

Drivkrafter bakom spel och spelberoende - flykt, spänning och förhoppningar

Jakob Jonsson, leg psykolog
Sustainable Interaction & Stockholms universitet

Varför spelar vi?

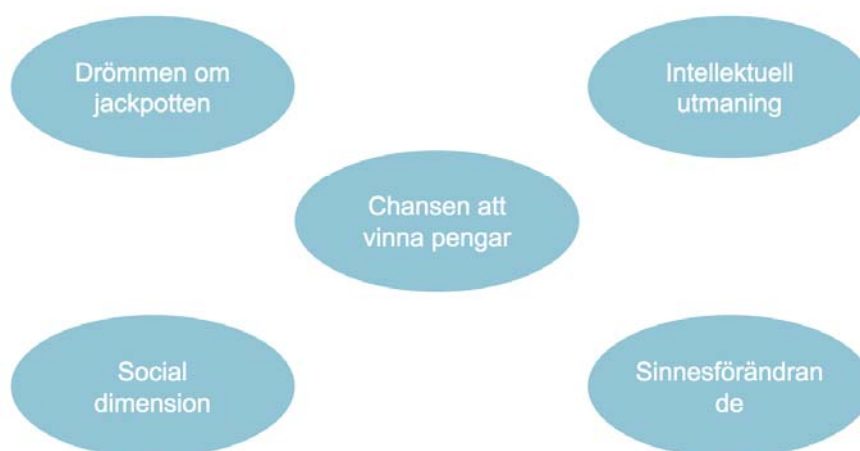
- För att det är belönande...

Vad är belönande då?

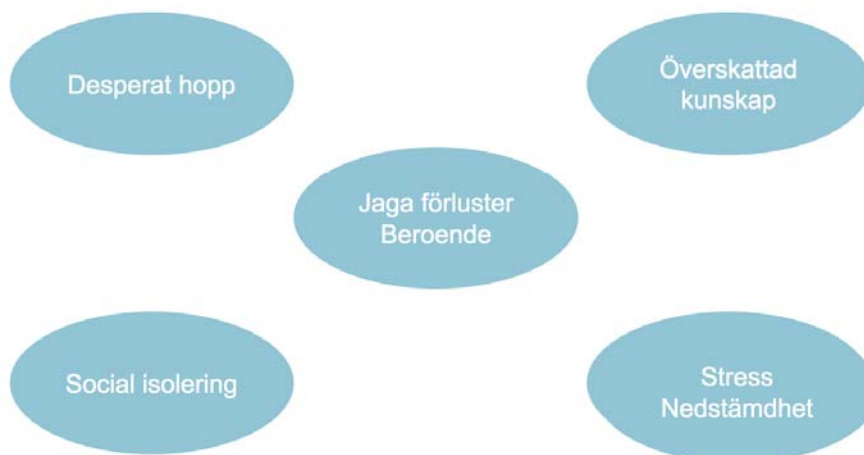


Docent Per Binde Göteborgs universitet Foto: Anders Hofgren

Motiv till att spela (Binde)



Motiv till att spela (Binde)



Per Binde (2013) Why people gamble: a model with five motivational dimensions, International Gambling Studies, 13:1, 81-97, DOI: 10.1080/14459795.2012.712150

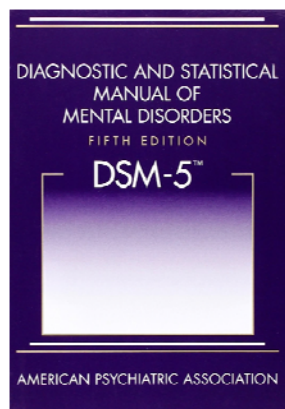
Vad kan spel vara?

- Lustfyllt, spännande och sinnesförändrande
- Upplevd genväg till rikedom
- Identitetsskapande
- Avkopplande
- Känsla av kompetens
- Belönande även då vi förlorar

Definition av spelproblem

- DSM 5 (minst 4 av 9)

- Upptagenhet
- Tolerans
- Abstinenssymtom
- Kontrollförlust
- Jaga förluster
- Flykt
- Lögner
- Riskera relationer/arbete
- Ekonomisk fallskärm



- Kontrollförlust och negativa konsekvenser

Andra aspekter

- Långsiktiga negativa konsekvenserna större än de kortsiktigt positiva
- Beteendet fyller en eller flera funktioner
- Det finns en inre logik
- Hjärnans belöningssystem är kapat

En process

- Lågkonsument
 - Regelbunden spelare
 - Högkonsument
 - Tillfällig överkonsumtion
 - Överkonsumtion
 - Problemspelande
 - Spelberoende

Orsaker till spelproblem

- Tillgänglighet på spel
- Spels utformning
- Tankefällor om spel
- Känsloers betydelse, kortsiktigt vs långsiktigt
- Andra problem
 - Livskriser
 - Psykiska problem
 - Andra beroenden/missbruk
 - Social/ekonomisk belastning

Vägar in i ett spelberoende

1. De betingade tidigare problemfria:

- Jaga ikapp förluster

2. De emotionellt sårbara

- Flykt

3. De medfött impulsiva

- Spänning