

# Spilleavhengighet / spillproblematikk

Magnus Eidem

Spesialrådgiver v/ KoRus-Øst

[Magnus.Eidem@sykehuset-innlandet.no](mailto:Magnus.Eidem@sykehuset-innlandet.no)

Tlf: 97 06 57 07

Akersposten MENY LOGG INN SØK

## Stadig flere spilleavhengige havner i økonomisk ruin



Karl Kindle (tv), avdelingsleder i avdeling for gjeldsforhandlinger i Lindorff, og Jarle Vvagen, seniorrådgiver og ansvarlig for spillproblematikk i Akan kompetansesenter. Torsdag var blant annet gjeldsordningsavtaler og spilleavhengighet blant temaene hos Lindorff på Smestad. Foto: Fredrik Eckhoff

(Publisert: 14.06.2019)

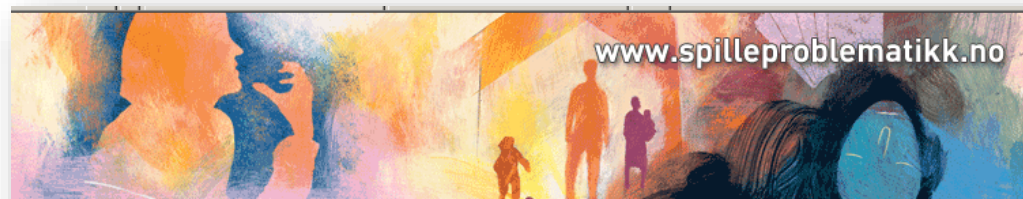


- *Regionalt kompetansesenter med ansvar for å styrke kunnskap og kompetanse på rusfeltet i Akershus, Hedmark, Oppland og Østfold*
- *I tillegg har KoRus-Øst en nasjonal funksjon innen pengespillproblemer og problematisk spillatferd*



## Hovedmål for handlingsplanen:

- Færrest mulig skal ha problemer med spill
- Kunnskap om spill og spilleproblemer skal økes og deles
- Tidlig identifisering og god behandling av problemspillere



www.spilleproblematikk.no

## Pengespillavhengighet og problemskapende dataspilling

- forståelse og tiltakskompetanse

Aktuelt  
Om kurset  
Søknad  
Kontakt  
Kostnader  
Kurssteder  
En smakebit  
Vi som står bak

Nettstøttet kurs over 12 uker med 2 faglige samlinger

I samarbeid med Helsedirektoratet har Høgskolen i Lillehammer og Østnorsk kompetansesenter utviklet et nasjonalt opplæringsprogram om spilleavhengighet for ansatte i helse- og sosialsektoren samt lærere og rådgivere.

I Stortingsmelding nr 14 fra mars 2008 heter det at regjeringen vil styrke kunnskapen om "avhengighet" og problemskapende bruk av dataspill. Kurset vil derfor også omhandle dataspilling, med fokus på forbygging og regulerende tiltak i skole og hjem.



Sosial- og  
Helsedirektoratet



Høgskolen i  
Lillehammer



Østnorsk  
kompetansesenter  
for rus og  
avhengighet

Høgskolen har utviklet et skreddersydd nettbasert kurs over 12 uker med 2 samlinger à 2 dager.

I perioden mellom samlingene arbeider studentene på nettet - individuelt og gruppevis.

Det er lagt vekt på at kurset skal være motiverende og brukervennlig og bruker derfor blant annet video til å belyse viktige problemstillinger. Videoene bruker ulike sjangere som dramatisering, reportasje, intervjuer med sentrale fagpersoner, spilleavhengige og pårørende.

Se video om kurset

Se video om dataspillet World of Warcraft

Fagansvarlig Halgeir Brumoen ble kåret til årets nettlærer!

**Høsten 2009 gjennomføres nytt kurs på Gardermoen, 16. - 17. september og 4. - 5. november 2009.**

**Søknadsfristen er utvidet til 1. september 2009, se Søknad i venstremenyen.**

**Informasjonsbrosjyre finner du [her](#).**

Kurset har vært gjennomført 5 ganger tidligere i 2007 og 2008.





## Forbudet hjalp spillelegal

Først etter at de aggressive spilleautomatene ble fjernet fikk en 25 år gammel mann bukt med avhengigheten sin.



← 1.juli 2007

I dag →





«Hva skjer når pengespill tar overhånd og man mister kontrollen?»

- Påvirker HELE livet negativt
- Økonomisk kaos
- Underslag / kriminelle forhold
- Løgner, mistillit, samlivsbrudd
- Bekymringer, søvnevansker, sykemelding / fravær
- Stor grad av skyld og skamfølelse
- Isolasjon, ensomhet
- Symptomtrykk, depresjon, angst
- Selvmordstanker

## **F 63.0 Patologisk spillelidenskap**

*«Karakteriseres av hyppige, gjentatte episoder med pengespill som dominerer personens liv på en måte som skader sosiale, yrkesmessige, materielle og familiære forhold»*

*..jage tap, må vinne tilbake!*

*..om jeg vinner må jeg fortsette for å vinne mer*

*..spiller jeg lenge nok vil gevinsten komme*

## Farlige / Ufarlige spill ...?

Hyppighet og frekvens avgjør grad av risiko

”Raske spill” = Automater, casinospill, betting/livebetting, poker? (..nettpoker)  
Umiddelbar respons / kort tid mellom innsats og trekning

”Trege spill” = Lotto, Tippekupong, Extra, Keno  
Trekning 1-2 ganger i uken, mindre risiko for å utvikle et overdrevent mønster

..tilgjengelighet!

Dominerende feiltanker / kognitive feilslutninger:

- **Gevnist** → videre spill (*..for å vinne enda større beløp*)
- **Tap** → videre spill (*..for å vinne tilbake det tapte*)

Strukturelle faktorer ved spill:

«**Nesten gevinst**» → videre spill (*..spiller jeg lenge nok vil gevinsten komme*)

- Spillproblematikk er sammensatt og berører hele livet – hvor skal man begynne å rydde opp?
- Hjelp til å disponere penger?
- Økonomisk rådgivning? Gjeldsordning? (Økonomi / trigger)
- Spillefrihet som hovedmål krever innsats på flere områder!  
..det er ikke «bare å slutte med spill»

## Økonomisk ruin; en trigger for videre spill

- Håpløshet, desperasjon: → «Storgevinst er løsningen»
- Lav terskel for nye forbrukslån, kredittkort, underslag etc.
- «Det kan ikke bli noe verre nå, bare å spille videre»
- Hjelp til oversikt, nedbetaling, disponering av midler etc:  
KAN også bidra til å dempe spillesug og må derfor sees som en viktig parallell prosess som bør vektlegges fra en tidlig fase i endringsarbeidet ved problematisk spillatferd



# Spillselskapenes kyniske markedsføring

Spilleavhengige kontaktes av kyniske selskaper på telefon, sms, e-post eller brev – med løfte om bonus eller innskudd på spillkontoen om de kommer tilbake.

© Publisert 09.01.2014, kl. 07:56



Se for deg at du er alkoholiker, men at du det siste året har klart å holde deg unna drikkingen. Det har vært vanskelig, men nå har du klart det.



Se så for deg at din lokale bartender ringer deg opp. Hun har savnet deg i baren. Du var jo en av hennes mest trofaste kunder, men nå har du ikke vært der på lenge. Hun lurer på om du ikke kunne tenke deg å komme tilbake.

Ja, hun vil faktisk la deg drikke gratis både fredag og lørdag om du bare vil komme innom. Ingen forpliktelser, bare kom – så tar dere det derfra. Absurd? Absolutt, men ikke når det gjelder pengespill.

AV



Psykolog og Postdoktor, Universitetet i Bergen

**Rune Aune Mentzoni**

@TapeTen



Prosjektleder, Fjernbasert behandling for

spilleavhengige

**Magnus Eidem**

@EidemMagnus

FAKTA

Send oss din ytring

Lyst å skrive? Kontakt gjerne oss i NRK Ytring med ditt innlegg. Retningslinjene finner du [her](#)

<https://www.nrk.no/ytring/kynisk-markedsforing-av-spill-1.11442261>

## *Spilleavhengige er ulike – ulike metoder fungerer for hjelp*

- Hjelpelinjen
- Fastlege → poliklinisk behandling
- Private tilbud / reise til utlandet
- Selvhjelpsgrupper / brukerorganisasjoner
- Akan / arbeidsplassen / bedrifthelsetjeneste
- Ulike lavterskeltilbud på nettet
- Familie / venner / Bank / Nav / Namsmann



Fjernbasert behandling  
for spilleavhengige

Sykehuset Innlandet HF

Logg inn >>

Forside  
Hva er spilleavhengighet  
Fjernbasert behandling  
Hvordan komme i gang  
Test deg selv  
Til pårørende  
Om oss  
Linker  
Litteratur

<Skriv søketekst Søk

**Logg inn**  
Logg inn på din pasientkonto for tilgang til arbeidsoppgaver, nettgruppe og meldinger  
Logg inn her >>

**Hvordan komme i gang?**  
Les mer her >>

**Velkommen!**

**NYHET! Vi har nå gått bort fra krav om legehenvisning for å delta i Fjernbasert behandling for spilleavhengige. Kontakt oss direkte ved å fylle ut skjema for påmelding! Les mer om dette under menypunktet "Hvordan komme i gang"**

Fjernbasert behandling for spilleavhengige innebærer ukentlige telefonsamtaler med en av våre terapeuter, og samtalene utføres på bakgrunn av skriftlige arbeidsoppgaver - som hver uke sendes ut elektronisk. Ved behandlingsoppstart får man opprettet brukerkonto i [www.minhelse.no](http://www.minhelse.no) og via denne tjenesten vil den skriftlige kommunikasjonen foregå.

Behandlingsforløpet strekker seg over rundt tre måneder. Egeninnsats og motivasjon vektlegges, og den enkeltes målsetting er utgangspunktet for endringsprosessen. Tilbudet er rettet mot pengespillproblematikk, og det er 18-års aldersgrense for å delta.

Behandlingen er organisert som et prosjekt, og det er kostnadsfritt å delta. Tilbudet er finansiert med prosjektmidler fra [Helsedirektoratet](#).

- Introduksjon + kartleggingsverktøy (SCL90-R, GBQ, SOGS-R)
- Motivasjon / målsetting
- Stadier for endring (*endringshjulet*)
- Analyse av spillsituasjoner
- Fordeler / ulemper av spill – fordeler / ulemper av å avstå fra spill
- Risikosituasjoner / automatiske tanker (*selvhjelpsverktøy mot spilltanker*)
- Økonomi (få oversikt, evt benytte strukturert hjelp)
- Åpen / lukket
- Tillit / hvordan bygge tillit
- Erstatningsarbeid / vedlikehold
- Avslutning + re-test av kartleggingsverktøy

- Majoriteten som søker hjelp: **Online Casino**
- Online Betting også økende (..livebetting)
- De fleste er menn
- Store demografiske variasjoner
- Felles utfordring: Tilgjengelighet! (..spill og penger)
- Dynamisk bilde, alltid noe nytt!  
...dataspill → *Fra gaming til gambling?*





## Flere grunner til bekymring?

- Vi står midt oppi det → de fleste unge spiller og er på skjerm
- Det ER et reelt problem for noen
- Fortvilte foreldre; vanskelig å regulere / grensesette
  - bekymringer ofte knyttet til tidsbruk og innhold
- Det er opplevet (for mange) som noe nytt / ukjent
  - ..historisk sett: «alt som er nytt er farlig»

**NB! Stadig økende grad involvering av penger**

## 16-åring har brukt 117.000 kroner på gaming på tre år: – Ungdom lurer foreldrene sine for penger



Spilleren ser ut gjennom øynene på figuren han/hun kontrollerer. Foto: Jung, Mia Oshio

Av Trine Rognli

06. mars 2019, kl. 20:20

16-åringen fra Lillehammer-distriktet har brukt 117 000 kroner på gaming de siste tre åra. Han og kompisen forteller om et gamingmiljø som innebærer svindel, avhengighet og luring av foreldre.

(GD 6/3 2019)

## Dataspill, hvem sitt problem?

- Spilleren eller omgivelsene?
- Verdikonflikt?

## Om spillingen er problematisk, hva er problemet?

- Er det spillet i seg selv, innhold – eller tidsbruk?
- **Økonomi? (Lootboxes, playerpacks, skinbetting)**

## Lidenskap, hektet – eller avhengig?

- Fase i livet med mye spilling? E-sport / konkurransespilling?
- Spill som flukt fra andre utfordringer?

\* Avhengighet = «..varig ute av stand til å kontrollere spillingen»

# «Gaming Disorder» ICD-11 (2018)

(..først lansert som «Internet Gaming disorder» DSM 5 2013)

Svært opptatt av spill (..preoccupied)

Uro, irritasjon, nedsatt stemningsleie når man ikke får spilt

Toleranseutvikling

Flere mislykkede forsøk på å redusere spillingen

Tap av andre interesser

Opprettholder spillingen på tross av åpenbare negative konsekvenser

Lyver om omfanget og tidsbruken

Spiller for å unngå andre utfordringer

Har gått utover relasjoner, jobb, utdanning eller andre muligheter

..fem av diagnosekriteriene må oppfylles (over tid)

## Personlige faktorer → sårbarhetsfaktorer

- Psykologisk (personlighetstrekk, impulsivitet)
- Biologisk (arv, nevrologisk)
- Sosialt (Relasjoner, mellommenneskelig nivå)

«*Syndrom-model of addiction*» Howard Shaffer

Funn i studier med ungdom og dataspillproblematikk:

- Høy grad av impulsivitet, ensomhet, manglende selvfølelse, begrenset sosial kompetanse, angst, depresjon, ikke tilfreds med livet = risikofaktorer

*(Lemmens; Computers in human behaviour, 2011)*

- Lav sosial kompetanse, «sosialt klønete» gir større risiko for dataspillproblemer
- (NTNU, 2018)*

# Publikasjoner



Kan bestilles eller lastes ned på [www.rus-ost.no](http://www.rus-ost.no)



# Samtaleguide – sammenhenger og erfaringer knyttet til gaming og levd liv

