000-talet och framåt då vi hade ett intresse av hur kunskapsläget gällande forskningen om spelberoende i Sverige såg ut. Anledningen till avgränsningen gällande årtal var att spelmarknaden förändrats de senaste åren i och med internet och alla nytillkomna onlinespel. Vidare gjordes en avgränsning till spelberoende gällande olika former av spel om pengar. Den valda forskningen ansåg vi beröra syftet och frågeställningarna i examensarbetet och är av den anledningen relevant. Vi har valt att fokusera på forskning som handlar om, risker och skyddsfaktorer, biologiska orsaker, spelreklam samt behandling för att belysa så många aspekter som möjligt av ämnet. Vi anser att den valda forskningen på ett bra sätt lyfter fram varför spelberoende är ett socialt problem. Forskningen visar hur och tydliggör vilka som drabbas, vilken behandling som anses vara den mest effektiva. I vårt arbete är den tidigare forskningen av stor vikt då den belyser detta beroende på ett tydligt och bra sätt. Vi anser att de olika forskningsrapporterna kompletterar varandra.

2.2 Kunskapsläge

I början av 1990-talet var forskning gällande spelproblem ett helt nytt område och i Sverige fanns i princip ingen forskning om detta ämne. Det var få forskare på denna tid som hade erfarenhet av denna problematik och därav fanns det lite forskning att utgå ifrån. Av denna anledning gjordes en studie i Sverige mellan 1996 och 2003 som gavs namnet SWEGS- Swedish Gambling Studies. Det huvudsakliga resultatet av studien var att spelberoende existerar i Sverige och var av så allvarlig grad att en anpassning av spelutvecklingen var av stor vikt så att skadorna inte ökade. Vidare visade studien att de grupper i samhället som löpte störst risk att utveckla ett spelberoende var invandrare och ungdomar samt individer som var marginaliserade både ekonomiskt, socialt och psykiskt. Sammanfattningsvis visade studiens resultat att spelproblem i Sverige var ett folkhälsoproblem (Rönnerberg, 2010).

De senaste årens forskning har lett till en kunskapsutveckling och idag ser vi vidden av det problematiska spelandet. Vi ser vilka som drabbas samt hur andra faktorer hos individer och i samhället påverkar. Forskning gällande behandling av spelberoende är fortfarande liten. Trots att utvecklingen av evidensbaserad behandling har tagit fart, saknas det fortfarande en nationell forskningsbaserad åtgärds katalog mot problemen (Rönnerberg, 2010). Det som Rönnerberg (2010) anser saknas för att kunna förebygga skadorna som följer på problematiskt spelande är utveckling av teorier som kan förklara vad som styr ett spelberoende och även ökad kunskap om åtgärder gällande olika slags spel.

Spel om pengar i Sverige regleras av Lotterilagen (1994:1000), Lag om anordnande av visst automatspel (1982:636) och Kasinolagen (1999:355). Dessa lagar härstammar från 80- och 90-talet men med tanke på de nya spelformerna via internet pågår en utredning för att uppdatera dessa lagar. Som det ser ut idag är det 18 års åldersgräns på i princip allt spel om pengar i Sverige. Sedan 2000-talet har det genomförts utredningar där syftet har varit att undersöka hur Lotterilagen skall förändras så att den anpassas till ny teknik och internet (Folkhälsomyndigheten, 2014c).

Missbruk i socialtjänstlagen omfattar endast alkohol, narkotika och andra beroendeframkallande medel, därmed innefattas inte spelberoende av lagstiftningen. Detta innebär att socialnämnden inte har någon skyldighet att arbeta med förebyggande åtgärder eller att tillhandahålla behandling. Trots att spelberoende inte nämns i lagen har kommunerna ändå ett ansvar att ge lämplig hjälp och stöd till de som behöver det (Thunved, 2012). Gällande landstingets ansvar för behandling måste en individs spelproblem vara så allvarliga att kriterierna för patologiskt spelande enligt DSM-IV uppfylls. Vården som då kan erbjudas är främst psykiatrisk vård (Folkhälsomyndigheten, 2014a).

2.3 Forskning

Vid genomgång av forskning om spelproblem och spelberoende har ett antal rapporter, artiklar och litteraturoversikter valts ut. I dessa har vi funnit ett antal utmärkande nyckelord som är frekvent förekommande. Dessa har sedan fått utgöra teman under vilka vi sammanfattar den valda forskningen. Kapitlet avslutas med en sammanfattning där den valda forskningen sammanfattas och diskuteras. Den valda forskningen kommer sedan att i resultat och analysdelen jämföras med de resultat vi fått fram av intervjuerna. Detta för att se om forskningen motsäger eller bekräftar resultaten av våra intervjuer.

2.3.1 Riskfaktorer

I Binges (2007) studie visade resultatet att spelreklamens påverkan troligen inte gjorde en problematisk spelare till spelberoende eller fick en nöjesspelare att bli en problematisk spelare. Spelreklam kunde trots detta ses som en riskfaktor för vissa individer då den förvärrade eller bibehöll spelproblemen för dessa. Störst påverkan hade spelreklam hos individer med svårare spelproblem. Detta berodde på att dessa individer ofta försökte sluta med sitt spelande. De var också mer medvetna om sina problem än de personer som hade lindrigare problematik. Då en individ försökte sluta ledde detta till att denne blev mer medveten om och känslig för allt som lockade till spel, där spelreklam var en del i detta. Det som genererade störst problem var en aggressiv

reklamföring för spelformer med hög risk för spelproblem såsom oddset, internet poker/kasino samt travspel. Den spelform som individen själv fastnat för var den reklam som påverkade mest. Detta trots att vissa i studien uppgav att även annan reklam kunde locka till spel. Bindes (2007) resultat antyder att spelreklamen inte var orsaken till att spelproblem uppstod. Detta låg i andra förhållanden såsom tillgängligheten till spel och personlighetsfaktorer. De deltagande individerna i undersökningen uppvisade ett sug efter spänningsfyllda kickar och ett behov av att fly från problem och oro. Vidare fanns ett hopp om att vinna trots att oddsen talade emot. De uppvisade ett tvångsmässigt beteende samt hade en förhoppning om att vinna tillbaka förlorade pengar. Dessa faktorer har i internationell litteratur pekats ut som orsaker till spelberoende (Binde, 2007).

En annan riskfaktor gällande spelberoende är olika spelformer. I en studie av Westfelt (2006) gjordes en jämförelse mellan olika grupper som spelade på olika former av spel. Där utmärkte sig särskilt Bingogruppen och Jack Vegasgruppen. I båda dessa grupper fanns ett stort antal individer som led av spelproblem samt hade bristande ekonomiska resurser. Resultaten visade att dessa former av spel ökade risken för spelproblem i större omfattning än andra. Den ökade risken var oberoende av demografiska karakteristika eller social situation. Vissa bakgrundsfaktorer samt den sociala situationen som spelaren befann sig i var kopplat till risken att utveckla spelproblem. Detta var dock inte hela förklaringen till varför spelproblematiken var så hög i just dessa undersökta grupper (Westfelt, 2006). Resultatet visade också att risken för att utveckla spelproblem var högst bland unga män i åldrarna 18-24 år. Den huvudsakliga anledningen var att de spelade i större omfattning. Låg utbildning och låg inkomst var kopplat till en ökad risk för spelproblem, oavsett vilken form av spel individen spelade eller i vilken omfattning. Resultatet visade att automatspel innebar en hög risk för uppkomsten av spelproblem. Att vinna mer sällan och med låga insatser visade sig innebära en lägre risk för spelproblem (Westfelt, 2006).

I en studie av Statens folkhälsoinstitut (2013) visade resultatet att specifika sociala situationer kunde vara en riskfaktor för personer med spelproblem. Exempel på detta var när de umgicks med vänner eller ville roa sig. Dessa personer hade svårt att sätta upp regler för sitt spelande för att därigenom begränsa det. Det blev svårare att begränsa spelandet om individen spelade för att fly från vissa problem, exempelvis en pressad arbetssituation eller bråk med anhöriga. Resultatet visade att de som hade spelproblem eller tidigare haft det, var en utsatt grupp. Detta berodde på att de hade en ökad risk för att ha många andra problem och dåliga livserfarenheter. Det fanns ett samband mellan problemspelande och hur aktiv individen var i livet. Det var en risk med både för lite och för mycket aktivitet hos personer som hade ett problematiskt spelande (Statens folkhälsoinstitut, 2013). Andra riskfaktorer hos individer för att utveckla ett spelberoende var låg inkomst, låg utbildning och låg socioekonomisk status. Personer med spelproblem hade i större utsträckning ekonomiska problem (Statens folkhälsoinstitut 2011).

2.3.2 Psykisk ohälsa

I genomgången av den tidigare forskningen var psykisk ohälsa en faktor som utmärkte sig hos personer med spelproblem eller ett spelberoende. I en studie gjord av Statens folkhälsoinstitut (2013) visade resultatet att personer med spelproblem hade en lägre självkompetens, sämre allmän hälsa, nedsatt psykisk hälsa. De hade också en hög grad

av impulsivitet samt att de drabbats av negativa händelser i livet. Dessa individuella faktorer samverkade ofta. Problemspelarna uppgav relativt ofta att de haft en otrygg uppväxt. Vidare uppgav deltagarna i studien en känsla av bristande kontroll över utvecklingen i sina liv, samt att deras spelande var ett sätt att hantera svåra känslor. I studien gjordes en tolkning att orsaken till detta kan vara att spelandet gjort att de tappat kontrollen över sitt liv. Exempel på detta kan vara förlust av relationer eller arbete samt dålig ekonomi. Då det gäller hälsa hos personer med spelproblem visade det sig att ångest och depression förekom i större utsträckning än hos personer utan spelproblem (Statens folkhälsoinstitut 2013). Resultatet av en annan studie gjord av Statens folkhälsoinstitut (2011) visade också detta. Psykisk ohälsa var sex gånger vanligare hos personer med spelproblem jämfört med de som inte spelade eller hade spelproblem (Statens folkhälsoinstitut, 2011). Det tycks vara svårt att finna några specifika skyddsfaktorer bland problemspelare. Statens folkhälsoinstitut (2013) fann att positiva livshändelser som exempelvis giftermål och ökad inkomst tack vare spelvinster, inte hade en skyddande effekt.

Brené (2007) anser att depression och rastlöshet är något som är vanligt förekommande hos spelmissbrukare. Det finns en hypotes som menar att dessa individer spelar för att självmedicinera och på så sätt öka dopaminhalten i hjärnans belöningssystem. När en person som är spelberoende spelar aktiveras hjärnans belöningssystem. Detta sker på ett så kraftfullt sätt att individen inte längre vill söka dessa kickar på naturlig väg. Belöningssystemet blir "kidnappat" vilket leder till att hjärnan föredrar att bli belönad via spel istället. Hjärnaktiviteten hos spelmissbrukare visade sig vara lägre i hjärnans belöningssystem under grundläggande förhållanden. Den känsla av välbefinnande som kallas dopamin skapas av belöningssystemet. Dopaminet bildas när individen ägnar sig åt grundläggande beteenden som behövs för att överleva, det vill säga motionera, äta, dricka eller ha sex (Brené, 2007).

2.3.3 Alkohol

En utmärkande faktor som vi sett i forskningsgenomgången är sambandet mellan alkohol och spelproblem. Statens folkhälsoinstitut (2013) har funnit att det bland annat var mer vanligt med alkohol och drogproblematik även innan spelproblemen började. Särskilt alkohol kunde förvärra ett redan påbörjat spelande (Statens folkhälsoinstitut, 2013). Det fanns också ett tydligt samband för män mellan att ha spelproblem och röka dagligen eller ha riskabla alkoholvanor (Statens folkhälsoinstitut, 2011). Spelande och alkoholkonsumtion var något som ofta samverkade. Drickandet stimulerade vadslagning och gjorde att spelaren tappade omdömet. Drickandet bidrog också till att spelarens uppsatta regler för kvällen gällande hur mycket pengar han hade tänkt spela för, förändrades. Hodgins & Racicot (2013) framhåller att en av tre med ett spelberoende har eller har haft alkoholproblem. Brené (2007) påvisar att det finns likheter mellan spelmissbruk och kemiska missbruk. Oavsett vilken form av missbruk individen har, ägnar denne för mycket tid och energi åt missbruket och alla de aktiviteter som förknippas med detta. Det liv missbrukaren lever har övertagit kontrollen över hjärnan. Konsekvensen av detta blir att vardagliga beteenden som tidigare upplevdes som belönande inte längre är lika värdefulla. Hos drog- och spelmissbrukare har det visat sig att dessa har en nedsatt funktion i hjärnan som någon utan ett missbruk inte har. Det som denna nedsatta funktion påverkar är, belöning, minne, inlärning, riskvärdering, emotioner, sociala interaktioner och beslutsfattande (Brené, 2007). Hodgins och Racicot

(2013) har funnit att följande faktorer bidrar till motivation att spela: för att må bra och hantera känslor. De fann också att spelberoende och andra beroenden hade likheter. För att förklara vad det är som motiverar en person till att dricka alkohol användes Copper's modell. I denna förklaringsmodell, som även kan förklara varför en individ spelar, är det tre centrala faktorer som kan förklara vad det är som motiverar individen till att dricka. Dessa är: för att må bra, för att hantera oro och andra obekväma/ jobbiga känslor och för att i sociala sammanhang känna social tillhörighet. De kriterier som bäst beskriver varför en individ spelar, som vi tidigare nämnt ovan, är framför allt, för att må bra samt att individen främst spelar för att hantera obehagliga känslor. Nyligen har det föreslagits, att för att beskriva spelande, bör modellen kompletteras med ytterligare två motiv. Dessa är ekonomiska motiv, att individen spelar för att vinna pengar eller att individen spelar för en god sak. Gällande studenters spelande var deras främsta motivation till att spela, för att det var kul, chansen att vinna och för att känna spänning (Hodgins & Racicot, 2013).

2.3.4 Behandling

Binde (2012) har i en studie av brukarföreningar funnit att föreningarna var ett värdefullt komplement eller alternativ till psykologisk behandling av spelproblem. Kärnan för dessa föreningar bestod av stödgrupper där det fördes diskussioner som kunde ge deltagarna insikt. I dessa diskussioner delade deltagarna med sig av sina livserfarenheter, om sina spelproblem och vägen ut ur dessa. Deltagarna stöttade varandra under de olika stadierna till ett spelfritt liv. Detta kunde handla om rent praktiskt stöd, socialt, emotionellt, intellektuellt, existentiellt stöd och hjälp till motivation. Genom att utbyta livserfarenheter kunde de se sitt beroende i en bredare kontext samt se lösningar och förklaringar till spelproblemen. Stödgrupperna i studien leddes av personer som, trots att de var engagerade och hade stor kunskap om spelproblem, inte hade någon formell utbildning. Dessa var inte bundna till några yrkesetiska koder. Av den anledningen var de inte skyldiga att ge någon form av stöd för de känslomässiga processer som kunde sättas igång hos deltagarna i stödgrupperna. Både brukarföreningarna och professionella med formell utbildning såg stödgrupper och professionell terapi som ett alternativ och komplement till varandra. Dessa olika former av hjälp utgjorde viktiga alternativ eftersom människor är olika, det som passar en individ kanske inte passar en annan. En del människor kunde inte tänka sig att delta i en stödgrupp och öppna sig för främmande människor om sina problem. Dessa föredrog istället individuell terapi eller kognitiv beteendeterapi i grupp. Där lärde de sig olika tekniker för att kontrollera sin lust att spela och tänka realistiskt om chanserna att vinna och tjäna pengar på spel. Andra kände sig inte bekväma med denna typ av terapi utan föredrog kamratföreningar och dess informella atmosfär. Individuell terapi kunde vara det bästa alternativet för spelberoende individer som under lång tid försökt sluta med sitt spelande men inte lyckats. Dessa behövde kanske bryta helt från sitt vardagliga liv och fokusera på att ta sig ur sitt beroende och få intensiv hjälp för en period. Då en professionell behandling var avslutad utgjorde här brukarföreningarna en viktig del. De var viktiga då det gällde att hjälpa individerna att behålla motivationen och hålla sig från att spela efter att behandlingen avslutats (Binde, 2012).

Gruppens betydelse för tillfrisknande framkommer även i en studie gjord av Statens folkhälsoinstitut (2010c). I studien genomfördes behandling med KBT i grupp inom öppenvården. Majoriteten av deltagarna såg och lärde sig positiva och viktiga saker i behandlingen som exempelvis "verktyg" för att hantera tankefällor eller spelsug. Vissa

kände att de hade fått en bättre förståelse gällande sig själv och sitt spelande. De hade också fått mer information och kunskap om spelproblem. För vissa individer var kontakten med de andra deltagarna i gruppen viktig. Upplevelsen var att de via dem fått mycket stöd och hjälp. I samma studie framkom även nackdelar. Grupperna tog lång tid att fylla och väntetiden blev därför lång för de som önskade behandling. På mindre orter kan det av den anledningen vara bäst att genomföra enskild behandling. En del av de individer som deltog upplevde inte behandling i grupp som individuellt anpassad. Med tanke på detta vore det bra att kompensera med individuella mål och uppföljning av dessa. De terapiformer som användes i behandlingarna i studien var MI (Motiverande samtal) och KBT (Kognitiv beteendeterapi). Bland de deltagare som behandlades med MI upplevdes det viktigt att bli lyssnade på. De kände också att deras medvetenhet och insikt om sin spelproblematik hade ökat till följd av behandlingen. De terapeuter som ledde de båda behandlingsformerna upplevdes av majoriteten som engagerade, respektfulla och förtroendeingivande. Många svar tydde också på att deltagarna fått en form av nära relation med ledaren eller terapeuten. I gruppbehandling med KBT kände deltagarna att ledarna var viktiga både gällande pedagogik och också attityd (Statens folkhälsoinstitut, 2010c).

2.3.5 Sammanfattning av forskning

Sammanfattningsvis led många problemspelare av psykisk ohälsa och depressioner var inte ovanligt. Personer med spelproblem hade ofta ekonomiska problem, förlorade relationer och alkoholproblem. Frågan kan då ställas om dessa problem uppkom som en följd av spelproblemen eller om dessa problem fanns där redan innan? Gällande alkohol och spelproblem går det att se ett samband mellan riskabla alkoholvanor och spelproblem. Det fanns likheter mellan kemiskt beroende och spelberoende, på så sätt att de ägnade mycket tid och energi åt beroendet, och alla aktiviteter förknippades med detta. Ur en biologisk synvinkel var hjärnaktiviteten under grundläggande förhållanden, lägre i belöningsystemet hos de som var spelberoende. Detta resulterade i att de inte längre sökte kickar på naturlig väg. Även här går det att ställa sig frågan vad som genererade vad? Drack individen för att hantera konsekvenserna av sitt spelande eller fanns de riskabla alkoholvanorna där redan innan?

Spelreklamens påverkan var inte lika stor som det antagits, troligen leder det inte till att en problematisk spelare blir spelberoende eller att nöjesspelare blir en problematisk spelare. Detta resultat upplever vi som motsägelsefullt. Detta för att det samtidigt framkommer att spelreklamen kan förvärra ett redan pågående spelproblem för en del individer. Vår tolkning är då att reklamen ändå har en påverkan som kan bidra till att en individ som ligger på gränsen till att vara spelberoende blir detta. Det motsägelsefulla resultatet kan dock bero på att studien var liten med få deltagare. För att få en tillförlitlig bild av reklamens påverkan skulle fler studier gällande detta behöva inkluderas i vår valda forskning.

Forskningsgenomgången visade att det innebar en ökad risk att utveckla spelproblem genom att spela på spelen Bingo eller Jack Vegas. En förklaring till detta är att dessa spel är så kallade snabba spel på grund av att det är en snabb utdelning mellan insats och vinst (Spelberoende, 2014).

Grupptillhörigheten har en stor betydelse för tillfrisknandet för många individer oavsett om det sker via individuella spelargrupper eller gruppterapi inom öppenvården. Formell

utbildning hos terapeuten/ledaren av grupperna var av mindre betydelse. Det som däremot framhölls som viktigt var ledarens personliga egenskaper och erfarenheter. Behandling i grupp passade dock inte alla individer och det var då bra med en individuellt anpassad behandling.

3. Teoretiska perspektiv

Här följer en beskrivning av valda teorier vilka kommer att användas vid analys av resultaten.

3.1 Systemteori

I systemteorin är målet att få individen att passa in i den rådande sociala ordningen i samhället. Detta betyder att systemteori är individualistiskt- reformistiskt vilket innebär att det sociala arbetet bland annat fokuserar på vilka sociala relationer och nätverk individen har. I det sociala arbetet eftersträvas en effektivare social ordning vilket inte ger några radikala förändringar. Teorin ser individer som en del av olika system och att dessa system på olika sätt möts. Detta ger en bild av hur individer interagerar exempelvis i samhället, i familjen och med varandra. I det sociala arbetet med familjer har systemteorier haft stor betydelse. En kritik som riktats mot systemteori är att den anser att alla kan passas in i den rådande sociala ordningen. Genom systemteorier har bland annat arbetet med nätverk växt fram. I det sociala arbetet fokuseras det på hela familjen och vad denne har för resurser att tillgå. Det gäller att få dessa att samarbeta på ett så effektivt sätt som möjligt. Ett viktigt begrepp inom systemteorin är *anpassning* och då mellan individen och dennes omgivning samt nätverket. Inom systemteori anses det finnas tre olika former av system. Dessa system benämns *informella/naturliga system*, som består av exempelvis familj, kolleger på arbetet samt vänner. *Formella system* där bland annat kommunala myndigheter ingår samt *sociala/samhälleliga system* som innefattar skolor och sjukhus (Payne, 2008).

Inom systemteori används begreppet *struktur* vilket handlar om den bakomliggande systemstrukturen. Systemen skapas av människor och innehåller strukturer som styr hur normer tolkas och hur beslut fattas. Denna struktur beskriver de relationer som påverkar beteendet i det långa loppet. Individen är en del i ett system vilket resulterar i att strukturen blir svår att se för denne. Då systemet kan ses som en helhet gör detta att individen (delen) aldrig helt kan frigöra sig från systemet (helheten) (Öquist, 2008).

Systemen är hierarkiskt uppbyggda i olika *nivåer*. I hierarkin är de högre nivåerna överordnade de lägre nivåerna. De högre nivåerna ställer in och upprätthåller strukturen på de lägre nivåerna. För att helheten ska fungera på ett tillfredsställande sätt måste gränserna mellan de olika nivåerna upprätthållas och inte blandas samman. De åtgärder som görs och de beslut som fattas i de högre nivåerna i hierarkin grundas på vad hela systemet behöver och inte vad den enskilde individen bäst behöver (Öquist, 2008).

Två andra viktiga begrepp inom systemteorin är *konstans* och *variation*. Livet ses som en ständigt pågående kamp mellan stabilitet och förändring och restriktion och frihet. Med konstanter menas det förutsägbara i livet och dessa är lika viktiga som variationen för en bra tillvaro. Trots detta kan oordning i vissa situationer leda till ny information och nya mönster. Därför ses oordning och störning i lagom dos som något positivt som kan leda till förändring och inte som ett hot som individen måste skydda sig från. För att åstadkomma en förändring krävs att individen tar ett steg ur den rådande ordningen för att komma framåt. För att alla delar ska falla på plats igen behövs tid (Öquist 2008).

Inom systemteori används begreppen *öppna-* och *slutna system*. I de öppna systemen utbyts information med omgivningen vilket gör att dessa system växer och utvecklas. I ett slutet system släpps ingen information utifrån in i systemet. Detta kan ses som en informationsförlust som kan leda till negativa effekter. För individer i slutna system innebär detta en förlust av korrigerande feedback information/input från andra system. Individer med ett beroende har ett behov av att kontrollera vilken information om det egna jaget som ges ut. Anledningen till detta är en rädsla för att bli avslöjad som en avvikare och inte passa in i systemet. Detta påverkar relationen till andra människor på så sätt att den avvikande isolerar sig allt mer och liknar därmed ett slutet system. Pågår denna isolering och brist informationsutbyte en längre tid kan det leda till att individen skapar falska föreställningar om världen (Öquist 2008).

Systemteori anser vi kan ge en förklaring till syftet på denna uppsats. Detta för att teorin inte enbart fokuserar på individen utan även på systemen runt individen. Teorin kan förklara hur en individ med ett spelberoende påverkas av och påverkar omgivningen. En förklaring kan ges till hur ett beroende kan fortgå samt hur samhällets syn på spelberoende påverkar individen.

3.2 Social frustration och flyktteorier

Inom de sociologiska och kulturella synsätten är det vanligt att spelandet ses som ett sätt för individer att frigöra sig och fly från den frustration och de spänningar de känner på grund av sin position i samhället. Människor söker inte enbart flykt på grund av detta utan från alla möjliga saker i livet som de upplever som tråkiga och problematiska. Teorier om flykt och frustration pekar på att det finns två separata sfärer av aktiviteter: den vardagliga världen och spelandets värld. Den frustration spelaren känner i det vardagliga livet ”pushar” denne att fly in i spelandets värld. Teorierna hävdar att denna värld drar till sig spelare genom att erbjuda dem belöning och spännande upplevelser som blir ett sätt att frigöra frustration (Binde, 2009).

En av de teorier som finns bland frustrations och flykt teorier är den så kallade flowteorin som kombinerar kulturella, sociologiska och psykologiska perspektiv. Denna teori fokuserar på individens involvering i spelet och upplevelsen av flow. Begreppet *flow* definieras som ett behagligt tillstånd av optimal upplevelse framkallad av en viss aktivitet. Individen är totalt uppslukad av denna aktivitet, känner glädje och tillfredsställelse och glömmar bort det vardagliga livet. För att få denna upplevelse av flow får aktiviteten varken vara för komplicerad eller för enkel. I en människas liv finns det ofta för många valmöjligheter, det vill säga saker är komplicerade och skapar oro, eller så är de valmöjligheter som ger belöning för få, vilket skapar tristess. Detta gör att människor söker efter aktiviteter som har en balans mellan val och möjligheter, där de kan uppleva flow. Flowteorin ser spelande som en värld av handlingar separerade från den vardagliga sociala verkligheten. I spelets värld blir den sociala identiteten irrelevant, vilket kan vara en lättnad om den identitet individen har inte känns belönande (Binde, 2009).

Teorier om flykt anser vi vara av relevans för att besvara syftet med denna uppsats. Teorin kan ge en förklaring till varför vissa individer börjar, försätter och varför det kan vara svårt att sluta spela. Vi har alla ett behov av att fly från vardagen oavsett om det är via spel, film eller något annat.

3.3 Kognitiv teori

Den kognitiva teorin är en utveckling av beteendeterapi och behavioristisk teori och innebär att beteendet påverkas av tolkningar eller perceptioner av omgivningen under dess inläring. Av den anledningen är ett opassande beteende följden av förvrängda eller felaktiga tolkningar (Payne, 2008). Enligt den kognitiva teorin är människan en tolkande, upplevande och bearbetande varelse där varje individ tolkar verkligheten på sitt eget unika sätt. Det sätt som vi uppfattar olika händelser och situationer på bestäms i huvudsak av tidigt inlärd kognitiva mönster eller *scheman* som blir ett slags filter för hur vi lagrar, tolkar och bearbetar information från både den yttre och inre omgivningen. Dessa scheman kan ses som fördomar eller personliga sanningar om livet, andra människor och den egna personen. Dessa scheman växer som mest intensivt fram under barndomen och bidrar till att individen orienterar sig på ett speciellt sätt i tillvaron. En del av dessa scheman är svåra att påverka och förändra då de är stabila och djupt rotade. Vi reagerar med andra ord inte automatiskt på vår omgivning utan vi observerar, bearbetar och reagerar utifrån de individuella erfarenheter, motiv och behov som vi har. Enligt detta synsätt är vi aktiva konstruktörer och byggare av vår egen värld och vi påverkas lika mycket av den omgivande miljön som vi påverkar den själva (Kåver, 2006).

Inom kognitiv teori används begreppet *operant inläring* vilket innebär att en individs beteende styrs av vilka konsekvenser beteendet ger. Inlärd beteenden blir instrument som används för att förändra något eller för att uppnå en önskan. Om individen får denna önskan uppfylld ökar sannolikheten att individen fortsätter med sitt inlärd beteende oavsett om önskan var en summa pengar eller något annat. Då en individ får sin önskan uppfylld sker något som kallas *förstärkare*. Dessa förstärkare delas in i negativa och positiva. Negativa förstärkare kan beskrivas som något obehagligt som individen vill fly ifrån eller undvika. Vid positiv förstärkning får individen något som denne vill ha, en belöning. Belöningen kan bestå av alltifrån mat, pengar, kärlek och gemenskap. Både positiv och negativ förstärkning ökar sannolikheten för att det beteende som användes för att uppnå det önskvärda fortsätter (Kåver, 2006).

I behandling av individer med spelproblem har det visat sig att speciellt tänkandet är av vikt att arbeta med. De irrationella tankemönster som många spelare har såsom förlitandet på turen, illusionen om kontroll samt missuppfattningar om sannolikhet, går att förändra. Genom att ersätta dessa mönster med ett mer realistiskt tänkande startas ett ifrågasättande hos spelaren till det som i grunden styr spelandet. För många spelare finns det faktorer eller saker som förekommer i samband med spelandet som utlöser suget efter att spela. Att lära sig hantera dessa risksituationer kan därför för vissa spelare vara en viktig del i terapin. Detta går att lära via terapin genom att i fantasin eller verkligheten exponera sig för risksituationer vilket gör att suget både hinner kännas och klinga av. Detta fortgår tills suget att spela inte längre känns av vid tanke på de utlösande faktorerna. För att detta ska fungera på bästa sätt bör det ske i kombination med träning av tankar som hindrar spelaren från att spela (Ortiz, 2006).

Anledningen till att vi valt att använda en kognitiv teori för att analysera spelberoende är att det kan förklara hur tankar och erfarenheter hos individen gör att denne utvecklar, fortsätter och har svårigheter att ta sig ur ett beroende. Det är intressant att via den kognitiva teorin se hur tankar och inlärd mönster påverkar individen, och hur dessa både kan hjälpa och stjälpa. Genom att använda denna teori anser vi få en djupare

förståelse för individens tankemönster som är svårt att nå med hjälp av de andra valda teorierna.

4. Forskningsmetod

I följande kapitel kommer vi att förklara och motivera vårt val av kvalitativ ansats. Den valda metoden och de vetenskapsfilosofiska synsätten vi använt oss av kommer att beskrivas och motiveras. Vidare ges en beskrivning av valda analysverktyg, generaliserbarheten, validitet och reliabilitet samt etiska överväganden. Kapitlet avslutas med en beskrivning av våra urval och avgränsningar.

4.1 Kvalitativ ansats

Valet föll på en kvalitativ ansats, då denna forskningsstrategi bland annat beskriver individens verbala utsagor ur ett helhetsperspektiv och i sitt sammanhang. Detta betyder dock inte att alla aspekter av ett fenomen studeras utan det görs avgränsningar med inriktningar på olika teman. Genom att använda en kvalitativ ansats ges en bild av vad intervjupersonen upplever, tänker och hur denne ser på världen, både i yttre avseenden och i det inre psykiska livet. Utifrån denna beskrivning av intervjupersonens inre upplevelsevärld eller subjektiva tolkning av den yttre verkligheten kan sedan upplevelserna analyseras med hjälp av teoretiska eller vetenskapsfilosofiska perspektiv (Larsson, 2005).

Vi anser att den kvalitativa ansatsen passar vårt syfte och våra frågeställningar då vi vill få en uppfattning om vad de professionellas upplevelser är gällande spelberoende. Vi anser att personliga upplevelser är subjektiva där varje individ upplever världen på sitt eget sätt. Genom att välja en kvalitativ metod ges en djupare insikt i denna subjektiva livsvärld som vi inte tror kan nås på samma sätt med kvantitativa metoder.

4.2 Metod

Den metod vi valde att använda oss av var en halvstrukturerad livsvärldsintervju. Anledningen till detta är att vi ville undersöka de professionellas upplevelser av spelberoende. Vi ansåg då att denna metod passade bäst för att det ger intervjupersonerna möjlighet att med egna ord beskriva sina upplevelser av ämnet. För att forskaren ska få svar på sina frågor bör denne informera om syftet med studien och anta ett kritiskt synsätt. Då det är forskaren som kontrollerar situationen är intervjun inte ett samtal mellan likställda parter och innebär alltså inte ett vardagligt samtal med utbyte av åsikter. Det är forskaren som via sina frågor och sitt lyssnande skaffar sig kunskaper via intervjupersonens livsvärld. De material som sedan analyseras är den bandade intervjun som skrivs ut och transkriberas (Kvale & Brinkman, 2009).

En halvstrukturerad livsvärldsintervju består enligt Patton (2002) av en intervjuguide med teman och frågor. Detta gör att man håller sig till ämnet och inte svävar iväg på andra irrelevanta områden vilket lätt kan ske i en öppen intervju. En annan fördel med denna intervjuform är att den samtidigt ger utrymme för intervjupersonen att utveckla sina svar och ger mer utrymme för intervjuaren att ställa fler spontana följdfrågor. Då vi är studenter och oerfarna när det kommer till intervjuer anser vi att denna form av intervju passar oss och ämnet bäst. Vid utformande av intervjuguiden valde vi att använda oss av våra forskningsfrågor som teman. En komplettering gjordes med temana

omgivning, känslor och inledande frågor för att få en så bred bild som möjligt av det vi ville undersöka.

4.3 Vetenskapsfilosofiskt synsätt

För att öka reliabiliteten och validiteten i vårt arbete har vi valt att använda oss av två vetenskapsfilosofiska synsätt, det fenomenologiska och det hermeneutiska. Det fenomenologiska synsättet fokuserar på att varje individ tolkar och upplever världen på sitt eget unika sätt. De handlingar en individ utför baseras på vilken betydelse denna tillskriver sina egna och andra individers handlingar. För att forskaren ska vara förmögen att tolka en individs handlingar måste denne skaffa sig kunskap om människors idéer om vad som är sunt förnuft. Forskaren måste utgå från individens perspektiv och tolka deras livsvärld och handlingar. För att göra detta är det viktigt att forskaren sätter sin egen förförståelse åt sidan och inte har några förutfattade meningar (Bryman, 2002).

Enligt det hermeneutiska synsättet grundas människors förförståelse i historien och traditionen. Den bygger på vad individen sett, gjort, läst och influerats av tidigare i livet. Med hjälp av det hermeneutiska synsättet kan forskare som gör kvalitativa studier analysera intervjuer i form av texter. Genom att använda sig av detta synsätt flyttas fokus från det som sker här och nu under en intervju till en bredare kontext som omfattar det som förmedlats genom traditionen och historien (Kvale & Brinkmann, 2009).

4.4 Analysverktyg

Det analysverktyg vi valt att använda är det hermeneutiska synsättet som fokuserar på att förstå meningen i en text (Larsson, 2005). När forskaren analyserar en text ska denne sätta sin förförståelse åt sidan och försöka få fram textens mening utifrån den intervjuades sätt att se på världen (Bryman, 2002). Detta kan göras med hjälp av den hermeneutiska cirkeln där tolkningen av texten är en process. Denna process sker när meningen i textens enskilda delar, eller meningen av dessa, skapas av hur man förstår helheten av texten (Larsson, 2005).

Vid analys av data har först en transkribering gjorts. Därefter har resultaten delats in i teman och svaren från de olika intervjupersonerna har klippts ut och klistrats in under varje tema. Vi använde oss av den hermeneutiska cirkeln på så sätt att vi återkopplade de olika temana till intervjuerna i sin helhet för att få en så korrekt bild som möjligt av det som sagts.

4.5 Generalisering

Inom forskning är det vanligt att generalisera sina resultat vilket betyder att intresset inte ligger i det unika eller specifika utan fokuseras på det allmängiltiga. Med det allmängiltiga menas att se på återkommande samband, mönster och regelbundenheter (Esaiasson m.fl., 2012). Ett vanligt argument mot att inte använda sig av kvalitativa forskningsintervjuer är att det i dessa ofta är för få intervjupersoner för att resultatet ska

kunna generaliseras (Kvale & Brinkmann, 2009). Kvale och Brinkmann (2009) ställer sig dock frågan varför en generalisering ska göras? Enligt dem bygger kravet på att samhällsvetenskaplig forskning ska framställa generaliserbar kunskap på antagandet att den vetenskapliga kunskapen är giltig för alla människor, för alla platser och bestående över tid.

Då vår studie är ett examensarbete som består av få intervjuer anser vi den vara för liten för att kunna generalisera resultaten, men vi kommer dock se om det finns likheter och skillnader med tidigare forskning och litteratur. Vi håller med Kvale och Brinkmann när de ställer sig frågan om varför man måste generalisera då en människas livsvärld och erfarenheter är subjektiva vilket gör det svårt att hitta en sanning som gäller för alla.

4.6 Validitet och reliabilitet

Inom den kvalitativa forskningen finns det vissa svårigheter när det gäller validitet och reliabilitet. Den som forskar med kvalitativa metoder är vid analysen av data både en uttolkare av mening och ett mätinstrument. Eftersom kvalitativa studier inte uppfyller de krav som ställs på vetenskapliga studier bör en diskussion föras gällande validitets- och reliabilitetsfrågor. Dessa frågor behöver bedömas annorlunda än vad som gäller vid kvantitativ forskning. Det är viktigt att uppnå hög reliabilitet och validitet i både kvantitativ och kvalitativ forskning för att få tillförlitliga resultat. Inom samhällsvetenskap är det mindre vanligt att ange mått på reliabilitet och validitet men det finns vissa tekniker för att göra detta (Larsson, 2005).

Med hög *reliabilitet* menas att måttet är stabilt och inte störs av variationer gällande plats, intervjuare och tid (Elofsson, 2005). Då målet i kvalitativ forskning är att upptäcka och beskriva ett visst fenomen blir det problematiskt att fastställa reliabiliteten på ett tydligt och enkelt sätt. Detta eftersom avsikten inte är att mäta något vilket gör att frågan om reliabilitet inte blir meningsfull. Reliabiliteten handlar även om den inre logiken och resultatens konsistens (Larsson, 2005). För att öka reliabiliteten i vår studie har vi studerat tidigare undersökningar för att se hur formuleringen av intervjufrågor och forskningsfrågor ser ut. Detta har gjorts för att undvika misstag i formuleringen av våra frågor. Det är viktigt att utforma frågorna så att det ges en så sann och ärlig bild som möjligt av hur intervjupersonen uppfattar sin situation. Detta kan säkerställas genom att inte ställa ledande frågor samt att lägga förförståelsen åt sidan (Elofsson, 2005). Då det gäller intervjuarens reliabilitet diskuteras den speciellt i samband med ledande frågor. Är de ledande frågorna inte en del av intervjutekniken kan de inverka på svaren (Kvale & Brinkmann, 2009). Vi har vid utformandet av vår intervjuguide försökt att formulera frågor som är lätta att förstå samt undvika ledande frågor. Trots detta var vissa av frågorna i intervjuguiden svåra att förstå för en del av intervjupersonerna vilket ledde till att vi fick förklara och utveckla dessa frågor. Detta kan ha bidragit till mer ledande frågor som kan ha inverkat på svaren. Vid intervjutillfällena lade vi vår förförståelse åt sidan för att få en så sann och ärlig bild som möjligt av det som sades.

Hög *validitet* innebär att man mäter det man avser att mäta (Elofsson, 2005). För att uppnå hög validitet i kvalitativa undersökningar läggs stor vikt på forskarens skicklighet att ifrågasätta och teoretiskt tolka sina iakttagelser. I kvalitativ forskning kan frågan om validitet bli problematisk då man via en induktiv metod har för avsikt att forskningen ska resultera i nya begrepp. Detta innebär att det inte finns några färdiga begrepp att mäta (Larsson, 2005). I kvalitativ forskning kan validitet även ha en moralisk mening

som innebär hur sanningsenlig forskaren uppfattar intervjupersonens svar, och om dessa upplevs som trovärdiga och ärliga (Kvale & Brinkmann, 2009). Då våra intervjupersoner har lång erfarenhet gällande behandling av spelberoende och några även har egna erfarenheter från spelberoende upplevdes dessa personer som trovärdiga och svaren ärliga. Då svaren grundades på deras personliga uppfattning och upplevelse om detta fenomen finns inget rätt eller fel svar.

Reliabiliteten och validiteten kan förstärkas via triangulering som innebär att analysera det man valt att studera ur ett antal olika synvinklar. Detta har vi gjort via teoritriangulering som innebär att olika teoretiska perspektiv använts för att analysera resultatet av intervjuerna. Vi har även använt oss av triangulering av datakällor där vi genom vårt urval av intervjupersoner med olika utbildningar och livserfarenheter, har fått olika perspektiv på spelproblem och dess komplexitet. Till sist har vi även ökat reliabiliteten och validiteten genom en triangulering av vetenskapsfilosofiska positioner (Larsson, 2005). För att göra detta har vi valt att kombinera fenomenologi och hermeneutik för att tolka intervjupersonernas livsvärld både genom tal och också text.

4.7 Etiska överväganden

Den viktigaste punkten vid forskning inom socialt arbete är individskyddskravet. Detta innebär att individer inte får utsättas för fysisk eller psykisk skada, kränkning eller förödmjukelse. Individskyddskravet delas in i fyra allmänna huvudkrav vilket är informationskravet, konfidentialitetskravet, samtyckeskravet samt nyttjandekravet. Informationskravet innebär att forskaren ska informera intervjupersonerna om den aktuella forskningsuppgiftens syfte, att deltagandet är frivilligt och att dessa när som helst kan välja att avbryta sin medverkan. Det är även av vikt att informera intervjupersonerna om de steg i undersökningen som kan ha betydelse för huruvida personen i fråga vill medverka eller inte (Vetenskapsrådet, 2013).

Konfidentialitetskravet innebär att förvara intervjupersonernas personuppgifter på ett sådant sätt att obehöriga inte kan komma åt att läsa och sprida dem vidare. Det är även av vikt att avidentifiera uppgifter så att utomstående ej kan identifiera dessa personer. Ett undertecknande om tystnadsplikt gäller för forskaren och dennes kollegor som behandlar etiska känsliga uppgifter om intervjupersonerna (Vetenskapsrådet, 2013). Samtyckeskravet innebär att de som deltar i studien själva har rätt att bestämma över sin medverkan. Detta innebär att forskaren måste inhämta samtycke från sina intervjupersoner och informera om att de har rätt att när som helst avbryta sin medverkan utan negativa konsekvenser. Nyttjandekravet innebär att de uppgifter som samlas in endast får användas för forskningsändamål och inte till exempelvis marknadsföring (Vetenskapsrådet, 2013).

Ett etiskt övervägande vi gjort gällande intervjupersoner är att inte intervjua individer som är aktiva i sitt spelmissbruk. Anledningen till detta är att vi inte är forskare utan enbart studenter och inte har den kunskap och erfarenhet som krävs för en sådan typ av intervju. Genom denna avgränsning minimerar vi risken att åsamka psykiskt lidande och förödmjukelse vilket uppfyller kriterierna för individskyddskravet. Vi har valt att göra en avidentifiering av våra intervjupersoner för att beakta konfidentialitetskravet. Vidare har vi även att beaktat de andra uppräknade etiska kraven i vår studie genom bland annat tystnadsplikt och inhämtande av samtycke.

4.8 Urval och avgränsningar

Ett urval av informanter i kvalitativa studier kan ske via ett bekvämlighetsurval där tillgängligheten på informanter är av betydelse. Beroende på det ämne som forskaren vill studera kan det bli svårt att få vem som helst att ställa upp på en intervju. Detta gör att forskaren kan stöta på svårigheter då denne blir tvingad att intervjua den som ställer upp även om det från början fanns en önskan om ett annat urval. Att ett bekvämlighetsurval görs kan även inom kvalitativ forskning bero på en föreställning om att representativitet inte är av lika stor vikt som i en kvantitativ studie (Bryman, 2002).

Vårt urval till denna studie har skett via bekvämlighetsurval. Vi fann det svårt att finna personer som arbetade med spelberoende. Av den anledningen fick vi kontakt med två av intervjupersonerna via vår handledare. Vidare gjorde vi en sökning på internet gällande spelföreningar och via Spelberoendes förening i Stockholm hittade vi vår tredje intervjuperson. Person nummer fyra hittades genom att göra en andra sökning på internet efter spelföreningar, därigenom hittade vi en länk till Stödlinjen. Vi ringde dem och de i sin tur hade register över vilka behandlare och terapeuter som fanns i närheten. På detta sätt fick vi kontakt med vår fjärde intervjuperson. Vår tanke var från början att intervjua två terapeuter och två representanter från lokala brukarföreningar. Men då det inte fanns några brukarföreningar inom lämpligt avstånd valde vi att intervjua en person via telefon och en via skype.

5. Resultat och analys

I detta kapitel ges en kort presentation av intervjupersonerna som därefter följs av resultaten av de genomförda intervjuerna. Resultaten har vi valt att dela in under fyra olika teman. Grunden till dessa teman lades vid utformandet av våra forskningsfrågor. Forskningsfrågorna utgjorde basen för vår intervjuguide som sedan kompletterades med ytterligare frågor för att täcka in alla de aspekter som vi ville besvara. Vid sammanställningen av resultaten av intervjuerna var det framförallt fyra teman som vi ansåg vara relevanta för att besvara syftet. Dessa teman är riskfaktorer, omgivning, motivation samt tillfrisknande. Under varje tema kommer en analys att göras med hjälp av valda teorier. Svaren kommer även att jämföras med den valda forskningen för att se om denna bekräftar eller motsäger våra resultat.

5.1 Presentation av intervjupersoner

Björn

Björn har arbetat som behandlare i tio år och arbetar för nuvarande på ett kommunalt behandlingshem som bedriver öppenvård. Den huvudsakliga beroendeproblematiken hos de klienter som tas emot är alkohol och narkotika men sedan två och ett halvt år tillbaka ges även behandling för spelberoende. Behandlingen bedrivs i form av enskild terapi som baseras på KBT(Kognitiv beteendeterapi) och MI (motiverande samtal).

Mats

Mats har mångårig erfarenhet av arbete inom en förening för spelberoende. Hjälpen som ges via föreningen är rådgivning, enskilda samtal och MI (motiverande samtal). Föreningen anordnar möten, interna utbildningar och utbildningar via riksförbundet för spelare och anhöriga. Genom dessa utbildningar utbildas anhöriga och spelare till att själva hålla i och leda stödgrupper.

Anders

Anders har arbetat som terapeut i 17år men har över 30års erfarenhet gällande missbrukare och beroendeproblematik. Anders arbetar som alkohol-, drog-, och spelterapeut inom öppenvården där 12-stepsprogrammet är den ledande behandlingsformen.

Pelle

Pelle har mångårig erfarenhet av arbete med spelberoende. Han såg sina livserfarenheter och personliga egenskaper som en resurs för att föreläsa och hjälpa andra. I sin yrkesroll coachar han spelare och anhöriga och erbjuder MI (motiverande samtal).

5.2 Riskfaktorer

Något som de intervjuade upplever utgör en riskfaktor för att bli spelberoende är exponering för spel i unga år. Anders brukar vid ett första möte med sina klienter be dem berätta sin historia för att få en bild av hur de en gång i tiden introducerades till spel. Ofta börjar dessa historier med att klienten uppger att de fick följa med någon vuxen att spela som barn. Detta var den första erfarenheten av spel och något som de upplevde som en stark och positiv händelse. Att minnena är så starka från denna

upplevelse handlar inte bara om spelet i sig, utan även om de känslor de kände och den spänning de upplevde just den dagen. Mats berättar om sin egen upplevelse av tidig exponering av spel:

För mig var det ju så kan jag ju säga direkt, när jag var en sju åtta år och fick jag sitta i knä hos morsan eller morfar och å sen de hade ju mycket att berätta om åsså fick man ju peka på ett kort sådär och satsa lite pengar /.../ å det där lägger sig bomull runt hjärtat, bekräftelsen /.../ det bet sig fast hos mig, det var så stenhårt för det var kärlek. Å det där blossa ju ut för jag stal ju pengar och jag spela ju för att kunna vinna och komma hem och 'wow, titta mamma' å så. Så jag var fast väldigt tidigt. Så jag gissar att jag var spelberoende när jag var en tio, elva år.

De intervjuade upplever även exponering av spel i form av reklam som en riskfaktor för att utveckla eller upprätthålla ett spelberoende. Anders berättar att på 80-talet började marknadsföringen via Svenska spel bli allt större. Då nätspel blev populärt på 90-talet fullkomligt exploderade marknadsföringen vilket har lett till dagens aggressiva marknadsföring. Anders har i sitt arbete mött klienter som då de försökt sluta spela blivit uppringda av spelbolag som försökt locka med gratisspel för att de ska fortsätta sitt spelande hos dem. Han upplever att reklam har stor påverkan på de som är på väg in i problem, tidigare har haft problem eller försöker sluta. Reklamen från de utländska spelbolagen är den som är värst då de inte har samma spelansvarstänkande. De för en mer aggressiv marknadsföring som är målgruppsanpassad till de grupper som de vet har lätt att fastna i spel, vilket är unga män och äldre kvinnor. Det som de främst marknadsför är de farliga spelen. Han anser att spelbolagen bör ta ett större ansvar i form av ärlig produktinformation för sannolikheten att vinna. Det skulle även behövas en större balans mellan uppmuntrande och mer upplysande reklam, detta genom exempelvis information om spelberoende och riskerna med spel.

Björn tycker sig ha märkt en ökning av spelandet de senaste åren i och med den allt mer omfattande reklamen. Dagens reklam är otroligt väl genomtänkt, den lämnar ingenting åt slumpen. Spelbolagen vet precis vilka knappar de ska trycka på och vad de ska locka med. Björn menar att det nästan inte finns någon reklampaus på TV idag som inte innehåller reklam för någon form av spel. Reklamen finns även på andra arenor och han beskriver den exponering en spelare utsätts för så här:

Jag tycker att den här exponeringen man utsätts för... om jag går in på ICA maxi å köper 2 liter mjölk, jag hinner bara komma innanför dörrarna så blinkar det jackpot skyltar- 'Vi sålde 140 000 på andelar i lördags'... Jag hinner inte mer än att komma in så har jag det här emot mig, så de utsätts... det är ungefär som en narkoman skulle gå in på ICA maxi o det första han ser är en skylt som- 'köp 3 g amfetamin betala för 2' jag menar... hur fan ologiskt, orimligt låter det att vi ska ha ett sånt samhälle, men det här är faktiskt en verklighet en spelare har.

Även om reklamen fångar oss tror Björn att det största problemet snarare ligger i tillgängligheten i och med internet. Pelle upplever att den lagstiftning som reglerar tillgång och utbud på spel, samt vilka som får anordna dessa inte är tillräcklig. Den lotterilagstiftning som idag följs är skapad långt före Internets genombrott. Till skillnad från många andra länder har Sverige inte omreglerat sin spelmarknad vilket resulterat i att de utländska onlinespelbolagen inte omfattas av den nuvarande lagstiftningen.

Pelle uppger att det som sätter igång ett aktivt spelmissbruk många gånger är en hög vinst. Detta gör att spelaren börjar spela mer aggressivt och försöker jaga ikapp förluster. Detta är något som även Mats nämner och ger exempel på hur personer har

börjat spela i liten skala på skraplotter, stryktips eller V75 på helgerna. Efter att ha vunnit en storvinst höjs insatserna och individen blir en problemspelare. Spelandet fortsätter, men vinsterna uteblir, vilket resulterar i försök att spela tillbaka pengarna. Individen vinner igen och får då den boost som en storvinst ger och börjar spela okontrollerat, vilket leder till ett spelberoende.

Anders berättar att bland de som söker hjälp för alkohol- eller drogmissbruk i många fall har haft perioder av intensivt spelande. Björn uppger att många spelare ofta har ett alkoholberoende eftersom alkohol är en stor del av den svenska kulturen. När en person dricker alkohol blir denne omdömeslös och övermodig vilket kan leda till att insatserna blir högre och konsekvenserna större. Pelle nämner att hos gruppen spelberoende är andelen med allvarliga alkoholproblem högre än i normalpopulationen. *”Sen vet man ju inte riktigt om det är, beror på samma bakomliggande problematik/.../alltså vad som är hönan och ägget här så att säga”*. Mats anser att det som utgör störst risk för att återfalla i spelberoende är alkohol, ekonomin och ett dåligt psykiskt mående. Ett återfall där alkohol är med i bilden kan börja med att individen känner trygghet i sitt spelande vilket leder till att denne börjar hoppa över stödgruppens möten. Individen upplever att det går bra och:

.../så går det ett år åsså är du ute på nån fest eller ute och åker ålandsbåt eller finlandsbåt eller vad som helst, du är alltså i närheten av ett spel och du är berusad, helt plötsligt så har man glömt att man fick så jäkla mycket stryk i sitt spelande, och det går ju så fort. Man har tappat verktygen, begreppen, man är inte riktigt vid sina sinnens fulla bruk, så att säga och då tar man ett återfall, man får aldrig återfall utan man tar ett.

5.2.1 Analys av riskfaktorer

Något som de intervjuade upplevde som riskfaktorer för att utveckla ett spelberoende var exponering för spel tidigt i livet, exponering i form av reklam samt alkohol. Enligt den kognitiva teorin är det i barndomen som kognitiva scheman utvecklas som mest och dessa bidrar till att individen orienterar sig på ett speciellt sätt i tillvaron. Dessa scheman är svåra att påverka och förändra då de är djupt rotade. Operant inlärning innebär att en individs beteende styrs av vilka konsekvenser beteendet ger. Inlärda beteende blir instrument som används för att uppnå en önskan. Uppfylls önskan ökar sannolikheten för att individen fortsätter med sitt inlärda beteende (Kåver 2006). Ett barn som växer upp med en eller flera spelande föräldrar skapar tidigt ett kognitivt schema där spel är en viktig del. Eftersom kognitiva scheman som skapas i unga år blir djupt rotade kan detta förklara varför en individ även fortsätter spela i vuxen ålder.

När barnet, som i Mats fall, kopplar ihop spel med kärlek visar detta hur en positiv förstärkning har skapats. Denna förstärkning ökar sannolikheten för att det beteende som användes för att uppnå det önskvärda fortsätter (Kåver 2006). I Mats fall innebar detta att han upplevde kärlek och gemenskap genom spelandet vilket förstärkte hans beteende som i sin tur ledde till att han utvecklade ett spelberoende. En hög vinst är också något som kan ses som en positiv förstärkare. Här utgör den höga vinsten den belöning individen önskar. Genom en hög vinst ökar sannolikheten att individen fortsätter spela och i vissa fall utvecklar ett beroende. Att en hög vinst är en riskfaktor bekräftas i Bindes (2007) studie där en hög vinst pekades ut som en bakomliggande orsak till att utveckla ett spelberoende. Det är lätt att tro att någon som vinner en stor vinst nöjer sig med det och slutar spela. Statens folkhälsoinstituts (2013) fördjupningsstudie

visar emellertid att en ökad inkomst tack vare en stor spelvinst inte är en skyddande faktor som gör att en individ slutar spela.

Spelreklam upplevdes av de intervjuade som en riskfaktor där reklamen har stor påverkan för hur en individ hamnar i ett beroende och hur det upprätthålls. Detta stämmer bara till viss del enligt den studie som Binde gjort. I resultatet av denna studie visade det sig att reklamen inte alls har lika stor påverkan som det tidigare antagits. Reklam kan troligtvis inte få en nöjesspelare att bli en problematisk spelare men däremot ha en stor inverkan på en person som redan är spelberoende och få denna att fortstätta sitt spelande. Det som enligt Bindes (2007) resultat genererar störst problem är en aggressiv reklamföring för spelformer med hög risk för spelproblem, exempelvis oddset. Detta stämmer väl överens med vad en av intervjupersonerna berättar om den aggressiva marknadsföringen som de utländska spelbolagen för. Något som även kan ses som en aggressiv marknadsföring är det en av de intervjuade berättar om när spelbolagen ringer upp klienter som försöker sluta spela för att erbjuda gratisspel. En annan redogör för hur han tror att det snarare är tillgängligheten än reklamen som gör att människor fastnar i ett beroende. I Bindes (2007) studie pekar resultatet på det samma i kombination med personlighetsfaktorer.

När en individ dricker alkohol blir denna oftast mer omdömeslös vilket kan leda till att det blir det svårare för denne att se sig som en del i systemet och se vilka konsekvenser spelandet ger. En av de intervjuade uppger att många spelberoende ofta har ett alkoholberoende. Forskning visar att det finns ett tydligt samband för män med spelproblem att ha riskabla alkoholvanor (Statens folkhälsoinstitut, 2011). I en annan studie visade resultaten att det var vanligt med alkohol och drogproblematik innan spelproblemen började. Särskilt alkohol kan förvärra ett redan påbörjat spelande (Statens folkhälsoinstitut, 2013). Hodgins och Racicot (2013) redogör för Coopers motivationsmodell som beskriver på vilka grunder människor dricker alkohol. Denna modell används även som förklaring till varför människor spelar. Gemensamma motiv för någon som spelar och någon som dricker alkohol är att de gör det för att må bra, för att hantera oro och andra obekväma/ jobbiga känslor och för att i sociala sammanhang känna social tillhörighet. Hodgins och Racicots (2013) studie visade att det fanns ett samband mellan drickande och spelande. Intogs alkohol för att hantera känslor samt om det fanns indikationer gällande alkoholproblem, var det mer troligt att spelandet handlade om att hantera känslor. Dessa individer tenderade också att ha fler problem till följd av sitt spelande (Hodgins & Racicot, 2013).

Alkohol kan ses som en positiv förstärkare där alkohol i kombination med spel är något positivt och roligt, vilket kan förstärka ett spelbeteende och leda till ett beroende. Alkohol förtärs ofta i en krogmiljö där det även finns möjlighet att spela. Krogmiljön kan därför ses som en del i ett system där individen spelat bort sina pengar. Det blir då lätt att falla tillbaka i ett beroende om individen vistas i den miljön, eftersom delen aldrig helt kan frigöra sig från helheten. Individen återtar den roll denne hade i just denna miljö.

5.3 Motivation

Något som kan motivera till fortsatt spelande är den ekonomiska situationen. Mats menar att spelaren många gånger kan känna en hopplöshet över sin ekonomiska situation och känslan att den inte går att lösa. Individen fortsätter spela eftersom tanken

om en potentiell vinst känns som den enda lösningen. De intervjuade upplever att känslan av att vara nära en vinst är så stark att det driver spelaren att fortsätta spela. Både Pelle och Björn anser att hos en spelberoende försvinner det logiska tänkandet gällande sannolikhet och chansen att vinna. Björn ger ett exempel på detta:

Det är ungefär som dom som tror att 'Å fan, jag hade nummer 47 och så kom 46 upp, å jävlar vad nära det är!' Nej, det var inte alls nära, det var lika nära som om nummer 1 hade kommit upp... men ... hjärnan liksom blåser sig själv alltså.

Pelle nämner den process som sker i hjärnan vilket leder till en ökad upptagenhet av spelrelaterade aktiviteter som tränger bort viljan att söka stimulans från andra aktiviteter. Björn beskriver detta på följande sätt:

/.../ Man kan tänka sig att spelarens hjärna liksom, det är ungefär som en motorväg in till det här belöningsystemet som det står spel på va... å alla dom här normala små stigar- att umgås med vänner, att ta hand om barnen, att ha sex, motionera osv. dom växer liksom igen, det är ingen som går på dom längre.

Björn förklarar detta som en känslomässig flykt där individen tillför en lustupplevelse eller spelar för att glömma någonting jobbigt. Det handlar inte längre om drömmen om ett lyxigt liv utan spelaren spelar för att överleva både mentalt och själsligt. Pelle uppger att anledningen att individen fortsätter spela är en helt annan än det som gjorde att denne började spela. Anders menar att det sker en avtrubning av de stimuli som tidigare gett stimulans. En toleransutveckling skapas där spelaren efter en tid behöver satsa större summor för att få ut den effekt av spel som behövs i form av tillfredsställelse och välbehag. Två andra orsaker som gör att en individ fortätter spela är att driften och begäret är så starkt, samt att det finns en önskan att komma ifrån ett negativt tillstånd av stark ångest och oros känslor. Björn ger en beskrivning hur spel kan fungera som en flykt:

/.../ det är ju en otrolig sinnesförändring i spel... jag menar... om jag lever i en taskig relation, mitt sexliv fungerar inte, vi bråkar mycket och kronofogden är ute efter mig, jag är varslad på jobbet... när jag har lagt in 1500 spänn på en vinnare på en häst, medans den här hästen springer runt det här varvet så står ju inte jag och tänker på allting annat inte, då är det här och nu. Så att det är ju ett flyktbeteende så klart och det ger ju en lindring för stunden /.../

De känslor som i början styr spelandet är enligt intervjupersonerna glädje, eufori, spänning, välbefinnande och hopp om att vinna. Dessa känslor förändras desto större problem spelaren får av sitt spelande. Anders förklarar det såhär *"Jag spelar inte för att må dåligt... jag spelar för att förhoppningsvis för stunden i alla fall må bättre"* När spelandet har gått från ett nöje till ett beroende infinner sig helt andra former av känslor. Pelle och Björn uppger att spelet successivt fyller en helt annan funktion som handlar mer om att dämpa ångest, skuld, skam och undvika obehagliga känslor och abstinens, det sker en negativ förstärkning. Björn berättar att han ibland träffar människor som är mentalt och själsligt nedgångna och har tappat sin livslust. Majoriteten av intervjupersonerna upplever att många spelberoende mår väldigt dåligt psykiskt och kan lida av depression och självmordstankar. Stefan nämner att en del även gjort försök att begå självmord. En förklaring till detta kan enligt Anders vara att individen inte tillför ett kemiskt preparat som bedövar utan bara utför en handling. Detta gör att konsekvenserna blir mer tydliga och kännbara vilket leder till att dessa personer mår betydligt sämre än de med kemiska beroenden. Detta menar även Björn som uppger att

ett spelberoende skapar mer ångest än andra missbruk på grund av avsaknaden av rus. För att förklara varför en individ blir beroende, ger Björn ett exempel:

Människor söker sinnesförändring och om det kommer genom alkohol eller narkotika eller spel eller sex eller mat, fiske, arbete, träning, porrsurfing, inte vet jag... det spelar liksom ingen roll... det är bara en massa symtom på att man inte kan leva livet på livets villkor.

5.3.1 Analys av motivation

Majoriteten av de intervjuade upplevde att det som ofta driver en spelberoende att fortsätta spela är känslan av att vara nära en vinst och att denna vinst ska lösa alla problem. Analyseras detta med hjälp av kognitiv teori har individen gjort en egen tolkning av verkligheten på sitt unika sätt för att tillfredsställa olika motiv och behov (Kåver, 2006). Ett motiv och behov för en spelberoende kan vara att dämpa sin oro och ångest samt lösa sina ekonomiska problem. Detta resulterar i ett irrationellt tänkande om bland annat slumpen och sannolikheten att vinna (Ortiz, 2006). Genom ett irrationellt tänkande tror individen att denne är nära en vinst vilket kan ses som en positiv förstärkare. Tron på att vara nära vinsten motiverar spelaren att fortsätta sitt spelande eftersom denne tror att chansen att vinna är större vid nästa speltillfälle.

Enligt teorier om flykt spelar individen för att frigöra sig och fly från den frustration och de spänningar denne känner på grund av sin position i samhället. Den belöning och de spännande upplevelserna som kan fås via spel blir ett sätt för spelaren att frigöra denna frustration. Spelaren flyr det vardagliga livet in i spelets värld (Binde, 2009). Detta bekräftades av våra intervjuer där majoriteten uppgav att spelaren spelade för att fly från verkligheten. En av dessa ger en beskrivning av hur individen när vardagen inte fungerar på ett önskvärt sätt spelar för att må bra för stunden och fly från bekymmer som exempelvis ekonomiska svårigheter. Att människor spelar för att fly från problem bekräftas i Bindes (2007) studie. Statens folkhälsoinstituts (2013) studie bekräftar också detta och visar att det för en spelare var svårt att begränsa sitt spelande om spelet handlade om en flykt. Problemspelarna i studien kände en bristande kontroll över sina liv vilket gjorde att deras spelande blev ett sätt att hantera svåra känslor.

Alla intervjupersoner uppger att från början styrs spelandet av glädje, spänning eufori och hopp om att vinna. Dessa känslor förändras i takt med att problemen till följd av spelandet tilltar. Spelandet handlar då allt mer om att dämpa ångest och oro. Flyktteorin kan förklara hur individen i början flyr från en otillfredsställande vardag till en flykt från känsloliv. Att spela för att fly från oro och ångest kallas inom kognitiv teori för negativ förstärkning och kan beskrivas som något obehagligt som individen vill fly ifrån eller undvika (Kåver 2006). Individen drivs till att fortsätta spela för att dämpa obehagliga känslor såsom ångest och oro som framkallas av konsekvenserna av spelandet.

Majoriteten av intervjupersonerna upplever att många spelberoende mår psykiskt dåligt och kan lida av depression och självmordstankar. En bekräftelse av detta ges i Statens folkhälsoinstituts (2013) studie där de problemspelare som ingick hade nedsatt psykisk hälsa och sämre allmän hälsa. Ångest och depression var vanligt förekommande hos problemspelare. Brené (2007) menar att depression och rastlöshet är vanligt förekommande hos personer med ett spelberoende. En hypotes är att människor spelar

för att självmedicinera och för att på så sätt öka dopaminhalten i hjärnans belöningssystem.

5.4 Omgivning

Anders upplever att den sociala situationen för en person med ett spelberoende brukar vara katastrofal i form av att vara nära att bli vräkt eller att familjen är på väg att bryta kontakten. Mats nämner att det inte bara är individen med ett spelberoende som är drabbad utan *”runt en spelberoende så finns det fem till sex anhöriga som inte mår så jävla bra heller”*. Det Mats framförallt sett är att livet för en person med ett spelberoende består av mycket lögn vilket kan leda till en förlorad kontakt med nära och kära. Han upplever att många av de som söker sig till föreningen isolerar sig hemma, missköter sin hygien och lever under hot då de lånat pengar av fel personer. Mats ger två beskrivningar hur relationen till nära och kära kan drabbas:

Tryggheten, familjen, man spelar bort barnen, det är barnen man trycker iväg i burken, det är barnen man trycker iväg i maskinen eller på travbanan, när man går in och kör hela lönen på en häst, det är barnen man lämnar in...

Jag umgicks i ett gäng en gång i tiden där ehh... Vi var väl tolv tretton stycken, var ett fotbollslag, alla hade familj, alla hade barn, inte nån har familjen kvar idag! Och om det är så att det är spelet som har påverkat det kan jag inte svara på, men jag kan säga att ja, det är det till 90 procent.

Majoriteten av de intervjuade upplever att för en del spelare fyller spelet en viktig social funktion. Mats kallar dessa bekräftelsespelare vilka brukar ha mycket folk omkring sig som ger bekräftelse när de exempelvis vinner. Björn har sett att det bland unga sportintresserade killar finns små sociala gemenskaper där spelet är större bland dem än bland många andra. I dessa gemenskaper delas idéer gällande spelandet och det förs diskussioner om det gemensamma intresset.

Mats uppger att många anhöriga inte känner till begreppet spelberoende och upptäcker inte att det är ett problem förrän det är för sent. Pelle och Anders påpekar att det är lätt att dölja och att det därför kan gå väldigt lång tid innan omgivningen förstår att det är ett problem. Ett spelberoende kan enligt Björn pågå under väldigt många år innan problemen blir så stora att livet inte längre fungerar. Detta är något som de anhöriga möjliggör då de vilseleds av lögn, hjälper till att betala skulder till följd av spelandet och inte vill se allvaret i situationen.

5.4.1 Analys av omgivning

De intervjuade upplever att ett spelande kan börja som en social aktivitet men allt eftersom problemen tilltar ökar känslan av skuld och skam hos individen. Detta kan leda till lögn och en bristande kontakt till anhöriga vilket i slutändan kan leda till isolering för den med ett spelberoende. Detta förlopp kan förklaras med hjälp av systemteori. Då individen börjar spela befinner sig denne i ett öppet system där information utbyts med andra system. Allt eftersom spelandet leder till en ökad känsla av skam och skuld ökar kontrollbehovet för vilken information som sänds ut om det egna jaget. Den som är spelberoende vill inte bli avslöjad som avvikare och isolerar sig därför vilket leder till

ett slutet system utan input utifrån som kan korrigera beteendet, spelet (Öquist, 2008). Att ha en rädsla för att ses som en avvikare och inte passa in i normen kan förklara varför en person med ett spelberoende ljuger för sina anhöriga. Med hjälp av lögn försöker personen med ett spelberoende dölja sina problem för att passa in i systemet. Då de anhöriga köper dessa lögn möjliggör detta att individen fortsätter sitt spelande på grund av brist på korrigering input från systemet.

Kognitiv teori kan förklara beteendet hos en bekräftelsespelare med hjälp av begreppet operant inlärning. Operant inlärning innebär att en individs beteende styrs av vilka konsekvenser beteendet ger (Kåver, 2006). Får individen bekräftelse av sina vänner för framgång i sitt spelande förstärks spelbeteendet. Detta leder till att individen fortsätter att spela för att åter igen få känna denna bekräftelse. Denna bekräftelse kan ses som en positiv förstärkare.

5.5 Tillfrisknande

En utlösande faktor för att söka hjälp kan enligt Anders vara att individen har kommit till en punkt där det är svårt att se någon annan utväg. De intervjuade upplever att det många gånger även finns påtryckningar från anhöriga som insett att individen har problem och behöver professionell hjälp. För det mesta upplevs dock att individen har kommit till insikt att denne behöver hjälp på grund av att konsekvenserna blivit för stora, i form av betalningsanmärkningar mm. Tyvärr är det många som när de väl söker hjälp inte får den hjälp de behöver via kommun och landsting. Av den anledningen upplever Mats att föreningen med dess spelargrupper är extra viktiga. Många av de som deltagit har tillfrisknat från sitt beroende enbart med hjälp av dessa grupper. Föreningen erbjuder ingen vård utan hjälp till självhjälp via sina spelgrupper. De har en spelpsykolog och en spelterapeut som är kopplade till föreningen som kan ge vård, men då måste spelaren själv betala. Förutom spelargrupperna nämner Mats andra verktyg som kan användas som kan hjälpa individen när denne försöker sluta spela. Dessa verktyg består bland annat av ett program där antalet speltimmar kan ställas in eller så finns möjligheten att blockera sig helt från alla spelsajter.

Björn tror att det som är viktigt för att lyckas ta sig ur ett spelberoende är en förbättrad relation till nära och kära. Ärlighet spelar en viktig roll då det bidrar till att de närstående lättare kan ge stöd och förhålla sig till individen och dess beroende. Han hävdar att de som har förmågan att se kopplingar mellan sina relationer och sitt spelande eller icke spelande blir motiverade att fortsätta vara spelfri. Personligen upplever Björn att det är jätteviktigt att träffa andra människor i samma situation då lösningen ligger i identifikationen, det är då de får kraft att ta tag i sina problem. Mats nämner även han identifikation som en viktig faktor då han själv upplevde att det var detta som gav honom styrkan att ta sig ur sitt spelberoende. Anders och Pelle uppger även de att en stödjande omgivning kan vara en bidragande faktor som gör att man lyckas ta sig ur ett beroende. Pelle menar att man behöver någon som tror på en då tilltron till den egna förmågan är viktig för att lyckas bli spelfri. Har individen inga personer i sin närhet som kan stötta är det viktigt att samhället gör detta istället. Mats menar att trots att staten tjänar mycket pengar på spel finns ingen gratisvård:

/.../ det finns jättebra vård, men man får ta ur egen ficka, men när man är black och snorig när man är spelare och finns ingen trygghet kvar och man vill vända allt tillrätta, då har man inga pengar.

Mats har i sitt arbete fått erfara att människor inte fått hjälp med behandling från socialtjänsten för sitt spelberoende. Detta upplever han beror på lagstiftningen där det i socialtjänstlagen står att de bör men inte måste sätta in en insats. Pelle anser även han att lagen gällande behandling är otillfredsställande. Han uppger att det pågår en debatt om huruvida spelberoende ska införas i socialtjänstlagen eller hälso- och sjukvårdslagen. Frågan är vilken instans, kommun eller landsting, som ska vara huvudman för vård och behandling. På det sätt som socialtjänstlagen är skriven idag är det upp till varje kommun att göra sin egen tolkning av lagen. Beroende på vilken tolkning respektive kommun gör av lagen leder det till att kunskapen gällande spelberoende varierar mellan dessa. I kommuner där kunskapen är stor finns det avsatta resurser och upparbetade kontakter med behandlingshem eller andra vårdgivare. Detta leder till att klienterna blir bemötta med lyhördhet och respekt. I kommuner med mindre kunskap hänvisar man till sjukvården som enligt Anders inte har någon behandling att erbjuda. Det som kan erbjudas är kuratorssamtal men kuratorer har ofta ingen kunskap om spelproblematik. Pelle påpekar också att de instanser som normalt ställer frågor om hälsa och levnadsvanor gällande alkohol, tobak och narkotika, glömmer att ställa dessa frågor gällande spel. Detta tror Pelle beror på att det finns en skillnad i kunskap och attityd. Björn upplever bland sina klienter ett motstånd till att söka hjälp då de har en negativ bild av socialtjänsten. Av den anledningen är han noga med att neutralisera sin roll som socialarbetare och inte använda sig av några myndighetshot i sitt arbete.

För att lyckas ta sig ur ett spelberoende med hjälp av behandling anser Mats att det är viktigt att ha nått sin botten samt ha förmågan att ta till sig det som lärs ut i behandlingen. Vidare anser han att behandlaren har en viktig roll när de gäller att förstå problemet, veta vilka knappar han ska trycka på och trådar han ska dra i för att nå fram till klienten. Det som Anders anser vara viktigt är att komma till behandlingen och vara närvarande och engagerad. Björn anser liksom Mats att behandlaren har en viktig roll där relationen klient/behandlare är av stor betydelse. Det är viktigt att klienten får förtroende för sin behandlare och känner sig trygg för att denne ska kunna öppna sig. Pelle berättar om vikten att:

/.../ ges chansen att kapitulera till att börja med, att ge upp, hehe, att släppa taget och få känna på hur det känns när man kanske levt många år med lögn och med alltså skygglapparna på. Att återupptäcka livet litegrann, märka att det finns, det finns öhh alltså man kan skapa en känsla av tillfredsställelse och välmående av helt andra saker, helt vanliga saker.

Vidare hävdar Anders att problemet inte är att ta sig ur ett beroende utan det svåra är att inte återfalla. Björn ser värdet av att inte låta erfarenheterna falla i glömska och menar att:

Lösningen ligger alltid framför, alltså vindrutan ska vara större än backspeglarna, det är logiskt, men ibland så finns det ju ett värde att titta bakåt för att faktiskt förstå att det är ett problem som är ganska omfattande.

5.5.1 Analys av tillfrisknande

Som det framkom under intervjuerna upplevs en anledning till att många söker hjälp vara att livet och vardagen inte längre fungerar. Tillvaron kantas av en oro för den ekonomiska situationen, som ofta är kaosartad, och försämrade relationer till samhället och den närmsta omgivningen. De intervjuade upplever att det i många fall är de

anhöriga som har motiverat individen att söka hjälp. Genom ett systemteoretiskt perspektiv ses individen och dennes anhöriga som ett informellt system. De olika system som finns i samhället skapas av människor och innehåller strukturer som innefattar hur normer tolkas och beslut fattas (Öquist 2008). I vårt samhälle är en norm att ta ansvar för sitt liv och sköta sin ekonomi. Det är inte accepterat att ha ett beroende. Som spelberoende bryter individen mot dessa normer och passar inte längre in i de olika systemen i samhället. Det de anhöriga gör när de motiverar den spelberoende att söka hjälp är att försöka återanpassa individen till dessa system med rådande normer och regler. Individen och dennes anhöriga kan ses som ett öppet system där information utbyts med omgivningen vilket gör att systemen växer och utvecklas. Genom andra system kan individen få korrigerande information/input gällande exempelvis sitt beroende (Öquist 2008). Har individen förlorat sin kontakt med anhöriga utgör denne ett slutet system där den korrigerande feedbacken uteblir. Detta kan göra att spelaren fortsätter spela och inte får den korrigerande feedback denne behöver för att bli medveten om sina problem. Detta visar hur viktig relationen till den närmsta omgivningen är för att söka hjälp och ta sig ur ett beroende.

En upplevelse som de intervjuade hade var att det vid behandling var viktigt med en god relation till behandlare/terapeut. Detta styrks av Statens folkhälsoinstituts (2010c) studie som visade att många av de som deltog i behandlingarna hade fått en nära relation med ledaren eller terapeuten och de upplevdes som viktiga. Ses detta genom systemteori har individen förlorat sina stöttande system och behandlaren fyller/ersätter då den rollen. Behandlaren/terapeuten kan ge den spelberoende den feedback denne behöver och har förlorat i och med att denne nu mer liknar ett slutet system. Inom systemteori används begreppen konstans och variation. Detta innebär att oordning i störning i lagom dos ses som något positivt som kan leda till förändring (Öquist 2008). Genom att genomgå en behandling vare sig det är via enskilda samtal eller grupp, uppstår den oordning individen behöver för att få den push framåt som behövs för att åstadkomma en förändring. En annan aspekt som lyftes fram under intervjuerna var vikten av självhjälsgrupper. Dessa grupper skapar samma oordning gällande förändring som en behandlare/terapeut kan åstadkomma. Vikten av spelargrupper stöds av forskning där resultatet tyder på att brukarföreningar med dess självhjälsgrupper kan vara ett bra alternativ och komplement till psykologisk behandling av spelproblem. Deltagarna i grupperna stöttar varandra praktiskt, emotionellt, intellektuellt, existentiellt och hjälper varandra att finna motivationen. Föreningarna ser detta som ett stötningsarbete. I studien visade sig kontakten med de andra deltagarna i gruppen viktig och de kände att de fått mycket hjälp av dessa (Binde, 2012). Trots att resultatet handlade om KBT i grupp kan vi ändå se ett samband gällande gruppens roll i tillfrisknandet i fråga om den identifikation som flera av de intervjuade nämner. Ses identifikation i förhållande till systemteori utgör självhjälsgrupperna ett formellt system där de spelberoende utbyter erfarenheter. Då spelberoende är stigmatiserande i samhället kan dessa grupper utgöra en fristad för en person med ett spelberoende. Via identifikationen med andra i gruppen som har samma problem avviker personen inte lika mycket från normen.

Många av de intervjuade anser att lagstiftningen är bristfällig. De uppger att de upplevt att många inte får den hjälp de behöver eftersom huvudmannafrågan om vem som ska ta ansvar för behandling inte är fastslagen. De uppger att det är upp till varje kommun att avgöra om de vill erbjuda behandling eller inte då spelberoende inte är inskrivet i socialtjänstlagen. Då missbruk i socialtjänstlagen endast gäller alkohol, narkotika och andra beroendeframkallande medel omfattas inte spelberoende av lagstiftningen. Detta innebär att socialnämnden inte har någon skyldighet att arbeta med förebyggande

åtgärder eller tillhandhålla behandling. Trots att spelberoende inte nämns i lagen har kommunerna ändå ett ansvar att ge lämplig hjälp och stöd till de som behöver det (Thunved, 2012). Då det gäller landstingets ansvar för behandling måste en individs spelproblem vara så allvarliga att kriterierna för patologiskt spelande enligt DSM IV uppfylls. Vården som då kan erbjudas är främst psykiatrisk vård (Folkhälsomyndigheten, 2014a).

Enligt systemteori finns formella system som består av kommunala myndigheter samt sociala/samhälleliga system som består av sjukhus. Teorin ser hur individen interagerar i samhället med de olika systemen (Payne, 2008). Då den bristande lagstiftningen gör att individen inte får den hjälp denne behöver visar detta hur de sociala och formella systemen bidrar till att individen fortsätter sitt beroende. Lagändringar som gör att individen får hjälp bidrar till en bättre anpassning mellan individ och system. Att lagstiftningen ser ut som den gör går att förklara med hjälp av systemteori. Systemen i samhället är hierarkiskt uppbyggda i olika nivåer. I hierarkin är de högre nivåerna överordnade de lägre nivåerna. De högre nivåerna ställer in och upprätthåller strukturen på de lägre nivåerna. För att helheten ska fungera på ett tillfredsställande sätt måste gränserna mellan de olika nivåerna upprätthållas och inte blandas samman. De åtgärder som görs och de beslut som fattas i de högre nivåerna i hierarkin grundas på vad hela systemet behöver och inte vad den enskilde individen bäst behöver (Öquist 2008). Det går att se det som att spelberoende inte drabbar tillräckligt många för att prioriteras av de högre nivåerna i hierarkin/politikerna som måste se till hela samhället och inte enskilda individer. Detta kan vara en anledning till att lagstiftningen inte ändrats och att personer med ett spelberoende inte alltid får den hjälp i form av behandling som de behöver.

6. Diskussion

Syftet med detta examensarbete var att undersöka vad professionella som arbetar med behandling av spelberoende upplever vara anledningen till att en individ blir spelberoende och fortsätter spela trots negativa konsekvenser. Syftet var även att undersöka vad de professionella upplever vara viktigt för att en individ ska tillfriskna från ett spelberoende. För att besvara detta syfte formulerade vi tre forskningsfrågor. Utifrån dessa forskningsfrågor kommer vi i början av detta kapitel att redovisa det som vi anser vara de viktigaste resultaten av vår studie. Vi kommer även att föra en diskussion angående resultatet. Efter detta följer ett avsnitt där vi redovisar vad vi kommit fram till med hjälp av de valda teorierna. Kapitlet fortsätter sedan med en diskussion av de valda teorierna och metoden och avslutas med förslag till fortsatt forskning.

6.1 Studiens viktigaste resultat

Utifrån vår första frågeställning som lyder, *vilka riskfaktorer anser de professionella kan leda till uppkomsten av ett spelberoende*, visar resultatet att risken för att utveckla ett spelberoende är större om individen exponeras för spel tidigt i livet. Andra utmärkande faktor för att utveckla ett spelberoende var en hög vinst samt exponering för reklam. Resultatet visar även att alkohol utgör en riskfaktor som gör att individen spelar mer omdömeslöst med högre insatser vilket kan ge större konsekvenser. Resultatet visar att många spelberoende också har ett alkoholberoende.

Nästa frågeställning lyder *vad anser de professionella vara motivationen till att fortsätta spela trots att det leder till negativa konsekvenser*. Här visar resultatet att motivationen för en person med ett spelberoende att fortsätta spela är att individen ser spelandet som en lösning på sina problem genom att spela tillbaka förlorade pengar. Det visade sig att det faktum att vara nära att vinna en vinst var en större drivkraft till att fortsätta spela än vad en faktisk vinst var. Spelandet börjar ofta som en social aktivitet som får individen att må bra som sedan övergår till att handla om att fly från ångest, skuld och skam. En flykt sker också från spelrelaterade problem, från problem direkt skapade av spelandet som exempelvis ekonomiska svårigheter.

Sista frågeställningen lyder *vad anser de professionella vara viktiga faktorer för att tillfriskna från ett spelberoende*. Vid intervjuerna framkommer att för att lyckas med en behandling och tillfriskna från ett beroende är identifikation med andra i samma situation en viktig del. Vidare visar resultatet att en förbättrad relation till nära och kära är viktig eftersom dessa relationer i många fall har blivit försämrade. Nätverket är en viktig del i tillfrisknandet då individen behöver stöd och bekräftelse att denne kan leva ett spelfritt liv. För att förbättra denna relation till nära och kära är ärlighet viktigt.

Något som framkommer i resultaten är att det finns luckor i lagstiftningen både gällande spel över internet samt behandling. Detta anser vi kan vara en bidragande faktor till att en person med ett spelberoende inte lyckas bryta sitt beroende. Får individen ingen hjälp och denne själv inte kan finansiera en behandling, vad gör man då? Går det att ta sig ur ett beroende på egen hand om individen inte har andra stöttande nätverk i form av familj och vänner? Vidare tyder vårt resultat på att reklam har en stor påverkan för hur en individ utvecklar ett spelberoende och hur detta upprätthålls. I forskningen visade sig

detta stämmer enbart till viss del. Enligt denna är reklam endast en riskfaktor för de som har spelproblem eller ett spelberoende. Detta kan bero på att intervjupersonerna är färgade av den diskurs som förs i samhället gällande att reklam över lag har stor påverkan och därför antar detta. Några svar antydde en ökning av spelberoende som en följd av den ökande mängden spelreklam. Två andra förklaringar till att fler blir spelberoende kan vara lättillgänglighet, där den ena är spel via internet och den andra, snabba pengar via sms lån. Det kan också vara så att vi tolkat forskningsrapporten om reklam på ett felaktigt sätt och inte förstått dess innebörd till fullo, och att vårt resultat därför inte sammanstämmer med forskningen. En annan orsak kan vara att vi endast utgått från en forskningsrapport gällande spelreklam vilket kan vara för lite för att kunna dra några slutsatser om reklamens påverkan. Förutom reklamens påverkan anser att våra resultat till största delen bekräftar det som framkommer i tidigare forskning som valts till detta arbete.

Resultaten av våra intervjuer anser vi vara tillförlitliga då de professionella som vi intervjuade har stor erfarenhet av spelproblematik. Deras svar grundas på personliga erfarenheter och upplevelser och tolkningen är därför subjektiv. Vad som får en individ att börja spela, fortsätta och ta sig ur kan skilja sig från individ till individ. Det är inte säkert att den behandling som hjälper en individ också hjälper en annan.

6.2 Resultat kopplat till teori

Via ett kognitivt synsätt visar resultaten att vid en tidig exponering i livet för spel skapas kognitiva scheman där individen får ett specifikt sätt att tänka angående spel. Det går även att se att spelet styrs av vilka konsekvenser spelet ger, till exempel bekräftelse och belöning i form av vinst. Dessa konsekvenser ökar risken för att individens spelande fortsätter. Begreppet positiv förstärkning ger oss en förklaring varför en hög vinst är en riskfaktor för att utveckla ett beroende. Den höga vinsten kan ses som en positiv förstärkare. Något som även kan ses som en positiv förstärkare är alkohol i kombination med spel. Alkoholen förstärker det roliga i spelet och ökar sannolikheten för att beteendet fortsätter.

Kognitiv teori förklarar varför upplevelsen av att vara nära en vinst kan driva individen att fortsätta spela. Anledningen är att det hos individen skapas ett irrationellt tänkande om slumpen och chansen att vinna. Känslan av att vara nära att vinna går att förklara med begreppet positiv förstärkning. Att individen tror att denne är nära att vinna blir en slags belöning som motiverar till ett fortsatt spelande. I resultatet framkommer att spelet för många blir en flykt från någonting jobbigt. Flyktteori kan förklara detta där spelet från början handlar om att fly från en otillfredsställande vardag till att handla om en flykt från känslolivet.

Genom att använda oss av systemteori har vi fått en förklaring av hur individen påverkas av sina omgivande system på olika nivåer. Familjen kan påverka individen både då det gäller att utveckla ett spelberoende samt vara en hjälp vid tillfrisknande. Systemteori påvisar osynliga normer om vad som är accepterat i samhället och hur det en individ skall vara och bete sig för att passa in i den rådande ordningen. I vårt samhälle är det inte accepterat att ha ett spelberoende vilket kan göra att individen känner skuld och skam över sin situation och därför inte söker hjälp. Ses identifikation i förhållande till systemteori utgör självhjälpsgrupperna ett formellt system där deltagarna utbyter erfarenheter. Då spelberoende är stigmatiserande i samhället kan dessa grupper

utgöra en fristad för en person med ett spelberoende. Via identifikationen med andra i gruppen som har samma problem avviker individen inte lika mycket från normen. Via systemteori går det även delvis att förklara den bristfälliga lagstiftningen. De högre nivåerna i hierarkin måste se till hela samhället och inte enskilda individer. Kanske är spelberoende inte ett tillräckligt stort problem för att omfattas av rådande lagstiftning och prioriteras därför inte av politikerna.

6.3 Teori och metod diskussion

Då kunskapen om spelberoende inom vår hemkommun och landsting var liten hade vi svårigheter att hitta lämpliga personer att intervjua. Av den anledningen användes telefon och skype som ett verktyg för att genomföra en del av intervjuerna. Detta kan ha påverkat reliabiliteten i vår studie och inverkat på hur intervjufrågorna uppfattades och även hur vi uppfattade svaren. Alla intervjuade har inte tolkat alla frågor på samma sätt vilket påverkat de svar vi fått. Kanske skulle vi valt att göra alla intervjuer i form av personliga möten och därmed fått större samstämmighet i svaren. De olika tolkningarna av intervjufrågorna skulle dock kunna bero på att de professionella vi intervjuade har olika livserfarenheter. I efterhand har vi sett att några av intervjufrågorna var ledande trots våra försök att undvika detta vilket kan ha påverkat reliabiliteten negativt. Då våra intervjuer endast består av fyra individer och deras personliga uppfattningar och erfarenheter anser vi att det är svårt att göra en generalisering av de resultat vi fått. Dock kan våra resultat hjälpa till att ge en djupare förståelse för ett spelberoende.

Valet av teorierna systemteori, kognitiv teori samt social frustration och flyktteorier anser vi vara relevanta för arbetet och komplettera varandra. Den kognitiva och social frustration och flyktteorin ger en förståelse för individens tankar och beteende gällande spel. Systemteori förklarar hur omgivande faktorer påverkar individen och hur individen påverkar dessa. Det som vi kan se som går att kritisera är systemteorins tanke om att alla går att passa in i den rådande ordningen. Är det verkligen så? Är alla individer anpassningsbara eller finns det de som aldrig kommer att kunna anpassa sig efter samhällets normer? Detta är något som systemteorin ofta kritiserar för (Payne, 2008). I efterhand känns valet av social frustration och flyktteori något tveksam. Att individen genom sitt spelande flyr från olika faktorer i livet kunde lika gärna ha förklarats med hjälp av den kognitiva teorin.

6.4 Fortsatt forskning

Förslag till fortsatt forskning skulle kunna vara att undersöka hur stor påverkan dagens lättillgängliga lån utan säkerhet har för en individ med spelproblem. Våra intervjupersoner upplevde att kommunens brist på ansvar var ett problem då det kommer till behandling av spelberoende. Därför vore det intressant att forska vidare på hur landets kommuner tolkar lagen gällande ansvar för behandling. Bidrar detta till ojämnligheter i landet för klienters rätt till behandling?

7. Litteraturförteckning

7.1 Tryckta källor

- Binde, P (2012) 'A Swedish Mutual Support Society of Problem Gamblers', *International Journal Of Mental Health And Addiction*, 10, 4, ss. 512-523, Scopus®, EBSCOhost.
- Binde, P (2009). *Gambling motivation and involvement: a review of social science research*. Stockholm: Swedish National Institute of Public Health.
- Binde, P (2007). *Spelreklam och spelberoende: en intervjustudie*. Stockholm: Statens folkhälsoinstitut.
- Binde, P (2010). *Syna korten: en insats mot spelproblem bland unga*. Hedemora: Gidlund.
- Brené, S (2007). *Underliggande biologiska orsaker till spelberoende: en kunskapsöversikt*. Stockholm: Statens folkhälsoinstitut.
- Bryman, A (2002). *Samhällsvetenskapliga metoder*. 1. uppl. Malmö: Liber ekonomi.
- Elofsson S (2005) "Kvantitativ metod-struktur och kreativitet" i Larsson, S, Lilja, J & Mannheimer, K (red.). *Forskningsmetoder i socialt arbete*. Lund: Studentlitteratur. ss.59-89.
- Esaiasson, P, Gilljam, M, Oscarsson, H & Wängnerud, L (red.) (2012). *Metodpraktikan: konsten att studera samhälle, individ och marknad*. 4., [rev.] uppl. Stockholm: Norstedts juridik.
- Hodgins, D, & Racicot, S (2013), 'The link between drinking and gambling among undergraduate university students', *Psychology Of Addictive Behaviors*, 27, 3, ss. 885-892, PsycARTICLES, EBSCOhost.
- Kvale, S & Brinkmann, S (2009). *Den kvalitativa forskningsintervjun*. Enskede: TPB.
- Kåver, A (2006). *KBT i utveckling: en introduktion till kognitiv beteendeterapi*. 1. utg. Stockholm: Natur och kultur.
- Larsson (2005) "Kvalitativ metod- en introduktion" i Larsson, S, Lilja, J & Mannheimer, K (red.). *Forskningsmetoder i socialt arbete*. Lund: Studentlitteratur. ss.91-128.
- Nilsson, T (2002). *Jakten på jackpot: en bok om spelberoende*. Stockholm: Fri förlag.
- Ortiz, L (2006). *Till spelfriheten!: kognitiv beteendeterapi vid spelberoende : manual för behandling individuellt eller i grupp*. 1. utg. Stockholm: Natur och kultur.
- Patton, M, Q (2002). *Qualitative research & evaluation methods*. 3. ed. London: SAGE.

Payne, M (2008). *Modern teoribildning i socialt arbete. 2.*, svenska utg. Stockholm: Natur & Kultur.

Rönnerberg (2010) ”Hur medvetenheten om spelberoende växte fram i Sverige” i Binde, P & Jonsson, J (red.) *Spelberoendes riksförbund 10 år: en jubileumsskrift*. Östersund: Statens folkhälsoinstitut. ss.13-24.

Statens folkhälsoinstitut (2010a) *Att förebygga spelproblem* Östersund: Statens folkhälsoinstitut.

Statens folkhälsoinstitut (2013) *Risk -och skyddsfaktorer för problemspelande* Östersund: Statens folkhälsoinstitut.

Statens folkhälsoinstitut (2010b) *Spel om pengar - ett folkhälsoproblem?* Östersund: Statens folkhälsoinstitut.

Statens folkhälsoinstitut (2011) *Spel om pengar och spelproblem i Sverige 2008/2009: huvudresultat från SWELOGS befolkningsstudie*. Östersund: Statens folkhälsoinstitut.

Statens folkhälsoinstitut (2010c) *Öppenvårdsprojekt för spelberoende: en utvärdering*. Östersund: Statens folkhälsoinstitut.

Thunved, A (2012). *Nya sociallagarna: med kommentarer, lagar och förordningar som de lyder den 1 januari 2012*. 25., [rev. och utök.] uppl. Stockholm: Norstedts juridik.

Westfelt, L (2006). *Två studier om spel och spelproblem: en tvärsnittsanalys och en longitudinell analys om risken för spelproblem*. Stockholm: Centrum för socialvetenskaplig alkohol- och drogforskning, Stockholms universitet.

Öquist, Oscar (2008). *Systemteori i praktiken: konsten att lösa problem och nå resultat*. 3., omarb. uppl. Stockholm: Gothia

7.2 Elektroniska källor

Folkhälsomyndigheten (2014a) *Ansvar för behandling*.
<http://www.folkhalsomyndigheten.se/spelprevention/spelproblem/behandling/ansvar-for-behandling/>
Hämtad 2014-05-16

Folkhälsomyndigheten (2014b) *DSM-5*.
<http://www.folkhalsomyndigheten.se/spelprevention/spelproblem/om-spelproblem/matinstrument/dsm-5/>
Hämtad 2014-05-17

Folkhälsomyndigheten (2014c) *Lagstiftning*.
<http://www.folkhalsomyndigheten.se/spelprevention/spel-om-pengar/spelmarknaden/lagstiftning/>
Hämtad 2014-05-16

Spelberoende (2014) *Spelberoende*.

<http://www.spelberoende.com/>

Hämtad 2014-05-10

Spelprevention (2012) *Spelandets historia*.

<http://www.folkhalsomyndigheten.se/spelprevention/spel-om-pengar/spelandets-historia/>

Hämtad 2014-03-02

Vetenskapsrådet, (2013) ”*Forskningsetiska principer inom humanistisk-samhällsvetenskaplig forskning*”.

<http://www.codex.vr.se/texts/HSFR.pdf>

Hämtad: 2014-03-14

8. Bilagor

Här presenterar vi följebrevet som skickades ut vid förfrågan att delta i vår studie. Vidare följer våra två intervjuguider den första var anpassad till intervjun med en representant för en brukarförening och den andra intervjuguiden var anpassad för intervju med behandlare/ terapeuter.

8.1 Följebrev

Hej!

Vi är två studenter som läser sjätte terminen på socionomprogrammet vid Gävle högskola. För nuvarande skriver vi vår c-uppsats med inriktning mot spelmissbruk där vi via intervjuer och analysering av forskning vill försöka ta reda på syftet som är: *Vilka mekanismer är det som gör att man fortsätter spela trots att det leder till negativa konsekvenser?*

Då du valt att delta i vår studie vill vi informera att deltagandet i denna intervju är frivilligt och du har rätt att när som helst avbryta din medverkan, du har även rätt att vara anonym om du så önskar. Vi har självklart tystnadsplikt samt att det insamlade materialet hanteras konfidentiellt och raderas när studien är färdig. Det insamlade materialet kommer enbart att användas i vår c-uppsats och ej lämnas ut till något annat ändamål. Är det något du funderar över och behöver prata om innan eller efter intervjun kan du kontakta oss via e-post eller telefon.

Mvh/ Erika Lärka och Sarah Forslöf

E-post:

Erika: ***@student.hig.se

Sarah: ***@student.hig.se

Telefon:

Erika: 070-37 ** ***

Sarah 073- 04 ** ***

8.2 Intervjuguide 1

Inledande frågor

- Kan du beskriva organisationen?
- Hur länge har du jobbat/varit aktiv inom organisationen?
- Av vilken anledning brukar man vända sig till er?
- Vem är den typiska spelaren? (Typ av spel? Kön? Inkomst? Ålder?)
- Skiljer sig spelberoende på något sätt mot andra typer av beroenden?
- Det sägs att spelberoende ofta hänger ihop med andra former av beroenden, vad anser du om detta?
- Är spelberoende ett problem i Sverige? Får man den hjälp man behöver?

Omgivning

- Brukar de närstående känna till att man spelar och i vilken omfattning?
- Brukar personen som spelar ha fler i sin närhet som gör detta, såsom vänner och familj?
- Hur ser den sociala situationen ut vid ett spelberoende? (vänner, familj, arbete)
- Hur upplevs kontakten med myndigheter, får man den hjälp man behöver? (landsting, kommun)

Känslor

- Vad är det för typ av känslor som styr spelet?
- Vilka känslor går individen igenom när denne spelar? (Ångest? Skam? Glädje? Hopp? Förtvivlan?)

Vad är det för riskfaktorer som leder till ett spelberoende?

- Vad är det som gör att man blir spelberoende?
- Är det något som du kan se som ökar risken för att man ska hamna i ett spelberoende?
- Vad är det som gör att spelet går från att vara ett nöje till ett beroende?
- Vad anser du om lagstiftningen, är den tillräcklig när den kommer till beroende och nya spelformer? (onlinespel, casino).
- Hur stor påverkan tror du spelreklam har? (Har de sett någon skillnad de senaste åren nu när det är mer vanligt med spelreklam).

Vad är motivationen/drivkraft till att spela trots negativa konsekvenser?

- Vad är det som gör att man fortsätter spela trots att chansen att vinna inte är så stor oavsett om man har ett beroende eller inte? Hur går tankarna?
- Vad är det som gör att man fortsätter spela trots negativa konsekvenser?

Vad anser terapeuten/brukarföreningen vara viktiga faktorer för en lyckad behandling?

- Vad är det som gör att en person lyckas ta sig ur ett beroende? (Vad är viktigt?)
- Vad är det som är viktigt för att lyckas med en behandling?

- Vad anser du om spelberoende och sjukdomsbegreppet? (Att det idag inte klassas som en sjukdom)

8.3 Intervjuguide 2

Inledande frågor

- Kan du beskriva din arbetsplats?
- Hur länge har du jobbat som terapeut?
- Vad var det som gjorde att du började intressera dig för just spelberoende?
- Hur ser behandlingen ut?
- Är spelberoende ett problem i Sverige?

Hur ser behandlare på olika typfall av beroende?

- Vem är den typiska spelaren? (Typ av spel? Kön? Inkomst? Ålder?)
- Skiljer sig spelberoende på något sätt mot andra typer av beroenden?
- Det sägs att spelberoende ofta hänger ihop med andra former av beroenden, vad anser du om detta?

Omgivning

- Brukar de närstående känna till att klienten spelar och i vilken omfattning?
- Har klienterna fler i sin närhet som spelar, såsom vänner och familj?
- Hur såg den sociala situationen ut under den tid klienterna var spelberoende? (vänner, familj, arbete)
- Har du någon uppfattning om hur klienterna upplevde kontakten med myndigheter, fick de den hjälp de behövde? (landsting, kommun)

Känslor

- Vad uppger klienterna att det är för typ av känslor som styr spelandet?
- Vilka känslor går de igenom när de spelar? (Ångest? Skam? Glädje? Hopp? Förtvivlan?)

Vad är det för riskfaktorer som leder till ett spelberoende?

- Vad är det som leder till att man blir spelberoende?
- Är det något som du kan se som ökar risken för att man ska hamna i ett spelberoende?
- Vad är det som gör att spelandet går från att vara ett nöje till ett beroende?
- Vad anser du om lagstiftningen, är den tillräcklig när den kommer till beroende och nya spelformer? (onlinespel, casino).
- Hur stor påverkan tror du spelreklam har? (Har de sett någon skillnad de senaste åren nu när det är mer vanligt med spelreklam).

Vad är motivationen/drivkraft till att spela trots negativa konsekvenser?

- Vad är det som gör att man fortsätter spela trots att chansen att vinna inte är så stor oavsett om man har ett beroende eller inte?
- Vad är det som gör att man fortsätter spela trots negativa konsekvenser?

Vad anser terapeuten/brukarföreningen vara viktiga faktorer för en lyckad behandling?

- Har de insett att de har ett spelberoende när de kommer till er och söker hjälp?
- Varför söker de hjälp? (utlösande faktorer?)
- Vad är det som gör att en person lyckas ta sig ur ett beroende? (Vad är viktigt?)
- Vad är det som är viktigt för att lyckas med en behandling?
- Hur stor är chanserna att man lyckas ta sig ur ett beroende?
- Vad anser du om spelberoende och sjukdomsbegreppet? (Att det idag inte klassas som en sjukdom)