



ATT BEHANDLA SPELPROBLEM

Anders Nilsson

Leg. psykolog, doktorand Centrum
för psykiatriforskning

Kunskap om problem med spel
om pengar

23 januari 2018

LITEN AGENDA

1. Första hjälpen
2. Kognitiv beteendeterapi
3. Spel-KBT
4. MI + KBT
5. Vem svarar på behandling?
6. Samsjuklighet
7. Speciellt för spel
8. Andra aspekter

FÖRSTA HJÄLPEN

AVSLUTA SPELKONTON

SAMLÅ LÅN

SPÄRRA INTERNETBETALNINGAR

INSTALLERA SPELFILTER

LÄMNA ÖVER ANSVARET FÖR EKONOMIN

KOGNITIV BETEENDETERAPI (KBT)

- KBT är en behandlingsform som syftar till att underlätta för personer att kartlägga, förstå och hantera tankar, känslor och beteenden.
- Behandlingen ges enligt en fastlagd struktur och har ett mål som formuleras av klienten tillsammans med behandlaren.
- Behandlingen kan ges individuellt, i grupp eller via internet.

Tycker du att kontrollerat
spelande kan vara ett mål för
behandlingen?

EXEMPEL PÅ SPEL-KBT:

PSYKOEDUKATION

KOGNITIV OMSTRUKTURERING/TANKEFÄLLOR

ÅTERFALLSPREVENTION

ALTERNATIVA AKTIVITETER

EXPONERING MED RESPONSPREVENTION

SVENSKA BEHANDLINGSMANUALER

TILL SPELFRIHETEN

1. Introduktion
2. Faktorer som utlöser och vidmakthåller
3. Förändring/motivation
4. Spelsug
5. Speltankar
6. Kognitiv omstrukturering
7. Kognitiv dissonans
8. Problemlösning
9. Återfallsprevention 1
10. Återfallsprevention 2
11. Återfallsprevention 3

FRI FRÅN SPELBEROENDE

1. Introduktion
2. Biopsykosociala förklaringsmodellen
3. Spelsug
4. Speltankar
5. Motivation
6. Ekonomi
7. Återfallsprevention
8. Repetition

PSYKOEDUKATION

HUR FUNGERAR SPELPROBLEM?

DEN BIOPSYKOSOCIALA FÖRKLARINGSMODELLEN

- Biologi
- Samhällsfaktorer
- Psykologiska faktorer

FUNKTIONELL ANALYS AV SPELANDET

SPELTANKAR

”TANKEFÄLLOR” OM TUR, SLUMP OCH SIN EGEN SKICKLIGHET, EN MISSVISANDE INLÄRNING, TILL EXEMPEL:

GAMBLERS FALLACY: tron att ett tidigare utfall påverkar framtida utfall.

ILLUSIONEN AV KONTROLL: tron att man kan påverka slumpen.

SUNK COST: tanken att man redan har investerat så mycket att man måste fullfölja.

ALTERNATIVA AKTIVITETER OCH VÄRDERAD RIKTNING

ALTERNATIVA AKTIVITETER: för att avleda eller för att skapa hållbara intressen.

VÄRDERAD RIKTNING: att reflektera över hur man vill leva.

MI + KBT

MI kan användas i kombination med KBT som motivationsstärkande insats.

MI föregår ofta KBT-behandlingen.

MI och KBT är två olika behandlingar men står oftast inte i motsats till varandra.

VILKA VERKAR SVARA BÄST PÅ BEHANDLING?

- En meta-analys undersökte 50 olika studier på behandling av spelberoende (Merkouris et al., 2016).
- De undersökte vilka faktorer som gav ett positiv utfall efter behandling och vid uppföljning.
- De hittade 60 olika faktorer sammanlagt, men många förekom bara i en enda studie.

TYDLIGT POSITIV EFFEKT AV BEHANDLING:

ATT VARA MAN

LÅGA NIVÅER AV DEPRESSION

SANNOLIKT POSITIV EFFEKT:

HÖGRE ÅLDER

MINDRE ALLVARLIGA SPELPROBLEM

MINDRE SPELANDE

LÄGRE ALKOHOLANVÄNDNING

DELTAGIT I MER BEHANDLING

BEHANDLA SAMSJUKLIGHET

Stor samsjuklighet bland hjälpsökande.

Vissa har sannolikt spelat sig till andra problem.

Vissa spelar för att hantera andra problem.

Missbruk/beroende, ångest och depression vanligt.

SPECIELLT FÖR SPEL

Ekonomin är ofta ett stort problem.

Det är svårt att upptäcka för utomstående.

Mer av problembeteendet kan framstå som en lösning.

ANDRA ASPEKTER

Gruppbehandling eller individuell behandling.

Kontrollerat spelande.

Anhörigas involvering i behandling.

TACK!

JAG FINNS PÅ:

SPELFORSKNING.SE

ANDERS.NILSSON.2@KI.SE