

# Anhöriga till personer med spelproblem

---

Anders Nilsson, leg psykolog, forskare, Centrum för psykiatriforskning  
Anders.nilsson.2@ki.se

”All min vakna tid gick åt till att tänka på situationen. Som närstående kan man få en dubbel verkan av missbruket, både ekonomiskt och psykiskt, inte sällan med sjukskrivning som följd. Det fanns alltid en oro för att det skulle kunna hända igen. Som närstående behöver man få stöd i hur man ska tänka.”

“Sofia”, gift med en person med spelberoende.

# Anhöriga

Anhöriga drabbas ofta hårt av en närstående persons spelproblem.



Anhöriga kan dels behöva stöd själva och dels vara en viktig del i "tillfrisknandet" hos den som spelar.

# Konsekvenser för anhöriga



Ungefär sex personer brukar beräknas vara anhörig till en person med spelproblem. I Sverige har cirka 18% uppskattats vara anhörig.



Anhöriga kan drabbas hårt ekonomiskt, relationen till den som spelar brukar vara ansträngd men även relationer till andra försämras.



Anhöriga mår ofta sämre psykiskt (t ex. oro, ångest, nedstämdhet) och fysiskt (ryggont, magproblem) jmf med övriga befolkningen.

# Anhöriga

---



Relativt stor risk att anhöriga av missriktad omtanke bidrar till möjliggörande.



Anhöriga kan behöva vård/stöd för egen del.



Anhöriga kan involveras i spelarens behandling.

# Stöd för anhöriga



Anhöriga har ofta ett behov av att få behandling/stöd för egen del.



Förutom en stark ilska och besvikelse mot den som spelar brottas många anhöriga med hur de ska kunna börja lita på personen igen.



Olika interventioner baserade på CRAFT har testats med goda resultat för den anhöriges mående.

# Stöd för anhöriga



För en del anhöriga kan spelet ha varit uppenbart länge, medan det för andra kommer som en överraskning.



Eftersom spel inte syns eller luktar kan anhöriga ha sett andra tecken: mental frånvaro, lättretlighet, sömnsvårighet etc.



Anhöriga kan befinna sig i en helt annan "fas" jämfört med den som spelar.

# Stöd till anhöriga



Det går att stötta anhöriga utan att den som spelar vill bli hjälpt.



Olika typer av anhöriga (partner, förälder, barn) kan behöva olika typer av stöd



Lätt att hamna i skyttegravar – viktigt att försöka arbeta med en konstruktiv kommunikation.



Anhöriga måste ställas/ställa sig frågan vad de vill.



# Anhöriga i behandling för spelproblem



Att involvera anhöriga i  
behandling av spelproblem kan ge  
bättre följsamhet och bättre  
utfall för spelaren.



Omtanke om anhöriga anges  
(ganska) ofta som en (ganska)  
viktig orsak till att söka  
behandling.



Flera olika delar kan vara aktuella, t  
ex.:

- ✓ Förklaringsmodeller
- ✓ Alternativa (gemensamma)  
aktiviteter
- ✓ Hur man lägger upp ekonomin

# Anhöriga i spelbehandling

---



En viktig princip är att försöka förstärka positiva aktiviteter.



Det finns mycket att vinna på att genomföra gemensamma alternativa aktiviteter.



En del av ilskan och frustrationen kan minska om anhöriga lär sig mer om tillståndet.



Ekonomiska bekymmer och praktikaliteter är ofta viktiga frågor.

# Barn och spel

Spelproblem  
finns även  
bland  
personer  
under 18 år.

68 000  
barn lever  
med  
någon  
som har  
ett  
problem-  
spelade

Högre risk  
att vara  
utsatt för  
våld.

Vanligt med  
annat typ av  
missbruk och  
psykisk  
ohälsa.

Få studier  
och  
begränsad  
erfarenhet av  
barn som  
närstående.

# Barn som anhöriga

---



Barn lider ofta i tysthet.



I intervjuer förekommer ofta att barn upplever en känsla av förlust: i förälderns närvaro, men även tappad kontakt med andra och av materiella saker.



Ofta en oförutsägbar omgivning för barnen. Föräldrars humör, omtanke och omständigheter skiftar snabbt.



En del barn tar på sig ansvaret/skulden.