

Kognitiv adferdsterapi ved behandling av pengespillavhengighet – en guide.

Eli Torild Hellandsjø Bu, Arvid Skutle & Ingun Torheim
Stiftelsen Bergensklinikkene

*Finansiert av Helsedirektoratet og ExtraStiftelsen
v/Rådet for Psykisk Helse*

*After the Ban of Slot Machines in Norway:
A New Group of Treatment-Seeking
Pathological Gamblers?*

Eli Torild Hellandsjø Bu & Arvid Skutle

Journal of Gambling Studies

ISSN 1573-3602

J Gamb l Stud

DOI 10.1007/s10899-011-9287-4

F63.0 Patologisk spillelidenskap

Lidelsen består i hyppige, gjentatte episoder med spilling som dominerer pasientens liv slik at sosiale, yrkesmessige, materielle og familiemessige forhold skades.

Pasientpopulasjon etter forbud spilleautomater juli 2007

Demografi

- o Yngre – flere menn og færre kvinner
- o Flere med høyere utdanning og i jobb
- o Flere med arbeid som inntektsgrunnlag
- o Flere er etablert med familie og forsørgeransvar
- o Partner har ikke spilleproblem

Pasientpopulasjon forts.

Spillemønster

- o Redusert bruk av spilleautomater
- o Mer spill på «Odds»
- o Mer spill på internett, spesielt poker og casino
- o Mer vanlig å spille flere typer spill
- o Større innsats (opp til kr. 100.000,- på en dag)
- o Mer normalt å låne penger til spill

Pasientpopulasjon forts.

Psykisk helse og alkoholbruk

- Færre har mottatt behandling tidligere
- Mer skamfølelse og dårlig samvittighet overfor familien
- Noe bedre psykisk helse generelt med unntak av betydelig mer suicidalitet (hver 4. pasient rapporterte suicidalforsøk)
- Mer skadelig bruk av alkohol

Oppsummering

- o Den nye pasient populasjonen domineres av yngre ressurssterke menn med familie og forsørgeransvar.
- o Mange har stor spillegjeld, noe som også får alvorlige konsekvenser for familien.
- o I slike tilfeller rapporterer pasienten ofte stor skam og skyldfølelse, og i ytterste konsekvens suicidalforsøk, da fallhøyden føles for stor.

Siden den gang ...

- Vokst frem et stort uregulert marked av utenlandske pengespill på nett.
- Ikke straffbart for nordmenn å spille poker eller andre pengespill på nett.
- Stadig flere bruker PC, mobiltelefon og nettbrett til å levere sine nettspill.
- Kanskje en halv million nordmenn over 18 år som har spilt på nettet, og nærmere 30 prosent av dem brukte mobiltelefon.
- To tredjedeler av nettspillerne spilte bare på de norske selskapene Norsk Tipping og Norsk Rikstoto.

«Du er trygg med oss.....»

- o GRISEFLAKS - Anbefalte pengespill: De beste av de beste!

«Vår erfaring innen pengespill er din trygghet. Bruker du pengespill som vi anbefaler kan du være trygg på at du blir rettferdig behandlet som kunde, og at du blir godt ivaretatt. Her er våre beste anbefalinger innen pengespill på internett.»

- o PENGESPILL.EU - DIN GUIDE TIL PENGESPILL PÅ NETT.

«Tipping er utrolig morsomt og av og til kan det lønne seg for de heldige vinnere å delta i slik underholdning. Populæriteten for online spill er utrolig stor og derfor så vokser potten enormt, noe som gir deg større muligheter til å vinne store summer på pengespill, enn før.

Vi har laget en enkel oversikt over de beste casino man kan spille for ekte penger som f.eks norske spilleautomater på nett, samt info om betalingsmetoder og sist men ikke minst, litt informasjon om sikkerheten til online spillere. Vi ber deg velge spillested med omhu og selvfølgelig så skal du ha all lykke med dine pengespill på nett! Husk, ha det morsomt først og fremst!»

«Du er trygg med oss.....»

o PENGESPILL ONLINE

«Her hos Pengespill Online får du ikke bare de aller beste bonusene, du kan også lese om alle de beste casinoene på nett, de aller største bonusene, og du kan lese om forskjellige pengespill som du kan delta i på nett, deriblant odds, lotterier, casino-spill og til og med forex. Det finnes nå mange måter du som spiller kan tjene penger på nettet.»

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

Massiv promotering

- o > 60 reklameinnslag om dagen, eller i timen?
 - o Både utenlandske selskaper og
 - o Norsk Tipping
- o Ofte i beste sendetid
- o Kjendiser/ambassadører står frem,- unge pengespillere spesielt sårbare
- o Blir påminnet/oppringt/mottatt SMS: Hvorfor spiller du ikke lenger? Ny bonus?
- o «Fredag får vi inn et parti med kvalitetsvin- halv pris for deg. Interessert?»

Nytt prosjekt - bakgrunn

- o Pengespillmarkedet er under stadig endring, med etablering av nye pengespill.
- o Bergenslinikkene har i 2015 hatt mer enn 50 nye avhengige spillere i behandling: stor gjeldsbyrde og mange med rusproblem og psykiske lidelser
- o I motsetning til tidligere er de fleste i jobb og har etablert familie med forsørgeransvar, noe som skaper nye utfordringer i behandlingen.
- o Intensjonen med prosjektet: å utvikle et mer oppdatert behandlingsprogram som er bedre tilpasset de nye utfordringene.

Nytt prosjekt - mål

- 1) å utvikle og utprøve en ny variant av et behandlingsprogram basert på kognitiv atferdsterapi tilrettelagt for pengespillavhengige;
- 2) å innhente kunnskap om betydningen av oppfølging 1 måned etter avsluttet hovedprogram, og sist men ikke minst;
- 3) formidling av kompetanse via vårt kompetansesenter til helsearbeidere med behandlingsansvar for denne pasientgruppen.

Hvem er de nye pasientene i 2016?

OBS: Lite foreløpig utvalg

- o 20 % kvinneandel
- o Alder 23-45, 90 % med norsk statsborgerskap
- o Henvist fra fastlege (73 %), pluss noen fra sosialtjeneste og spesialisttjeneste
- o 90 % tidligere ubehandlet
- o 90 % med minst videregående skole (yrkesutdanning, høyskole, universitet)
- o 60 % i arbeid
- o Formell sivil status: 70 % ugift/separert, resten gift/samboende. Men 60 % er i parforhold....
- o 70 % bor i egen bolig, eiet eller leiet

Hvilke spill-selskaper benytter du oftest på internett?

- o Betsafe
- o Betsson
- o Unibet
- o Folkeautomaten
- o Pokerstars
- o Full tilt poker
- o Norsk Tipping
- o Plus 500
- o Fx Pro
- o Nordicbet
- o Bet 365
- o Kaboo
- o Norgesautomaten
- o Mr. Green
- o Maria Bingo
- o Casumo
- o Expect

Prosjektbeskrivelse

- o En ny behandlingsmanual er nå under utvikling, som blir utprøvd og evaluert i forhold til våre spilleavhengige pasienter.
- o Det legges opp til opplæring og veiledning av et team med fem psykologer som allerede har god klinisk bakgrunn for arbeid med denne pasientgruppen.
- o Behandlingen vil bli evaluert og justert på bakgrunn av tilbakemeldinger fra pasienter og behandlere.
- o Resultater og erfaringer med det nye programmet vil så bli formidlet til andre behandlere i Norge.

Bruk av manualen

- o Manualen er programbasert, men anbefales brukt som guide, der behandler vurderer og tilrettelegger programmet etter pasientens behov.
- o Metoden er kognitiv adferdsterapi (KAT), og kan benyttes både ved individuell- og gruppeterapi.
- o I tillegg til KAT benyttes motiverende intervju (MI), spesielt i tilfeller der pasienten ikke er klar for endring av sin spilleadferd.

Bruk av manualen forts.

- **Målgruppen** for bruk av manualen er helsearbeidere med behandlingsansvar for pengespillavhengige, og med grunnleggende kunnskap om bruk av KAT og MI.
- **Innholdet** er delvis hentet fra boka «A Cognitive Behavioural Therapy Programme for Problem Gambling» (Namrata Raylu & Tia Po Oei, 2010), og tilpasset norske forhold, samt klinisk erfaring hos behandlere av denne pasientgruppen ved Stiftelsen Bergensklinikkene.

struktur

- Programmet skiller mellom obligatoriske- og tillegg sesjoner. Den enkelte pasients behov blir avgjørende for antall, rekkefølge og hvilke som er aktuelle.
- Manualen består pr i dag av 13 obligatoriske sesjoner og 4 tillegg sesjoner, samt oppfølging «booster session» 1 måned etter avsluttet behandling.

Første fase i behandlingsprogrammet

Her vil pasientens problemer og behandlingsbehov stå sentralt, men også bruk av psykoedukasjon.

Bruk av MI som kommunikasjonsstil vil i mange tilfeller være nødvendig tidlig i denne fasen for å komme videre i behandlingsforløpet.

Første fase

Forts.

Kasusformulering utarbeides for vurdering av behov, mål og behandlingsplan.

Kartlegging av spilleadferd, psykisk helse og rusmiddelbruk med tilbakemelding av resultatene inngår også i denne fasen.

Pasienten vil også få innføring i den kognitive modellen.

Andre fase i behandlingsprogrammet

Her vil kognitiv restrukturering stå sentralt over 3 sesjoner.

- 1) Identifisering av tankefeller som utløser sug etter å spille.
- 2) Utforske gyldighet av tankefellene.
- 3) Bruk av kognitive strategier som mottanker og selvinstruksjon, men også adferds teknikker for håndtering av spillesug.

Tredje fase i behandlingsprogrammet

Innrettes på å få pasienten til å ta i bruk ulike mestringsstrategier for vedlikehold av positive endringer både hva angår spilleadferd og livsstil.

Samtidig vil det også i denne fasen være nødvendig med utforskning av tanker som utløser sug etter å spille og håndtering av disse.

Tredje fase

Forts.

Avspennings- og forestillingsteknikker innføres for håndtering av spenning knyttet til sug etter å spille.

De samme teknikkene benyttes for mestring av negative følelser som depresjon, angst, sinne og stress.

Fjerde fase i behandlingsprogrammet

Her er forebygging av tilbakefall til spill sentralt.

- 1) Livsstil som forbyggende faktor: Pasienten vurderer egen livsstil og hva som bør endres, samt endringstiltak.
- 2) Identifisering og håndtering av risikosituasjoner for tilbakefall til spill.

Tilleggsesjoner

- 1) **Bedre selvsikkerhet** - respektere egne og andres rettigheter og behov.
- 2) **Gjeld** – håndtering av gjeld, samt redusere sjansene for mer gjeld?
- 3) **Pårørende** – partner får hjelp til hvordan han eller hun best kan forholde seg til spilleadfærd og konsekvensene av dette.
- 4) **Alkoholproblem** – benyttes der pasienten også har et alkoholproblem.

Kartleggingsinstrumenter

- o Anamnesticke og diagnostiske opplysninger
- o SOGS-R- Mål på spilleavhengighet og oversikt over spill
- o GSEQ- Mål på forventninger om mestring av risikofaktorer for spilling
- o GBQ- Mål på kognitiv forståelse av spill og vinnermuligheter
- o GAS- Mål på siste ukes spilleaktivitet
- o Scl-90-R- Mål på psykisk helse, samt deler av MINI- mål på suicidalitet
- o ASRS- Gir indikasjoner på ADHD
- o AUDIT- Gir indikasjoner på alkoholrelaterte vansker

Pasientmanual

- o «Handouts» fra hver sesjon
- o Hjemmeoppgave fra hver sesjon
- o Skjema med eksempel på utfylling av hjemmeoppgave
- o Tomt skjema for utfylling av hjemmeoppgave