



GÖTEBORGS UNIVERSITET

Institutionen för socialt arbete

Att lägga korten på bordet

- sex personliga skildringar av ett spelberoende

Socionomprogrammet, Vt. 2007

C-uppsats

Författare: Evelina Lundholm och Therese Mårtensson

Handledare: Bengt Carlsson

Abstract

Title: ”Att lägga korten på bordet” – sex personliga skildringar av ett spelberoende

Authors: Evelina Lundholm och Therese Mårtensson

Keywords: Gambling, developing an addiction, turning points, role exit.

Our purposes with this essay was to increase our knowledge about, and try to describe, how it happens when people get involved in gambling and becomes addictive to gambling, and what the way out of a gambling addiction could look like.

Our framing of the question was:

- How does gambling begin?
- How does gambling evolve to an addiction and how does it go forward from there?
- How do you leave a gambling addiction? Is there an experience of turning points?

We did qualitative interviews with six former gamblers. Our main conclusions were that the initiation to gambling can be very different and still lead to similar effects. There seems to be a strong enticement surrounding the attributes of gambling, which are connected to developing a gambling addiction. The experiences of turning points were very palpable. Essential to the break up was to be honest towards your self, wanting to quit and making that decision. The support from significant others was also of great importance.

Innehållsförteckning

Förord.....	s.1.
1. Inledning.....	s. 2
1.1 Bakgrund, ämnesval, förförståelse.....	s. 2
1.2 Syfte och frågeställningar.....	s. 3
1.3 Definitioner.....	s. 3
1.4 Tidigare forskning.....	s. 4
1.5 Uppsatsens struktur.....	s. 6
2. Metod.....	s. 7
2.1 Metodval.....	s. 7
2.2 Tillvägagångssätt.....	s. 7
2.2.1 Litteratursökning.....	s. 7
2.2.2 Intervjuerna.....	s. 7
2.2.3 Bearbetning och analys.....	s. 9
2.3 Validitet, reliabilitet, generaliserbarhet.....	s. 9
2.4 Etiska överväganden.....	s. 10
3. Teoretiska perspektiv.....	s. 11
3.1 Teoretisk referensram.....	s. 11
3.2 Ett aktörsperspektiv.....	s. 11
3.3 Sociala sammanhang och sociala världar.....	s. 13
3.4 Att lämna en roll.....	s. 13
4. Resultat och analys.....	s. 15
4.1 Persongalleri.....	s. 15
4.2 "Debuten".....	s. 16
4.2.1 Analys.....	s. 19
4.3 "Det rullar på".....	s. 20
4.3.1 Analys.....	s. 24
4.4 "Spelet trappas upp".....	s. 25
4.4.1 Analys.....	s. 29
4.5 "Vägen ut".....	s. 31
4.5.1 Analys.....	s. 37
5. Diskussion.....	s. 39
5.1 Återkoppling till frågeställning nr 1.....	s. 39
5.2 Återkoppling till frågeställning nr 2.....	s. 40
5.3 Återkoppling till frågeställning nr 3.....	s. 40
5.4 Avslutande reflektioner och förslag till fortsatt forskning.....	s. 41
Referenslista.....	s. 42
Bilaga 1 - Kontaktbrev.....	s. 44
Bilaga 2 - Intervjuguide.....	s. 45

Förord

Nu när vi sitter med vår färdiga uppsats i händerna skulle vi vilja rikta ett särskilt tack till några viktiga personer på vägen.

Ett stort tack till våra sex informanter, utan Er hade det aldrig kunnat bli en uppsats, så tack för Era uppriktiga berättelser och goda samarbetsvilja.

Vi vill också rikta ett tack till Spelberoendes förening i Göteborg, särskilt Patrik och Mattias för all hjälp på vägen. Även ett stort tack till alla Ni medlemmar som så öppenjärtigt låtit oss delta i Era möten!

Sist, men inte minst, ett tack till vår handledare Bengt Carlsson för tips och råd på vägen!

1. Inledning

1.1 Bakgrund, ämnesval och förförståelse

I den process det innebär att välja ett ämne för sin c-uppsats var vi tidigt riktade mot missbruksområdet, då vi båda valt att under utbildningens gång läsa bl.a. en valbar kurs med inriktning på missbruk. Ganska snart kom vi fram till att det var spelberoende vi ville studera. Vi upplevde att spelberoende kändes väldigt aktuellt och samtidigt aningen outforskat, och beslöt oss för att ge oss in på detta område. Vi hoppades kunna lyfta fram den personliga bilden av hur ett spelberoende kunde gestalta sig.

Vår förförståelse av fenomenet spelberoende bestod i det vi visste om missbruk och beroende generellt sett, och den bild media och samhällsdebatten givit.

Vi visste också att spelberoende inte låg under socialtjänstlagen.

Ser man till spel idag så har det anpassat sig efter samhällets snabba förändringar och resulterat i att spel idag finns både live, på TV, på kasino och framför allt Internet. Idag finns det en mängd möjligheter för människor att spela och det finns alltid något spel för de flesta smaker. Idag säger sig 95% av befolkningen någon gång ha satsat pengar på spel (Rönneberg, 2000) och reklamen för spel har ökat lavinartat de senaste åren, idag kan du se reklam för spel överallt och läsa glädjehistorier om den lyckliga familjen som äntligen drog hem storvinsten eller om den enträgne spelaren vars lottorad äntligen gick in. Men baksidan av spelet är det sällan samma exponering för. Någon gång kan det dyka upp en notis om det i tidningen, oftast när det är aktuellt i ett större sammanhang.

Spel har blivit en naturlig del av vår vardag och Internets stora genomslagskraft är något som har snappats upp av spelindustrin. För bara några år sedan satsades pengar på spel online endast genom spelbutiker, men idag erbjuder allt fler bolag sina kunder möjligheten att satsa pengar på nätet för den som har tillgång till en dator med uppkoppling till Internet.

I Sverige har majoriteten av befolkningen tillgång till Internet (Rönneberg, 2000).

Det är numera möjligt att satsa pengar på många olika sorters spel via Internet: blackjack, automatspel, poker, bingo, hästspel, sporthändelser, lotterier, etc. Rönneberg menar att det som är mest oroväckande med spel på Internet är att det är särskilt lockande för en ny typ av spelare, nämligen barn och ungdomar som har datorvana och som kan utnyttja det faktum att åldersrestriktioner är svåra att vidmakthålla på Internet. I Sverige erbjuder både Svenska Spel och Aktiebolaget Trav och Galopp (ATG) möjligheter att via Internet satsa pengar på deras spel. Därtill kommer flera andra bolag som vuxit fram under de senaste åren som ger möjligheter till att satsa pengar och spela på Internet (ibid.).

Historik

Spel har alltid förekommit i olika former även långt tillbaka i tiden. Människor har i alla tider sökt spänning genom att satsa pengar, egendom eller sitt liv och detta har tagit olika uttryck i olika tider och i olika samhällen. Ser man tillbaka i historien hittar man gladiatorspel i antikens Rom där vadslagning förekom och i det antika Grekland förekom olympiska spel redan 766 f.Kr. (Nationalencyklopedin, 2007). Överklassens spelande - oavsett om det har handlat om spel på hästar, kortspel, spel i kasinon, spelliknande satsningar på fastigheter eller aktier - har oftast setts genom fingrarna i de flesta västlänningar, och trots försök att genom olika reformer få arbetarklassen och de fattiga att hålla sig borta från spel, har spel ändå accepterats och upplevts som något positivt av de lägre samhällsklasserna i de flesta västlänningar (Rönneberg, 2000). I kontrast till detta kan man konstatera att medelklassen

ända fram till mitten på 1900-talet haft en negativ syn på spel, och en anledning till detta kan vara att tillväxten av medelklassen tillsammans med urbaniseringen och kvinnornas frigörelse spelade en viktig roll i det sena 1800-talets och det tidiga 1900-talets folkrörelser av att stoppa missbruket av alkohol, liksom spel (ibid.). Den ökande medelklassen och acceptansen av spel i denna grupp har otvivelaktigt varit en avgörande faktor för den ökade legitimiteten av spel över hela världen (ibid.).

1934 startades Tipstjänst, som var det första stora spelbolaget i Sverige och som från början gavs monopol på spel kopplade till idrott. Det var till staten och idrottsrörelsen som intäkterna skulle gå. 1939 skapades det andra stora spelbolaget, Penninglotteriet som från 1943 till 1997, när det sammanslogs med Tipstjänst, var ägt av staten. 1997 förenades Penninglotteriet och Tipstjänst till ett statskontrollerat bolag, Svenska Spel. 1974 bildades ett andra svenskt stort spelbolag, Aktiebolaget Trav och Galopp (ATG) vilket har monopol på hästspel och ägs delvis av staten. En del av dess intäkter går till stöd till hästavel och hästsport. Under 1900-talets senaste årtiondena har folkrörelserna fått tillstånd till lotterier, bingo och bingolotto. Idag är en stor del av folkrörelserna, särskilt idrottsrörelsen, beroende av de intäkter som dessa spel ger. Endast spel som har godkänts av Lotteriinspektionen eller av kommunala organ är tillåtna i Sverige (Rönneberg, 2000).

1.2 Syfte och frågeställningar

Vårt syfte med denna uppsats är att försöka ta reda på och beskriva hur det ser ut när personer involveras i spelande och blir spelberoende, samt hur vägen ut ur ett spelberoende kan se ut. För att kunna uppfylla detta syfte har vi utarbetat några centrala frågeställningar:

- Hur inleds spelandet?
- Hur utvecklas spelandet till ett beroende och hur fortsätter det därifrån?
- Hur bryter man ett spelberoende? Finns det en upplevelse av vändpunkter?

1.3 Definitioner av begrepp

Centrala begrepp i uppsatsen är spel och beroende.

Spel är ett brett begrepp som innefattar en mängd olika aktiviteter, genomförda i många olika miljöer med lockelser för många slags människor och uppfattade på många olika sätt av deltagare och observatörer (Rönneberg, 2000). Oförmåga att förstå denna mångsidighet i begreppet begränsar allvarligt den vetenskapliga förståelsen av spel. Ett annat skäl till att man bör söka förstå det mångfasetterade i spel är den ökande kunskapen att vissa former av spel bidrar mer till att skapa spelproblem än andra (Rönneberg, 2000).

Det vi syftar till i uppsatsen när vi använder oss av begreppet spel är att spel om pengar respektive datorspelande.

Beroende definieras av Nationalencyklopedin (2007) som ”okontrollerbart begär efter njutnings- eller berusningsmedel”.

För att definiera ett beroende använder sig psykologen Thomas Nilsson (2002) av sex kriterier; upptagenhet, sinnesförändring, toleransökning, abstinenssymtom, konflikter (både

externa och interna) samt återfall. Det första kriteriet, upptagenhet, består i att man är helt upptagen av att utföra det beteende eller den aktivitet som man är beroende av. Detta dominerar livet totalt och man gör mycket uppoffringar för att skydda sitt beroende. Man förväntar sig positiva effekter av det man gör, som att man ska må bättre, att vardagen ska bli lite roligare, bli rikare eller kanske slippa tankar och känslor som är jobbiga. Nilsson (2002) menar att sinnesförändringen består i att det är en snabb genväg till att må bättre när man är inne i sitt beroende. Den positiva effekten uppnås på några sekunder och startar redan i den förväntan och fantasi som är en stor del av förklaringen till att människor blir beroende och fortsätter med sitt beteende. Toleransökning innebär att man hela tiden måste öka "dosen" för att nå den önskvärda effekten, för att uppleva kicken. Abstinenssymtom uppkommer då man inte får den dos som man är van att få, symtomen består oftast i både fysiska och psykiska besvär (ibid.).

1.4 Tidigare forskning

Sökandet efter tidigare forskning inom vårt valda område var inte helt enkelt, visst finns det forskning men relativt lite ur den spelberoende individens perspektiv. Vi upplever att det ännu inte har forskats så mycket på just spelberoende och framför allt inte om dataspelsberoende. Köhlhorn (1994) menar att några svårigheter som återfinns i forskningen om spelberoende är bland annat att det inte finns någon entydig definition av spelberoende som är användbar i forskning vilket medför att det blir svårt att forska kring själva problemet. Dessutom menar Köhlhorn (1994) att människor med spelberoendeproblematik ofta är duktiga på, och måna om att dölja sitt missbruk för omgivningen.

Jakten på Jackpott

Psykologen Thomas Nilsson som arbetar vid Spelinstitutet tar i sin bok *Jakten på Jackpott* (Nilsson, 2002) upp vad det är som lockar med spel samt vilka det är som spelar och hur ett spelberoende utvecklas. Några förklaringar som i Nilssons bok ges till varför man väljer att spela är för att glömma vardagens bekymmer och få lite underhållning för stunden. Spel kan ses som något spännande och en chans till att vinna pengar, något som många människor drömmer om. För andra kan spelet bli ett sätt att fördriva tiden eller ett effektivt sätt att fly verkligheten. Andra tänkbara orsaker som det finns till att människor spelar kan vara att spelet blir en form av problemlösning där man får chansen att visa att man har de rätta kunskaperna och visheten för att "pricka" in rätt nummer, kort, lag osv. (Nilsson, 2002). När man pratar om spelare så skiljer man mellan normalspelaren, problemspelaren och den spelberoende. Normalspelaren kännetecknas av att personen har spelet som en hobby och har kontroll på sitt spelande oavsett anledningen till att personen spelar. Problemspelaren kan ha problem med sitt spelande vid vissa tillfällen och personen lägger ner mycket tid på spelandet. Här brukar det vara själva tidsfaktorn som ses som varningssignalen snarare än pengarna. Personen har oftast fortfarande resurser i sitt förfogande som täcker spelandet. Man är oftast känslig för vad omgivningen säger om spelandet och kan välja att sluta spela om positiva saker händer för övrigt i vardagen. För den spelberoende är de negativa konsekvenserna av spelandet överhängande. All tid och alla pengar används nu till spelandet och personen får allt svårare att klara av sitt jobb och andra vardagssysslor då spelandet dominerar. Stress och oro är ett vanligt förekommande inslag i personens liv (Nilsson, 2002).

Spelberoende är svårt att upptäcka då det är ett beroende som inte uppvisar fysiska symtom och på så sätt inte är ett synligt beroende. För alkohol- och narkotikaberoenden har samhället väl utvecklade handlingsplaner, och det satsas även större summor på vård och behandling

samt förebyggande insatser inom detta område jämfört med spelberoende. Det vanligaste symptomet på spelberoende är skulder och lån, men då detta inte är något ovanligt i dagens samhälle kan det lätt bortförklaras. Detta är en bidragande orsak till att ett spelberoende ofta hinner bli allvarligt innan omgivningen eller spelaren själv reagerar. Till detta kommer även att många spelare upplever känslor av skam och skäms inför det faktum att de inte kan kontrollera sitt spelande. Resultatet blir att många spelberoende kämpar med både sin ekonomi och med att hemlighålla sina skulder. Många människor som är spelberoende söker inte hjälp förrän situationen blivit desperat för dem (Nilsson, 2002).

Spelindustrin

Spelindustrin omsatte 36 miljarder kronor i Sverige under 2004. Detta innebär 4000 kronor per person och år. Mellan 130-150 000 personer i Sverige har någon form av spelproblem, varav 25- 50 000 anses vara allvarligt spelberoende. Mest beroendeframkallande är spel på automater, men även hästspel, spel på Oddset och spel på kasino är riskspel för att utveckla ett spelberoende. Det är tre gånger vanligare att män blir spelberoende än att kvinnor blir det, och det vanligaste spelet bland män är spel på hästar. För kvinnor som utvecklar ett spelberoende är det oftast orsakat av bingospel (Slutaspela, 2007). De spel som kan ses som snabbt beroendeframkallande är de spel med kort tid mellan insats och utslag, samt att insatsen är obegränsad. Det är också viktigt att eventuell vinst betalas ut fort och därmed direkt kan satsas på nya spel. Dessa former av spel ökar känslan hos individen av att ha goda vinstmöjligheter och ger en falsk illusion av att individen själv kan påverka utfallet. Exempel på sådana spel är tips och trav, där spelaren kan använda sina kunskaper inom spelet och på så sätt innehar en ökad tro på sin vinstmöjlighet (Kühlhorn, 1994).

De människor som har utvecklat ett spelberoende har oftast vissa kännetecken som bland annat är att de oftast började spela i tidig ålder och inte sällan är spel något som är socialt accepterat inom familjen. Vidare kan en annan faktor som påverkar vara att man exponeras för spel i hög utsträckning i sin närmiljö där man rör sig dagligen. Ofta beskrivs första upplevelsen av spel som en positiv känsla, något spännande och att det gav en kick för individen. Det fortsatta spelandet kan motiveras av både vinster och förluster. Har man vunnit så vill man gärna uppleva denna känsla igen och spelar därför vidare medan om man har förlorat så spelar man vidare för att vinna tillbaka det som man redan förlorat (Stymne, 2002).

Spel i ett antropologiskt perspektiv, Bindes faktorer för vad som gynnar spridningen av spelande

Sociologen Per Binde tar i sin artikel "Spel i ett antropologiskt perspektiv"(2005) upp fyra faktorer som belyser de förhållanden som gynnar spridningen av spelande. Dessa fyra är förekomsten av pengar, social ojämlikhet, nomadiskt levnadssätt samt spel mellan nordamerikanska indianstammar. Den faktor som i första hand gynnar spelandet är förekomsten av pengar. Förklaringen ligger i att pengar är det främsta betalningsmedlet och där det förekommer pengar, förekommer det med stor sannolikhet spel. För många människor kan spel ses som en snabb väg till att få det bättre ekonomiskt sett. Binde tar i sin artikel upp att spel ser olika ut i olika samhällen men att fokus ligger på att spelarna kan få ut mer av spelet än vad de behöver satsa. I många samhällen betyder pengar prestige och på grund av detta kan spel vara en lockelse för många då chansen ändå finns där att kunna nå detta mål. Drömmen om storvinsten är det som i många fall styr spelaren och många människor dras till spel med låg insats och höga vinster som de tror kommer att förändra deras liv (ibid.).

Kühlhorns uppdelning av individer som spelar

Sociologen Eckart Kühlhorn som är professor vid Stockholms universitet har gjort en indelning av olika spelarpersoner i sex olika kategorier där han menar att den största skillnaden utgörs av hur deras spelande karaktäriseras.

- Professionella spelare; karaktäriseras av tålmod och kall beräkning och betraktar spelandet som ett arbete.
- Kriminella spelare; liknar professionella spelare, men dem ägnar sig åt illegalt spel.
- Tillfälliga sociala spelare; karaktäriseras av att de kan låta bli att spela utan att beröras av det, hit hör majoriteten av alla människor som spelar.
- Seriösa sociala spelare; karaktäriseras av att de inte låter spelandet inkräkta allvarligt på andra aktiviteter. De deltar i spel regelbundet och ägnar mycket stor tid åt att lära sig spelet
- Sociala flyktspelare; spelar för att slippa negativa känslor.
- Patologiska spelare; karaktäriseras av sitt beroende och deras oförmåga att sluta spela.

Dessa karakteristika menar Kühlhorn (1994) passar in på DSM-IV: s definition av spelberoende, som Nilsson (2002) visar i sin bok *Jakten på jackpott*. Spelberoende kännetecknas enligt i DSM-IV av att man under en längre tid har ett återkommande okontrollerat spelande som inte kan förklaras med en tillfällig manisk period. Om individen uppvisar minst fem av följande tio kriterier benämns man som spelberoende:

1. Tänker ständigt på spel (t ex är upptagen av att tänka på tidigare spelupplevelser, av att planera nästa speltillfälle eller av att fundera över hur han eller hon kan skaffa pengar att spela med).
 2. Behöver spela med allt större summor för att han eller hon skall uppnå den önskade spänningseffekten.
 3. Flera gånger misslyckats med att kontrollera, begränsa eller sluta upp med sitt spelande.
 4. Rastlös eller irriterad när han eller hon försöker begränsa eller sluta upp med sitt spelande.
 5. Spelar för att slippa tänka på sina problem eller för att söka lättnad från nedstämdhet (t ex hjälplöshetskänslor, skuld, ångest, depression).
 6. Efter att ha spelat bort pengar återvänder han eller hon ofta en annan dag i syfte att revanschera sig ("jagar" förlusterna).
 7. Ljuger för anhöriga, terapeuter och andra personer för att dölja vidden av sitt spelande
 8. Har begått brått som förfalskning, bedrägeri, stöld eller förskingring för att finansiera sitt spelande.
 9. Äventyrat eller förlorat någon viktig personlig relation, anställning, utbildnings- eller karriärmöjlighet på grund av spelandet.
 10. Förlitar sig på att andra kan ordna fram pengar för att lösa en finansiell krissituation som uppstått på grund av spelandet.
- (Nilsson, 2002).

1.5 Uppsatsens struktur

Vi kommer att presentera och motivera vårt val av metod i nästkommande kapitel, kapitel två. I detta kapitel kommer också en diskussion om vår studies validitet, reliabilitet, och generaliserbarhet att återfinnas, liksom en redogörelse för våra etiska överväganden.

I kapitel tre kommer vi att presentera uppsatsens övergripande teoretiska referensram, och de tre teorier vi valt att arbeta med.

I kapitel fyra presenteras vår empiri tillsammans med vår teoretiska analys av materialet,

detta kommer ske i fyra underkapitel som vart och ett representerar en fas i spelberoendeprocessen. Dessa fyra faser har kommit ur vårt intervjumaterial. Avslutningsvis finns ett kapitel där vi för en diskussion kring uppsatsens resultat och återknyter till våra frågeställningar.

2. Metod

2.1 Metodval

De metoder vi valt att använda oss av är kvalitativa forskningsintervjuer samt litteraturstudier. Anledningen till att vi valde litteraturstudier var för att det fungerade som ett komplement till vår egen empiri. Litteraturstudierna gjordes för att införskaffa en kunskapsbas om vårt för studien valda område, spelberoende.

Då syftet är att ta reda på hur början av ett spelberoende och vägen ut ur det kan se ut genom att beskriva sex enskilda spelkarriärer, tyckte vi att den kvalitativa forskningsintervjun fungerade bra för detta ändamål. Larsson (2005) menar att den kvalitativa forskningsintervjun möjliggör att försöka nå kunskap om individens subjektiva upplevelser utifrån hennes egna ord, uttryck och meningsbeskrivningar, vilket möter vårt syfte väl. Även Kvale (1997) beskriver hur den kvalitativa forskningsintervjun har som mål att erhålla beskrivningar av den intervjuades livsvärld, och att själva syftet är att beskriva och förstå de centrala teman som intervjupersonen upplever och förhåller sig till.

2.2 Tillvägagångssätt

2.2.1 Litteratursökning

För våra litteraturstudier har vi sökt information i olika databaser, såväl Göteborgs universitets egna - Gunda – som den nationella Libris och den för socialt arbete, Social Services Abstracts samt Sociological Abstracts.

Även regelrätta internetsökningar har gjorts. För att finna information om vårt ämnesområde har vi använt sökord som ”spelberoende”, ”spelteori” ”vägen ut” ”vändpunkter” samt dess engelska motsvarigheter i form av ”addictive gambling”, ”gambling theory”, ”exit process” och ”turning point” och utifrån dessa fått en uppsjö av träffar som vi sedan fått titta på och avväga huruvida det kunde vara användbart för oss eller inte.

2.2.2 Intervjuerna

Urval

Vårt mål var att göra intervjuer med före detta spelberoende som numera är spelfria. Vi trodde från början att det skulle kunna bli svårt att få kontakt med denna grupp, då ämnet, att berätta utförligt om sitt spelberoende, kan upplevas känsligt. Det kan också tänkas att den form en uppsats som denna utgör, en skriftlig utsaga som många kommer att ta del av, kan göra personer tveksamma att delta. För att få kontakt med gruppen spelfria spelberoende tog vi kontakt med Spelberoendes förening i Göteborg och fick möjligheten att delta på några av deras öppna möten. Vid dessa möten fick vi tillfälle att presentera oss själva och vår uppsatsidé samt hur vi hade planerat att gå tillväga. Nästa steg blev att sätta upp ett kontaktbrev där vi efterfrågade intresserade informanter, vi sökte fem stycken då vi bedömde det vara ett lämpligt antal med hänsyn till vår studies storlek och den typen av intervjuer vi planerat (Kontaktbrevet kan ses som bilaga nr 1). Vi lät kontaktbrevet sitta uppe ca en vecka, och då hade vi fått sex stycken anmälningar, och vi beslutade att ta med samtliga i uppsatsen. Tillvägagångssättet med kontaktbrev innebar att vi inte kunde påverka spridningen av kön, ålder, tid som spelberoende eller tid som spelfri så den spridningen har blivit slumpmässig. När vi tog kontakt med de intresserade visade det sig att det ändå var en relativt god spridning vad gäller ålder, tid som spelberoende och tid som spelfri. Däremot var alla informanter män,

men eftersom vi inte var intresserade av att göra en jämförande studie mellan kvinnor och män, tyckte vi inte att det hade någon nämnvärd påverkan.

Intervjustrategi

Den intervjustrategi vi valde att använda oss av var att formulera en intervjuguide med fyra olika temaområden och till varje temaområde formulerades olika öppna frågor. Vårt mål med denna intervjuguide var att den skulle fungera som vägledning för oss som intervjuade, men utan krav på att frågorna skulle ställas ordagrant eller i en viss ordningsföljd. Vi ville lämna utrymme för informanten att fritt kunna uttrycka sina erfarenheter och möjlighet att för oss som intervjuade att kunna ställa spontana följdfrågor. Larsson (2005) väljer att benämna denna strategi "den allmänna intervjuguiden" och Kvale (1997) väljer att kalla den halvstrukturerad. Vi valde också denna intervjustrategi med möjligheten att låta frågorna följa intervjupersonernas svar i åtanke. Intervjuguiden kan ses i sin helhet i Bilaga 2.

Förstudie

För att få en uppfattning om vår intervjuguides tillförlitlighet och för att se huruvida vi behärskade vår valda form för intervju, gjorde vi en provintervju (Kvale 1997). Provintervjun genomfördes med en frivillig från Spelberoendes förening, som numera är spelfri. Intervjun ägde rum på Spelberoendes förening, i ett av deras samtalsrum. En annan viktig anledning till att göra en provintervju var att få en uppfattning om tiden intervjun tar i anspråk, för att vi skulle kunna planera vår tid och informera våra informanter om detta. Under provintervjun använde vi oss av bandspelare och efteråt skrev vi ut intervjun i fulltext, för att se hur texten fungerade i tryckt form och om vi fått fram tillräcklig information för textanalys. I direkt anslutning till intervjun diskuterade vi genomförandet med informanten för att få feedback på hur intervjusituationen upplevdes, både genomförandet och frågorna. Responsen vi fick var positiv, och efter vidare diskussion med vår handledare beslöt vi oss att behålla intervjuguiden i sitt ursprungliga utförande.

Genomförandet

Så snart det var möjligt bokade vi in tider för personlig intervju. Merparten av dessa intervjuer genomfördes i Spelberoendes förenings lokaler i samma samtalsrum som provintervjun, då detta var en träffpunkt där informanterna kände sig bekväma. En utav intervjuerna genomfördes av naturliga skäl på den anstalt som informanten vistas på, och vid denna intervju kunde inte bandspelare användas p.g.a. kriminalvårdens regelverk. Vid övriga intervjuer användes bandspelare. Platsen för intervjuerna var lugn och ostörd. Man kan tänka sig att bandspelare skulle kunna verka hämmande, varför vi redan i informationsbrevet valde att berätta om planen att använda bandspelare förutsatt att det var okej för intervjupersonen. Vi har inte upplevt användandet av bandspelare som störande under någon av våra intervjuer.

Vi valde att låta en av oss leda intervjun och att denna som ledde släppte in den andra när tillfälle gavs, ofta efter ett avslutat tema. Alla våra intervjuer började vi likadant, det kändes viktigt för oss att alla fick samma information i början. Vi började med att gå igenom upplägget, d.v.s. vi berättade om temana som intervjun skulle röra sig kring och vem av oss som skulle leda intervjun, samt att den vi intervjuade hade möjlighet att "passa" frågor som inte kändes bra att svara på, samt att materialet i uppsatsen skulle vara anonymt, och att intervjuerna i fulltext endast skulle hanteras av oss som skrev uppsatsen, samt vår handledare. Vi informerade också om att vi skulle skicka en kopia av deras utskrivna intervju för godkännande för användning i uppsatsen. Samtliga intervjuer har varat mellan en till en och en halv timme.

2.2.3 Bearbetning och analys

När alla intervjuer var avslutade började vårt arbete med att transkribera, och vi valde att skriva ut de intervjuer som den andre av oss lett, med ambitionen att få utskriften så korrekt som möjligt. Att själva skriva ut intervjuerna ordagrant blev också ett sätt att återupptäcka materialet och ingående studera dess nyanser. Att ordagrant transkribera var också ett sätt att ge informanterna full insyn i den textmassa vi kommer att arbeta med i uppsatsen, och redan här ge de en möjlighet att ta bort avsnitt som för dem inte känns rätt att ha med i tryckt form. Att lämna ut intervjun utskriven ordagrant i sin helhet tänkte vi också skulle ge informanterna en möjlighet, om de så önskade, att utöka sina svar. Dock var det ingen av våra informanter som hade några invändningar mot användandet av materialet, och vi kunde snabbt inhämta skriftligt godkännande utav var och en.

Inför vår presentation av resultaten i kapitel fyra har vi valt att omarbeta texten från sin direkta form till en sorts berättelseform, men kombinerat det med längre insprängda citat där vi känner att informantens sätt att uttrycka sig görs störst rättvisa i citatform.

Att ha omvandlat text till berättelseform har gjorts med syftet att göra texten mer lättillgänglig för läsaren och också för att bättre kunna tillgodose konfidentialiteten, då speciella uttryckssätt och ordval som kan vara igenkänningsfaktorer utelämnas (Kvale, 1997).

Citaten har vi valt att ha med efter etiska övervägningar om dess nytta resp. ev. skadeverkning för individen.

Kvale (1997) menar att då en kvalitativ forskningsintervju syftar till att beskriva och tolka de teman som förekommer i intervjupersonens livsvärld, föreligger det också ett obrutet sammanhang mellan beskrivning och tolkning. Vi har valt att analysera vårt empiriska material med hjälp utav analysmetoden meningskoncentrering, vilken innebär att vi har kortat ner längre uttalanden till kortare sådana, vi har omformulerat den väsentliga innebörden av svaren till kortare meningar (ibid.). I analysarbetet gjorde vi mönstersökning i texterna för att kunna hitta eventuella gemensamma drag bland våra informanter.

2.3 Validitet, reliabilitet och generaliserbarhet

Frågan om studiens tillförlitlighet och trovärdighet har i viss mån redan tagits upp i föregående stycken om metod, där vi haft ambitionen att på ett så tydligt sätt som möjligt visa hur vi intervjumässigt gått tillväga. Vad gäller reliabiliteten i vår studie anser vi att man bör ta i beaktande att vi som intervjuare ofrånkomligen har en påverkan på både själva intervjun, men också på intervjupersonen, eftersom intervjun genomförs i form av ett samtal mellan oss båda. Ett sätt för oss att uppnå högre reliabilitet är därför att vara noggranna med att i rapporteringen, d.v.s. uppsatsen, presentera och visa på hur vi har gått tillväga i intervjusituationerna (Larsson 2005). Trost (1997) menar att ett sätt att uppnå en god trovärdighet i en kvalitativ studie är att visa på att data är insamlad på ett sådant sätt att de är seriösa och relevanta för den aktuella problemställningen.

Till validitetsfrågan hör också de etiska aspekterna, både avseende datainsamling och avrapportering (ibid.), och våra etiska övervägande har vi därför valt att diskutera mer utförligt i kommande delkapitel 2.4.

Vi har valt att arbeta induktivt med deduktiva inslag. Vår ansats är induktiv, att låta teori och begrepp växa fram ur vårt intervjuarbete (Larsson 2005), då vi fann detta sätt att arbeta inspirerande eftersom det tillåter empirin att stå i fokus. Detta tillvägagångssätt kan dock anses ha påverkan på validiteten, då det saknas färdiga begrepp att mäta (ibid.).

Den deduktiva delen av vårt arbete har bestått i att vi i vår intervjuguide utarbetat centrala teman och ett tidsperspektiv. Detta var dock till för att öppna upp frågeområden, och har inte verkat styrande i intervjuerna.

Andra saker som skulle kunna ha påverkan på validiteten kan vara vårt tillvägagångssätt att leda intervjuerna varannan gång, då olika intervjuare kan påverka utfallet. Samtidigt har vi dock båda varit närvarande och delaktiga i alla intervjuer, varför vi bedömer denna påverkan som mindre.

På grund av den tidsbegränsning en c-uppsats innebär blir det därför, i de fall det handlar om kvalitativa forskningsintervjuer, en till omfattningen sett liten studie med få intervjuer.

Målet med vår studie har dock aldrig varit att dra några allmängiltiga slutsatser, utan snarare att beskriva ett fenomen ur ett inifrånperspektiv. Vi är medvetna om att om vi skulle ha intervjuat sex andra tidigare spelberoende personer skulle vi inte ha fått exakt samma svar som nu. Det resultat vi har fått fram belyser våra sex informanternas upplevelser, och för att kunna dra några allmänna generaliserbara slutsatser om spelberoende skulle det krävas en större studie.

Larsson (2005) menar att frågan om generaliserbarhet i kvalitativ forskning nästan blir irrelevant, då forskarna sällan är intresserade av att uttala sig allmängiltigt, utan snarare att uttrycka sig om det subjektiva och unika, vilket vi hoppas har framgått gäller även för vår studie.

2.4 Etiska överväganden

Eftersom vi valt att undersöka ett känsligt ämne och fått förtroende av våra informanter att skildra deras upplevelse av deras beroende har vår ledstjärna varit att skydda dem genom att tillgodose deras anonymitet. Konfidentialiteten i en studie har en central roll i det etiska övervägandet, och innebär att det i studien inte ska vara möjligt att spåra intervjupersonernas identitet (Kvale 1997). Eftersom vi i presentationen av vårt resultat tänkt oss att ha textstycken med citat från intervjuerna var det extra viktigt att tänka på att tillgodose informanternas rätt till anonymitet i användandet av dessa, bl.a. genom att erhålla samtycke från intervjupersonerna till att publicera dessa textstycken (ibid.). Det bör också av oss som forskare övervägas vilka eventuella konsekvenser undersökningen kan få för våra intervjupersoner, fördelarna med att erhålla ny kunskap ska tydligt överväga den eventuella skaderisken (ibid.). Trost (1997) menar att det ur etisk synpunkt kan vara tveksamt att använda alltför många direkta citat från intervjuerna. Vi har valt att ha en hel del citat insprängda i texterna, och har vägt detta mot det vi tycker att man vinner på denna framställning. Våra intervjupersoner har alla varit mycket öppna med sitt tidigare spelberoende och har gett sitt tydliga skriftliga godkännande för användningen av citat. Vi har inte valt citat som innehåller ord och uttryck som eventuellt gör intervjupersonerna igenkänningsbara. Vidare har vi medvetet undvikit att fråga sådant vi inte har användning för i vår studie, om informanternas bakgrund och uppväxt.

Eftersom vi i egenskap av intervjuare får ta del av privat information har vi tagit hjälp och utgått ifrån de forskningsetiska principer för humanistisk och samhällsvetenskaplig forskning som utarbetats av Vetenskapsrådet (2007). Vi valde att ha en genomgång innan intresseanmälan sattes upp, där vi informerade om villkoren för deltagandet, hur vi skulle använda och hantera informationen, samt att deltagandet var frivilligt och att de medverkande har rätt att dra tillbaka sin medverkan närhelst under studiens gång. Det har varit viktigt för oss att fokusera på detta då vi tänkte oss att grundlig information skulle kunna påverka antalet intresserade informanter positivt.

Ett informerat samtycke är en nödvändighet och innebär att deltagare i studien informeras om syftet, möjliga för- och nackdelar för deras del, att de deltar frivilligt och har rätt att avbryta sitt deltagande (Kvale 1997). Vi valde att ta upp detta både i början av kontakten med intervjupersonerna och innan själva intervjuerna startade, inte minst för att kunna minska risken för avbrytande från intervjupersonernas sida p.g.a. bristande information om syfte o. dyl. Detta samtyckeskrav sammanfattar i princip de fyra regler som Vetenskapsrådet (2007) formulerat för samhällsvetenskaplig och humanistisk forskning. Individskyddskravet innebär att individer inte får utsättas för psykisk eller fysisk skada, förödmjukelse, kränkning eller otillbörlig insyn i sina livsförhållanden (Vetenskapsrådet 2007).

Då vi använt bandspelare vid intervjuerna, har det inneburit att vi haft ansvar för förvaring av banden med det inspelade materialet. Vi har valt att förvara banden hemma hos oss själva på ett sådant sätt att utomstående ej kunnat få tillgång till dem. När arbetet med utskrift av intervjuerna och efterföljande arbete med texten varit avslutat, har vi förstört banden.

3. Teoretiska utgångspunkter

3.1 Teoretisk referensram

Det övergripande teoretiska perspektiv som vi låtit vila över vår uppsats är det symboliskt interaktionistiska. Vi har valt att studera spelberoende som process utifrån initiering och vändpunkter, samt individernas roll som spelare. Process, vändpunkt och rollgestalt är signifikativa begrepp för symbolisk interaktionism (Månsson, 2002).

Inom ramen för detta perspektiv har vi valt ut teorier som vi funnit vara väl förenliga med vår empiri.

3.2 Ett aktörsperspektiv

Erving Goffman ses som skapare av den dramaturgiska sociologin i dess empiriska tappning med sitt aktörsperspektiv (Charon, 1998). Han gör tidigt klart att han har för avsikt att studera ögonblicken och deras människor. Med detta betonar han att människan i hög grad bestäms av situationen, av det sociala spel hon bedriver tillsammans med andra människor i varje given situation (Charon 1998). Han benämner det sociala livet som ett drama utspelat på en scen (staged drama). Men han benämner också interaktionen vid något som liknar en religiös ceremoni och där dessa två karaktärsdrag av social interaktion, drama och ritual, komplimenterar varandra. Ett centralt begrepp som Goffman använder sig av är "the Self" som ses som en framställd rollgestalt som uppstår på en scen som visas upp (ibid.).

Ett annat begrepp som Goffman använder sig av är aktör, som är en relativt oförutsägbar, ännu inte formgiven gestalt. Under det obekanta döljer sig inte någon distinkt personlig profil, utan något diffust som kan komma att ta sig olikartade former. Aktören träder in på en scen där det finns och ibland inte finns, andra aktörer som även de liknar den förste aktören. Scenen finns alltid i en fysisk form, inkluderande den rekvisita av ett mer eller mindre påtagligt slag som aktören förfogar över. Denna inramning benämner Goffman setting, vilken utövar ett bestämmande inflytande över slutresultatet. (Berg, 1998). Den sociala inramningen består av en sida utåt som Goffman benämner frontstage, där ett framträdande sker samt en inre sida som finns där bakom, backstage där intrycket av framträdandet sker (Charon, 1998). Scenens makt är att den sätter definitiva gränser för vad och vem, som det är möjligt att framställa. Men ingen aktör kan i längden bibehålla en av honom fastställd mening med sin rollgestalt utan stöd från en publik och medaktörer.

Goffman talar också om begreppet rolldistans och innebörden är att individen under sina sociala möten under sin livstid utvecklar en förmåga att urskilja sina olika roller och sig själv, och att utan konflikt pendla mellan dessa två. Tankegången kring detta har han utvecklat med hjälp av begreppsparet ärlig respektive cynisk aktör. Den ärlige aktören avser en person som inte är medveten om att det är en roll han spelar utan identifierar sig med rollen, medan den cyniske aktören är på det klara med att han spelar en roll och att han inte är identisk med rollen (Berg, 1998). Interaktionen och individens framträdande beskrivs som något som sker i en miljö som inspirerar dem, och samhället är en central plats som formar människor till vad de är.

I Charons (1998) bok "Symbolic Interactionism" tas upp att handlingar existerar i situationer. Individer definierar situationer och agerar efter dessa definitioner. Man definierar mål, kortsiktiga och långsiktiga och man ser objekt i situationen runt dessa mål. Individer är planerande aktörer, vi använder olika objekt i förhållande till våra planer. Sociala objekt är de objekt som är användbara/värdefulla för att uppnå mål i en given situation. Varje handling börjar med definierade mål och varje handling slutar med uppnådda mål, alternativt glömda mål. Objekt i situationen blir bundna till målet i situationen, och de är definierade i förhållande till vår användning för dem, objekt blir en del av vår plan/planen (Charon, 1998).

För ändamålet att förstå människans handlande så har George Herbert Mead delat upp individens handlande i fyra faser; impuls, perception, manipulation och fullbordan (ibid.) Perceptionen, varseblivningen är uppfattningen och tolkningen av den värld som omger mig. Här sker sinnesförmåelsen samt en tolkning av förhållandena där vi gör ett urval och bildar ramen för de handlingar vi ska vidta. Impulsen är drivkraften till handlingarna. Här finns de grundläggande behoven och likaså de utvecklade behoven som intressen och vanor. Det viktiga här är själva samverkan mellan perception och impuls. De påverkar varandra i begynnelsestadiet av en handling. Processerna i de perceptuella och impulsmässiga faserna ger upphov till idéer eller föreställningar med hänsyn till målet med handlingen. Individen, i egenskap av den planerande aktören, får föreställningar om vilka företeelser man skulle kunna uppleva om man genomför handlingen. Mead (Charon, 1998) talar om de "framtida löftena" med en handling. Med dessa föreställda löften som individen har som utgångspunkt tar handlingens väg plats. När individen ska vidta åtgärder har man tagit sig in i den tredje fasen, den manipulativa fasen, åtgärdsfasen av handlingen. Här flyttar individen objekt eller bearbetar dem eller flyttar sig själv. Det kan också vara att man följer en viss väg eller rutin (ibid.).

Efter den fasen kommer fullbordan där individen fullbordar handlingen, meningen med den fullbordade handlingen är att man uppnår vad syftet utlovade. Individen hoppas nå ett värde och att man har tillgodogjort sig något (ibid.). Poängen i Meads framställning av handlingens faser är att individer aktivt planerar, definierar och manipulerar sin omgivning för att uppnå mål. En given handling är orsakad av individens definition av situationen vid tillfället, inkluderande mål, planer, sociala objekt och framtida konsekvenser. Definitionen av den givna situationen är ett resultat från interaktion med "self" (tänkandet) och social interaktion (Charon, 1998).

3.3 Sociala sammanhang och sociala världar

Shibutani talar om hur människor tillhör olika sociala sammanhang och referensgrupper vilket kan benämnas att man tillhör olika sociala världar (Skårner, 2001). Den sociala världen är uppbyggd och binds samman av människors gemensamma intressen och aktiviteter och uppstår genom kommunikationskanaler som etableras genom mänskliga relationer. Den sociala världen innebär någon form av avskildhet från omgivningen och människor identifierar sig med dem som utgör deras sociala värld – de som innefattas av begreppet “vi”. De olika världarna utvecklar en egen kultur och ett eget kommunikationssystem och även specifika symboler, normer och värderingar förekommer där. Medlemmarna inom den sociala världen delar gemensamma perspektiv på den verklighet som råder där i och intar en gemensam ställning gentemot livet. Inom varje värld finns en rådande prestigestege och det som anses värdefullt i en social värld kan anses meningslöst i en annan (ibid.).

I det moderna samhället hör individer hemma i många olika världar samtidigt och rör sig mellan dessa. Alla människor deltar i och identifierar sig med flera olika sociala världar samtidigt vilket leder till att man måste lära sig att växla mellan olika beteenden och förhållningssätt för att möta kraven. Konflikter uppstår när man ställs inför motstridiga krav från de olika världarna. Då kan dessa krav tvinga fram ett val mellan olika sociala världar vilket kan leda till att individen upplever känslor av skam och skuld (Skårner, 2001).

Sheff menar att mellanmänskliga relationer och processer kan beskrivas och förstås i termer av sociala band (Skårner, 2001). En känsla som har koppling till socialt samspel är skam. Skamkänslor innebär att det sociala självet värderas negativt och en känsla av otillräcklighet och underlägsenhet grundläggs. Människans erfarenheter av sociala band är avgörande för vilken självkänsla man utvecklar. Scheff menar att god självkänsla ytterst handlar om frånvaro av kronisk skam. Skam ses som en dynamisk social process som ofrånkomligen involverar det egna jaget i relation till andra människor, vare sig det sker i ett verkligt interpersonellt samspel eller genom att individen i en inre dialog ser sig själv med andras ögon. Oidentifierad och förnekad skam ger upphov till hot mot de sociala banden och ligger till grund för destruktiva känslor och beteenden. På grund av skamkänslors rekursiva karaktär är det möjligt att fångas i en mer eller mindre kronisk spiral av skam som i värsta fall kan sluta i psykisk sjukdom, självmord eller mord (Skårner, 2001).

3.4 Att lämna en roll

Den amerikanske sociologen Helen Rose Fuchs Ebaugh (1988) har studerat uppbrottet från en roll som en process och utvecklat en teori om detta som har rötter från klassisk sociologisk rollteori, både strukturalistisk och interaktionistisk sådan. Fuchs Ebaughs (1988) teori om rolluppbrott behandlar uppbrottet som en process i flera faser, och menar att rolluppbrott är en social process som sker över tid och att det väldigt sällan sker som ett resultat av ett plötsligt beslut. Snarare menar hon att det sker över en tidsperiod, och att det ofta påbörjas innan individen är fullt medveten om vad som händer eller var händelser och beslut leder honom/henne. Fuchs Ebaugh väljer att dela rollutträdet i fyra faser vilka benämns *första tvivlen, sökande efter alternativ, vändpunkten samt att skapa en ex-roll*.

Första tvivlen

Det första stadiet kan enligt Fuchs Ebaugh definieras till när individen börjar ifrågasätta och uppleva tvivel kring det egna engagemanget eller åtagandet gentemot rollen. Det involverar en nytolkning av verkligheten och en insikt om att saker och ting inte är som de har verkat. Händelser och förväntningar som tidigare varit acceptabla börjar få ny innebörd,

och processen att tvivla innefattar att på nytt överväga åtagandet gentemot rollen, att omtolka rollens krav och att väga kostnaderna mot belöningarna av att möta dessa krav. Fuchs Ebaugh menar att detta tvivlets stadium är något som växer fram som en känsla av besvikelse eller vantrivsel med tillvaron, de grundläggande behoven blir inte uppfyllda. Vad är det då som leder till dessa första tvivel? Fuchs Ebaugh menar att det är en känsla som kan framkallas av specifika händelser, men också av förändringar i arbetsituationen, organisationsförändringar eller förändringar i relationen till närstående. Känslan av besvikelse och vantrivsel kan leda till irritation mot omgivningen och vidare till depressiva känslor. Detta uttrycks ofta genom olika grad av medvetna signaler till omgivningen. Omgivningen reagerar och ställer kanske frågor eller har undringar, vilket kan leda till medvetandegörande av känslorna hos den aktuella individen. Detta stadium kan för en del avstanna och aldrig övergå i nästföljande fas, i andra fall kan det vara utdraget över flera år och för andra kan det uppstå snabbt och också snabbt leda till en exit. Hur det blir kan bl.a. bero på hur omgivningen reagerar på när en person berättar om sina problem, ges stöd och bekräftelse får man emotionell avlastning och kanske råd om hur han ska förändra situationen, vilket kan ge kraft till att göra just detta (ibid.).

Sökande efter alternativ

Det första stadiet av tvivel följs av en period när individen söker efter och utvärderar alternativ och alternativa roller (Fuchs Ebaugh, 1988). Utmärkande för fasen är att de alternativen, som tycks oklara och svaga, tillslut, oftast när individen har medgett missnöje med den nuvarande rollen, klarnar och blir till medvetna planer. Sökandet efter alternativ blir ett medvetet steg i exitprocessen, och efter hand blir ett par alternativ sedda som möjliga att realisera, och individen söker sig till den gruppen som hon önskar tillhöra, och börjar identifiera sig med dess medlemmar. Fuchs Ebaugh använder här begreppet anticipatorisk socialisation (Hedin & Månsson 1998) vilket innebär en medvetandemässig och beteendemässig förberedelse för den nya rollen (ibid.). Även i denna fas vägs alternativens för- och nackdelar mot den nuvarande rollens. Den som vill bryta upp kan försöka utveckla kunskaper inom andra områden, som tidigare inte använts av honom/henne, eller undersöka möjligheten till andra sysselsättningar. Stödet från närstående har visat sig vara mycket betydelsefullt i denna fas, då de kan bistå med stöd och förståelse vilket kan ge individen insikten i att det går att välja en annan väg. Denna fas varaktighet kan liksom den förra också variera mycket, från veckor till år, bl.a. beroende på huruvida uppbrottet är oåterkalleligt, om uppbrottet är stigmatiserande eller socialt accepterat och hur stödet från den nära omgivningen ser ut. Om uppbrottet medför flera andra uppbrott, t.ex. i arbetsituationen, bostadssituationen eller i det sociala nätverket tar Fuchs Ebaugh (1988) också upp som viktiga faktorer med påverkan på fasens tidslängd.

Vändpunkten

Den tredje fasen består av vändpunkter, vilka skapar både positiva och negativa känslor hos den det gäller, och även för andra i nätverket runt omkring. Känslorna som beskrivs av Fuchs Ebaugh spänner över en bred skala, med alltifrån lättnad och glädje till skuld och rädsla för framtiden. I vissa fall kan de starka känslorna visa sig som en krisreaktion och variera stort i tid, ända upp till månader. Fuchs Ebaugh menar att vändpunkten har olika funktioner, att offentliggöra beslutet för andra, att minska det inre trycket i en situation med motstridiga krav och att mobilisera de resurser som individen behöver för att gå framåt i uppbrottet, denna mobilisering kan bl.a. vara att hämta stöd från den nära omgivningen. Fuchs Ebaugh talar om fem typer av vändpunkter; *utmärkande händelser* - när något plötsligt inträffar som leder till ett direkt beslut om uppbrott, *strået som bryter kamelens rygg* - en vardaglig händelse/händelser som fungerar som kulmen på ett förlopp och ger en känsla av att individen

inte står ut en endaste stund till utan att något förändras. Denna typ av vändpunkt beskrivs ofta metaforiskt, ex. ”droppen som fick bägaren att rinna över”. *Tidsrelaterade faktorer* – räknar Fuchs Ebaugh också som en vändpunkt och syftar då till ett uppbrott som om det inte sker innebär risk att situationen varar för evigt, hon jämför med de nunnor i hennes forskning som lämnat klosterlivet precis innan de skulle avge sina löften. En fjärde typ av vändpunkt kallar hon för *ursäkter* – händelser som i sig berättigar ett uppbrott, ex. hälsoskäl alternativt omorganisationer. Den sista och femte typen av vändpunkt som tas upp är det Fuchs Ebaugh kallar *antingen/eller – situationer*, vilket syftar till de situationer som individen upplever att ett uppbrytande är nödvändigt för att rädda antingen sin hälsa, livet eller något annat värdefullt för dem, och hon nämner uppbrott ur drogmissbruk som en sådan typ av vändpunkt.

Att skapa en ex-roll

Den fjärde och sista fasen rör sig kring två huvudteman enligt Fuchs Ebaugh, att avskilja sig från den gamla rollen och att skapa en ny identitet, en svår och många gånger smärtsam process då det ofta fortfarande finns förväntningar och reaktioner förbundna med den lämnade rollen, vilka nu måste bemötas och hanteras av individen. Spänningarna mellan individens förflutna, nutid och framtid kan, menar Fuchs Ebaugh leda till stor psykisk påfrestning, ambivalens inför det gamla och det nya, och även social isolering. I skapandet av en ny roll måste individen samtidigt ta hänsyn till och i viss mån införliva den gamla.

Hon beskriver hur en person som är i processen att etablera sig själv i en ny roll kämpar med att känslomässigt lämna bakom sig den självbilden och de normativa förväntningarna från den tidigare rollen.

Fuchs Ebaugh menar att ett viktigt ögonblick i exit - processen är när vänner, familj och andra runt omkring börjar se individen som något annat än en före detta. Vidare lyfter hon fram sex olika områden inom vilka det kan finnas svårigheter efter uppbrottet; att presentera sig själv, de sociala reaktionerna, intimiteten i nya relationer, att byta vänskapsnätverk, att förhålla sig till andra ur den ”gamla” miljön, och att handskas med resterna av den tidigare rollen.

Svårigheten med sociala relationer kopplar hon till exit - personens strävan att bli erkänd i sin nya roll och att få stöd från signifikanta andra i omgivningen. Ett uppbrott från en socialt stigmatiserad roll till en mer socialt accepterad roll får ofta lättare omgivningens stöd än tvärtom, och Fuchs Ebaugh ger exempel på missbrukare som gått till ”vanliga” människor som att gå från en socialt stigmatiserad roll till en accepterad sådan, och transexuella efter ett könsbyte som motsatsen.

Att förhålla sig till den gamla miljön innebär också vara en utmaning för individen, då det efter vissa uppbrott inte går att ha fortsatt kontakt med det gamla, detta är särskilt vanligt i uppbrott från missbruk och kräver ofta en mycket stark självdisciplin.

Slutligen tar Fuchs Ebaugh upp svårigheten att hantera resterna av den tidigare rollen, och menar vissa företeelser eller tillstånd kan ha en stark symbolik för den som gjort exit och framkalla en längtan tillbaka till detta. Dessa rester av rollen menar hon bearbetas omedvetet en lång period efteråt ex. genom drömmar (ibid.).

4. Resultat och analys

4.1 Intervjupersonerna – ett persongalleri

För att ge läsaren en känsla för kommande textmaterial har vi valt att presentera våra intervjupersoner kortfattat i ett persongalleri. Namnen är fiktiva och åldern är utsatt i form av jämna år. Vi väljer sedan att fortsätta med att presentera vår empiri i fyra kapitel, vilka hänger samman med de fyra faser som vi har uppfattat i våra intervjuer. Vi tar avstamp i början, vilket vi kallar ”debuten”, vilket följs av ”det rullar på”, ”spelet trappas upp” och slutligen ”vägen ut”. Efter varje kapitel följer en tillhörande analys. I ”debuten” skildras början av

spelandet, hur det såg ut och vad som hände. Delkapitlen ”det rullar på” och ”spelet trappas upp” skildrar spelet mellan initieringen och avslutandet i processen. Slutligen skildras upplevelsen av vändpunkter och sättet beroendet bryts på i kapitlet ”vägen ut”. I texten är orter och namn beskrivna med ett substantiv, t.ex. skulle Göteborg i texten skrivas som ”Stad”.

Anders är ~30 år. Intresset för kortspel väcktes redan i unga år när han var med när släkten spelade kortspel. Var aktivt spelberoende i tre år och spelade då nätpoker och på kasino. Är nu spelfri sedan två månader (mars-07).

Fredrik är ~50 år. Har varit aktiv spelare sedan -70-talet på trav och är nu spelfri sedan tre månader (april-07).

Jonas är ~20 år. Varit aktivt spelberoende sedan tidiga tonåren och är nu spelfri sedan 14 månader (april-07). Beskriver sig som en beroendepersonlighet och har spelat i huvudsak på maskiner och dataspel.

Johan är ~30 år. Har spelat dataspel sedan han var mycket ung, han var aktivt spelberoende i åtta och ett halvt år, och har nu varit spelfri i nio månader (mars -07).

Daniel är ~ 40 år. Spel har funnits med som en naturlig del inom idrotten under tonåren. Tippade och spelade blandade spel på nätet, har varit spelberoende runt fyra år och är nu spelfri sedan sex månader tillbaka (mars-07).

Erik är ~ 40 år. Var aktivt spelberoende i sex år, och spelade på maskiner, har idag varit spelfri fyra år och åtta månader (april -07).

4.2 Debuten

Anders

Anders berättar om en snabb debut i spelvärlden, och om hur en kompis på jobbet introducerade honom in i pokervärlden på Internet genom att han berättade för Anders om sin kompis som hade vunnit pengar på detta sätt. Anders berättar om hur jobbkompisen beskrev det, att den som vunnit hade vunnit stora pengar men inte varit särskilt smart, och det var då Anders började tänka att det kanske kunde vara något för honom, då han hade pluggat på högskola och pluggat ganska mycket matte och tyckte det var rätt kul.

Han berättar också att han tyckte det var rätt så kul med kort och så satte han sin första femhundring och började spela där. Han vann lite första gången, och tyckte hela grejen verkade kul, han och kompisen på jobbet pratade spel och han fick tips på böcker och Internetsidor som man kunde plugga på för att bli bättre och för att förstå hur spelets regler i pokervärlden. Anders berättar vidare att han efter det första tillfället fortsatte att spela till och från i ungefär en månad, och började spela bort pengar. Anders beskriver sig som väldigt ekonomisk, och därför tyckte han det var jobbigt när han förlorade pengar och minns särskilt ett tillfälle i början:

”Jag hade tiotusen kronor som jag hade lagt undan, jag minns inte till vad, men så började jag norpa på dom kommer jag ihåg, och jag tog en tusing och spelade bort den på en förmiddag, och sedan mådde jag jättedåligt, och tänkte att detta måste jag spela och vinna tillbaka. Bara jag vinner tillbaka den så slutar jag, men så förlorade jag”

Anders berättar själv att han bara såg spelet som en kul grej under denna period, och inte som ett beroende, men att han redan här efter de första förlusterna tänkte att han inte skulle spela mera.

Daniel

Daniel beskriver hur han brukade spela på stryktipset som ung tillsammans med kompisarna i sin idrottsförening, och detta följde med upp i åren. Han spelade både på tipset själv och tillsammans med några kompisar, men det var normalt spelande säger han, och inte om några större summor. Daniel berättar om första tillfället när han spelade för mycket:

”Första gången som jag reagerade på att jag egentligen spelade för mycket då, det var ju på nätet. När jag lämnade in mitt ordinarie tips och sådant via nätet, det var ju precis som att, ”äh, kan ju spela lite till när jag ändå var inne då”, så att, det var ju i ”Stad” när jag satt och spelade över nätet. Jag kom inte hem på helgen då, så jag skulle lämna in kupongen då så att man fick sina rader ändå. Så det var första gången, det var tror jag”

Daniel berättar själv att han tror att det var spelet på nätet som fick honom att börja spela för mycket, så länge han hade pengar i handen kunde han spela kontrollerat.

”Jag tror, de som trillar dit vinner alltid, i början. Man satt ju där och jättekäckt, du vann en massa pengar och det gick ju in på kontot direkt, det var ju jättebra! (skratt) Och på något sätt, ju mer du sitter vid datorn då och spelar, ju mer innesluten blir du på något sätt. Så du sitter, det blir helt tyst omkring dig, även om du har TV eller stereo i bakgrunden så blir det helt tyst, du har bara skärmen framför dig. Det är väldigt skumt alltså, men... men det är... det är liksom du och datorn och det är nästan det som triggar...”

Spelandet för Daniel gick i början upp och ner, han berättar att det var en period när han inte spelade, främst för att han inte fick chansen. Det var under sommarmånaderna, och mycket tid spenderades med familjen, och barnen var i perioder med honom på jobbet. Han berättar att han inte mådde dåligt av att inte kunna spela, men när hösten kom och barnen var tillbaka i skolan och Daniel på jobbet kom suget efter spelet tillbaka. Daniels jobb innebar mycket resor, så han berättar om att han var ensam på kvällarna och det var då han började spela igen.

”Det är liksom, det rullar på hela tiden, det är ju samma som poker, det är igång hela tiden, bara det att där måste du vara med hela tiden, poker på nätet... med andra spelare och så... så att det blev... man trodde ju att det var snabba pengar. Men det var jävligt snabba pengar ut kan jag säga, det var det ju, men det var inte lika snabba in (skratt)”

Erik

Erik beskriver sin debut i spelandet som nästan slumpmässig. Från början spelade han på travet tillsammans med fyra arbetskamrater och det var inget problem. Det var först när han upptäckte maskiner som han fastnade i spelet, han beskriver det så här:

”Jag kom upp till grillen hemma där i närheten där jag bor, och där satt de och spelade på såna där maskiner, och jag förstod att man kunde hämta ut kontanter för det som stod i displayen, en siffra som stod där, det var poängen och de kunde man byta ut mot pengar då, så jag frågade en kille som satt vid maskinerna där, kan man plocka ut pengar där, och han sa jajamänsan. Sen var det en maskin ledig jämte honom så han visade mig där, och jag la in en tjuga och vann högsta jackpotten på den satsningen jag gjorde då, och vann två och ett halvt tusen på direkten, första spelet”

Erik berättar att han är ganska övertygad om att det var denna händelse som var inkörsporten till spelet, att han fick en positiv upplevelse och en kick utav att spela. Redan två dagar senare gick han tillbaka till maskinerna och satsade en liknande summa och vann lika mycket igen, så på tre dagar hade han vunnit 5000 kronor. Han tror att det var detta som fick honom in på det han kallar feltänkandet, att man kunde få så mycket pengar på så lite tid. Följden för honom blev att han fortsatte satsa, och dessutom mer, men han fick mindre och mindre tillbaka.

Johan

Johan berättar att han nästan alltid varit spelberoende, i princip ända sedan barnsben. Han tänker tillbaka och berättar att sättet han alltid har löst konflikter på har varit att fly in i spelets värld. Han har alltid varit intresserad av spel och berättar att han är uppvuxen med spel, han hade en pappa som var mycket teknikintresserad, och de var tidigt ute med att ha både video och tv-spel hemma. Johan minns hur han fastnade för spel mycket tidigt, och kan minnas flera tillfällen när han hellre satt inne och spelade än var ute i solen och lekte med andra barn. Han berättar vidare hur spelandet redan i ung ålder var en verklighetsflykt för honom och att han spelade så mycket att han ibland hade svårt att skilja på vad som var spelet och verkligheten.

”Det var en verklighetsflykt så... jag spelade så mycket så att jag kommer ihåg att jag gick och fantiserade att jag var i spelvärlden fortfarande när jag gick till skolan och såna saker... och det hängde väl med i princip upp i åldern... så att ja... jag har väl alltid spelat på något sätt”

När han var liten fantiserade han mycket om spel och dess utveckling, och om att man i framtiden skulle kunna spela nätverk och tredimensionella spel. När sedan dessa spel faktiskt kom på riktigt och fanns tillgängliga fångade de snabbt Johans intresse och han berättar hur han glömde bort allt annat och bara satt och spelade.

Fredrik

Fredrik berättar hur spelet kom in i hans liv när han var i 20-årsåldern, och hade eget företag som gick bra, och han tjänade hyfsat med pengar. En kompis till honom föreslog att de skulle åka till travet på ”Travbanan”, och Fredrik följde med. Redan första gången vann han lite grann, och i och med att han hade som han uttrycker det ”gott om pengar” så tycker han egentligen att han kanske spelade lite för mycket redan då.

”Att vinna var jävligt skoj, och i och med det blev det att jag ville lära mig allt om travet va, och sedan den dagen hade jag travprogrammet fastklistrat under armen”

Fredrik gifte sig, och hans fru tyckte också det var kul med trav, så de blev ett helt gäng som åkte runt på travbanorna. Han berättar om hur de brukade lägga sin sommarsemester i ”Landskap” och åka runt på de olika travbanorna i trakten. Fredrik beskriver hur travet blev ett gemensamt nöje som hela familjen var med på. Han berättar vidare att han själv som han säger ”jag visste ju redan från början att jag var torsk” och menar att han alltid varit medveten om att han spelat för mycket, men det har aldrig stört honom och han har aldrig sett det som ett egentligt problem, eftersom han tyckte att han hade råd.

”Travet var ju från början varje torsdag, och jag visste ju att varje fredag fick jag pengar, så det var inget bekymmer, jag kunde köra i botten om jag så ville, men det är klart, om man tänker på vad man kunde gjort för alla de pengarna...”

Fredrik menar att travet är ett väldigt speciellt spel, och han tror inte att man kan jämföra travspelare med dem som spelar på kasinon, poker osv. Han tycker att det finns en viss tjustning med travet, i det att man kunnat gissa rätt och den bekräftelse detta ger. Han har aldrig själv varit lockad av nätspel eller kasinon, utan bara travet och menar att trav är ju något man kan ta på, inte enbart ett turspel utan något som handlar väldigt mycket om kunskap och intresse.

Jonas

Jonas berättar att han utvecklade ett spelberoende redan som barn, han såg spel som något väldigt spännande och roligt, och han fastnade tidigt i det. Det var dock längre fram i tonåren som spelandet på maskiner och dataspel blev ett allvarligt beroende.

”Det var något, ja, det fanns nog en slags trygghet i spel med. Vi spelade stryktips, brorsan och jag när vi var små, och när jag träffade min pappa så spelade vi flipper och sådär. Något som har med trygghet att göra, man mådde bra helt enkelt”

Jonas berättar om och hur han växte upp med sin mamma och sin halvbror, och att det inte fanns så stora medel att spela för, men när det fanns så spelade han. Hade han inte pengar att spela för så gjorde han något annat istället, ofta blev det fotboll. Han minns ett tidigt tillfälle när spelandet blev ångestfyllt, det var en resa till Danmark som 11-åring där han hade fått med sig lite pengar att handla för. Dessa pengar spelade han för på båten och kände sedan att det hade gått överstyr, att han hade spelat bort för mycket pengar. Han poängterar dock att det var ett enstaka tillfälle, och att det inte kändes så stort för honom då. Han tänkte inte på det på ett sådant sätt att det var ett problem, och inte heller hade han ett behov av att spela när han var liten.

Jonas tror att många gånger när man talar om spelberoende så tror man att det handlar om pengar, men det behöver inte nödvändigtvis vara så utan det kan likaväl handla om att du går in så fruktansvärt mycket för det du håller på med. Han berättar att han själv var fotbollstalang som liten, och riktade redan då väldigt mycket lust och passion på något speciellt, och tycker att han utvecklades till en beroendemänniska redan då. Även spelet blev senare något som han totalt gick in för och riktade mycket lust och passion mot, och han upplever själv att han nästan alltid varit manisk i det han gjort.

4.2.1 Analys

Alla våra informanter beskriver sitt första spelande som något roligt och något som gav något tillbaka i form av ett rus eller liknande. Jonas och Johan beskriver hur de gick in i spelet på ett totalt sätt, nästan uppslukades av det. Även Daniel beskriver liknande känslor när han spelade, en total avskärmning från yttvärlden. Goffman (Charon 1998) ser på det sociala livet som ett drama utspelat på en scen, där vi människor är aktörer, och framträdandet sker i en miljö som inspirerar aktörerna. Vi ser våra intervjupersoner som aktörer på spelets scen.

Varje scen har en tillhörande rekvisita (ibid.), som kan vara de olika spelattributen i form av maskiner, onlinespel, virtuella världar, reklamen, bilden av det glamorösa livet, som aktören har tillgång till. Scenen och rekvisitan tillsammans bildar det som benämns setting, och som utövar ett inflytande över slutresultatet (Berg 1998). Vi tänker oss att denna setting kan vara den starka lockelsen med spel och att ett spelberoende är det slutresultat som settingen påverkar.

I Fredriks fall beskriver han debuten i spelets värld som något gemensamt med sina vänner, där de hade samma intresse och uppfattningar om travet. Fredriks vänner är medaktörer på spelets scen (Charon, 1998), och de ingår i hans sociala värld. Shibutani menar att människor som har gemensamma intressen och aktiviteter, ingår i en gemensam social värld, vilken ofta innebär en avskärmning från omgivningen (Skårner, 2001). Övriga informanter, förutom Erik, beskriver också tydliga andra aktörer i form av med- och motspelare, som i egenskap av aktörer i den sociala världen delar perspektiv i hur de ser på verkligheten i denna sociala värld. Den sociala världen har en egen kultur, vilket också innebär egna normer och sätt att förmedla information (ibid.). Anders beskriver hur han efterhand läste på "kulturen" för att få tillgång till spelvärlden. Johan beskriver hur han hade svårt att skilja på spelets sociala värld och den andra "vanliga" världen, och hur han i vardagen var kvar i spelets värld och det som gällde där.

Mead talar om framtida löften i en handling, att individen/aktören har olika föreställningar om vad en genomförd handling skulle kunna leda till (Charon, 1998). Dessa föreställda resultat av handlingen blir utgångspunkt när den genomförs. Erik berättar om tanken på att spelandet kunde ge höga vinster, och Anders och Daniel beskriver att få snabba pengar, något även Fredrik fann lockande efter sin första vinst. För Jonas och Johan ser vi det framtida löftet i formen av en möjlighet till verklighetsflykt genom datorspelet.

4.3 Det rullar på

Anders

Anders berättar att efter att det hade gått ett tag så glömde han de där första gångerna, och att han alltid spelat när han har mått bra, t.ex. när han fått in sin lön, och när det kom in pengar nästa gång så spelade han igen. Tillslut berättar han att det blev att spelandet gick i system, och han spelade bort alla sina aktier och sparpengar. Anders berättar att han kände en viss lockelse av den bilden som målades upp av spelvärlden; Las Vegas med snygga tjejer och mycket pengar som gav status, en cool livsstil.

"Hela tiden lurar man ju sig själv, alltså när det hade gått dåligt hur många gånger som helst [...] ingen gång har man vunnit, eller visst, man har ju vunnit ibland och det är ju också det som har varit lite som en morot att man har fortsatt. Men det har hela tiden slutat på samma sätt, jag kanske har haft rätt mycket pengar men så har det gått åt helvete. Men ändå någonstans så finns det en liten tro att det här kan vända, jag kanske kan leva på detta, det finns där ändå, bli multimiljonär och hela den svängen då..."

Anders berättar att spelandet tog otroligt mycket tid, han tänkte på det konstant, la upp spelstrategier när han var på jobbet, slutade träna och förlorade mycket kontakt med vänner och familj. Han beskriver hur spelet blev ett sökande efter ekonomisk trygghet, och han tror själv att det hänger samman med det som han beskriver som en otrygg uppväxt med en mamma som var alkoholist.

"Men det är väl lite den här otryggheten som har hängt med mig hela livet som också gjorde att det att, jag trodde att fick jag tillräckligt med pengar så skulle jag vara tryggare ekonomiskt och då spelar det ingen roll vad som händer egentligen, om jag skulle förlora jobbet eller så. Så det var väl också det här lite, söka en trygghet... någon konstig trygghet. Och tillslut, spelet blir en flykt. Man mår jättedåligt och har ångest och hela den biten och då är det så himla gött att bara sätta sig ner, och kanske som jag gjorde ett tag då... var nere på kasinot ett par tre, fyra gånger. Det blev en verklighetsflykt, man bara flydde undan alla problem och sådär..."

Daniel

Daniels spelande fortsatte och tog mer och mer tid i anspråk, han berättar att han själv började pussla med tiden för att få mer tid till spelande. Konsekvenserna kom fort för Daniel, och han beskriver hur han avskärmade sig från familj och vänner, han slutade med idrotten och träningen och spenderade mer och mer tid framför datorn och vid spelandet. Till familjen sa han ofta att han hade extrajobb eller pappersarbete som behövde göras på helgerna, vilket gav honom tid att ensam sitta och spela.

”Jag lämnade mindre och mindre tid åt familjen när det började rulla på mer med spelandet, jag låste mig ju liksom, jag såg till att jag ibland var mer borta än vad jag behövde vara. Jag stannade, jag drog ut på jobb så att jag kanske fick en övernattningsrum till som jag inte behövde, kom fram kanske på torsdagskvällen istället för fredag förmiddag och då fick jag ju en kväll extra där, bara för att spela [...] så blev det mer och mer att man skyllde på att man hade pappersarbete, var tvungen att planera på helgerna. Ja, för då gick ju familjen ut och gick eller något annat istället så att jag satt ju själv men det blev inte mycket pappersarbete gjort faktiskt (skratt)”

I början tyckte Daniel att det var så lätt när han vann en summa pengar, och han tror att det triggade honom till ett fortsatt spelande. Vid tillfället tyckte Daniel själv att han spelade kontrollerat, men ändå höjde han hela tiden insatserna, men tyckte att han hade igen det genom vinsterna. Vid denna tidpunkt låg han inte heller på minus och hade inga lån, utan det var först senare som det gick utför när den första stora skulden kom.

Erik

I början berättar Erik att han tänkte att han hade full kontroll på sitt spelande, men nu efteråt kan han se att han började tappa kontrollen när han försökte rätta till sin ekonomiska situation genom att spela ännu mera. Han säger själv att det var dessa handlingar som var början till katastrofen för honom.

”Och sen dödade jag ju sen, i och med att det var en positiv upplevelse med spelet, jag mådde ju ganska bra när jag spelade, så var det också det jag flydde till när jag började må dåligt då, så jag valde det som en flykt ur mitt dåliga mående, men jag tror också att det som jag sa i början med min dåliga självkänsla och det här, att det var det jag flydde ifrån också. Att jag inte vågade ta konflikten, prata om problemet, istället för att börja prata om det i tid att jag skyddade mig bakom det här och bakom lögnerna och var som vadå jag har väl inga problem. Jag skyllde på att min fru hade börjat jobba halvtid och att det var därför vi hade dålig ekonomi. Det var så jag ville se det istället [...] man bygger upp en sån sanning för sig själv att man lever i någon slags fantasivärld på nåt vis”

Erik berättar att han alltid varit en väldigt skötsam kille, noga med att göra rätt för sig, betala räkningar i tid o.s.v. Efter att han hade spelat ett tag så insåg han när räkningarna kom att han inte skulle ha råd att betala alla, så då började han låna pengar av vänner och bekanta. Han berättar att han i början lyckades betala tillbaka genom att låna av andra, men till slut blev det för mycket att hålla reda på. Det kunde gå några månader innan vännerna hörde av sig och undrade över sina pengar, men till slut när de började undra kontaktade de hans fru och då frågade hon Erik varför han hade lånat pengar. För att dölja sitt spelande ljög han för sin fru om orsakerna, han säger själv att han är nog den enda med en helt ny bil som varit sönder och behövt repareras så många gånger. Lögnerna blev en del av vardagen. Andra konsekvenser som Erik berättar om är att han blev väldigt stressad och från att ha varit en positiv och glad kille blev han nu inbunden i sig själv, han berättar hur han kunde sitta i

egna tankar om hur han skulle lösa sina problem samtidigt som de var på släktkalas eller familjeträff. På samma sätt berättar Erik hur han satt på ett ställe och spelade och hörde dörren, skyndade sig att kolla så att det inte var någon han kände, och kunde då få en känsla av att det han höll på med inte var okej. Erik berättar att det var först efter en lång tids spelande, ca tre år, som han insåg att han var fast i det.

Johan

Johan började studera på högskola, matematik, som han redan tidigare läst på rätt hög nivå, och tyckte den nuvarande kursen var relativt lätt. Därför valde han att spela istället för att koncentrera sig på sina studier, och Johan berättar hur spelandet kunde pågå upp till nio timmar om dagen, sju dagar i veckan. När hans kurs fortsatte till en högre nivå kom Johan snabbt efter i studierna, och han sökte därefter till en ny utbildning och kom in. När någon påpekade för honom om han hade spelproblem blev han aggressiv för själv tyckte han inte att det stämde alls.

”Jag hade väl gjort en illusion av att allt var okej, jag var jätteaktiv i olika utskott, jag var verkligen sådär att jag var med i allt möjligt, och hade i princip möte varje dag från klockan fyra till klockan sex, och sen så satt jag och spelade”

Han berättar vidare att han under insparkstiden inte spelade något alls, utan istället umgicks han med andra och deltog i olika aktiviteter. Spelandet fortsatte dock, och efter att ha introducerats till ett nytt spel av en kompis, så urartade spelandet för Johans del. Han berättar att de spelade i skolans datasalar, men att när kompiserna gick hem på kvällen så blev Johan kvar och fortsatte spela. Han började byta datasalar för att undvika sin kompis som kom för att göra arbete så att han inte skulle se att Johan alltid satt och spelade. Johan säger att på samma sätt som spelandet var en verklighetsflykt när han var liten fyllde det samma funktion nu.

”Vardagen, den gråa trista vardagen, att sitta och tvingas plugga igenom en anatomibok på tolv tusen sidor, det var liksom inte... det var inte kul. Att sitta och spela spel istället ett par timmar, det var skitskoj. Det var bara det att timmar blev dagar”

Johan berättar att spelandet ökade tills han misslyckades med sina studier och i samband med det slutade han spela det aktuella spelet. Han påbörjade nya studier och då började han spela igen, på samma sätt som tidigare, studerandet var lugnt i början så då fungerade det, men sedan ökade antalet speltimmar mer och antalet studietimmar minskade. Johan beskriver spelandet som ett rent nöje för honom, att han där kunde vara i en värld som hade två olika alternativ, antingen var det rätt eller fel och det fanns inget däremellan.

”I verkligheten finns det ingenting som heter rätt eller fel, allt är baserat på hur folk vill ha det omkring sig, det är en väldigt stor grå sörja hela tiden, och... Det var så att i spelet kändes som att man kunde upptäcka saker och utforska nya världar. På jorden så känns det som att man har redan sett allt här. Liksom, man kan gå ut på nätet och kolla Google Earth så kan du se varenda centimeter av jorden, och såna saker. Så det kändes inte som att det fanns någon utmaning kvar i verkligheten, medan i spelvärlden så fanns det ju kvar det här att hitta nya vapen och hitta nya strategier. Nya världar och nya vänner och sådär. Fast det finns ju självklart det i verkligheten också, men då såg jag inte det så”

De funderingar som fanns om spelandet vid den här tidpunkten var att han tyckte att han behövde få kontroll över det, men någon tanke på att helt sluta spela fanns inte.

Fredrik

Efter några år flyttade Fredrik och hans kompisgäng en våning upp till restaurangen på travet, och hade eget bord där som de nyttjade varje torsdag. Fredrik beskriver travet som något gemensamt med vännerna, då de flesta i hans vänkrets i stort sett alltid varit inne på spel och spelande, främst på travet.

”Det var så socialt vet du med hela gänget, man längtade ju till torsdagarna, och jag missade inte en travdag”

Fredrik berättar hur han vid denna tidpunkt märkte reaktioner från sin omgivning. Människor reagerade väl mest på hans sätt att spela tror han själv såhär i efterhand, det var t.ex. ofta Fredrik som betalade för kalaset. Han berättar hur han hade obegränsad kredit i spelbutiken, vilket ju är ganska ovanligt, och hur han på semester utomlands hade han ordnat så att han fick faxat listorna till sig och ringde sedan in sina spel till ombudet.

”Det är klart att vissa kunde tycka det var lite märkligt när man var på semester med familjen och så låg man på stranden och spelade travet i Sverige samtidigt (skratt), men själv var jag nöjd så länge det fanns pengar till hyra och maten och att vi kunde åka på vår semester”

Han berättar att folk runt omkring började tycka att han förlorade mycket, han berättar om en herre på travet som hade sett hur han spelade och kom fram till Fredrik och sa att han måste lugna ner sig, det gick inte att spela på det viset. Det mannen hade lagt märke till var att Fredrik försökte vinna tillbaka pengar genom att satsa på högoddsare och liknande.

Fredrik menar att spelet var kul från början för honom, och utvecklades därefter till en riktig hobby. Från början, innan han flyttade upp till restaurangen på travet var ju hela familjen med, och travet var ett gemensamt nöje säger han. Han tror att det stora intresset var det som gjorde att just Fredrik blev beroende, efter ungefär 2 ½ år köpte Fredrik egen travhäst och det blev också en sån kul grej att ta med sig familjen och titta på hästen menar han, barnen tyckte ju att det var jätteroligt.

Jonas

Jonas berättar att hans spelande utvecklades till ett kraftigt beroende i mitten av tonåren. Han hade fått en barnpension efter sin pappas bortgång, och hade därför tillgång till en del pengar, som han ibland använde till spel istället för det som det var bestämt att de skulle användas till. I Jonas fall blev skolarbetet lidande ganska snart, och han lade mindre och mindre tid på skolan, och mer och mer tid på att spela. Jonas såg inte sig själv som en periodspelare, men spelandet avgjordes helt av tillgången till pengar, och när det inte fanns pengar bytte han beroende och gjorde något annat. Ändå så ökade insatserna hela tiden och han ägnade tid åt att jaga efter pengar för att finansiera spelet, och fick också skulder ganska snart. Jonas berättar att det inte var ovanligt att spela i hans umgängeskrets, och att vara spelare blev en identitet.

”Men samtidigt är det en identitet också som spelare, risktagare, galen, äh... det finns väldigt många olika sätt att spela på när man pratar om spel och sådär.

Dem som tar mycket chanser och dem som spelar säkert. Jag var ju den här ”äh, det skiter väl jag i då”, jag satsar det här och går det åt helvete så gör det. Så det blev en identitet med, det blev liksom ett socialt umgänge runt omkring det med, det finns spelare, det var den här trotsiga ”rebellunionen” från högstadiet som samlades, tuffa killar och lite gangsters.

Det blev en identitet att vara en spelare just där jag växte upp i alla fall. Där man inte hyste respekt för någonting, man var ganska galen... det var ju något som många tyckte var coolt”

Jonas berättar att han tog på sig en offerroll och spelade på andra människors känslor för att få empati, och han berättar att han var duktig på att manipulera andra till att ”dra honom medhårs”.

”Jag hade tagit på mig en offerroll ganska tidigt som ungdom, så jag var väldigt snabb med att berätta om vad jag hade problem med. Det var ett sätt att få empati på, agerade lite som svamp gentemot sin omgivning, att man tar väldigt mycket empati ifrån människor. Och det var... det gjorde jag väldigt tidigt, jag erkände ganska offentligt för människor att jag var spelberoende. Samtidigt för att på något sätt rättfärdiga för mig själv det som jag själv höll på med, men... det var nog något sätt att skydda mig själv också genom att prata väldigt mycket tankemässigt om mig själv vad jag hade problem med”

Jonas berättade också tidigt för sin mamma att han hade problem med spel, och hon reagerade med att se till att Jonas inte hade tillgång till sina pengar, Jonas tror dock att det tog längre tid innan hon förstod vidden av hans beroende. Han berättar att han snart lyckades få tillgång till sina pengar igen, genom att manipulera mamman.

Jonas tror att han började spela och utveckla ett missbruk för att han inte var nöjd med sig själv och det livet som han levde, och det är en ingång till spel han inte tror är ovanlig.

I sitt eget fall blev spelandet både ett sökande efter identitet och ekonomisk trygghet, och ett sätt att fly verkligheten och de bekymmer som fanns där. Han beskriver spelandet som en dröm om att kunna bli någon annan än den man egentligen är.

4.3.1 Analys

För våra informanter skulle man kunna se spelaren som den rollgestalt som uppstår på spelandets scen, denna gestalt benämns ”the Self”(Charon, 1998). Goffman talar om en frontstage och en backstage av scenen (Charon 1998). På frontstage gör aktören sitt framträdande, medan intrycket av framträdandet sker backstage (ibid.). Vi tänker oss att själva spelandet som intervjupersonerna beskriver i detta kapitel är det som utspelade sig på frontstage.

Anders beskriver hur han spelade för att vinna och för att uppnå en viss livsstil som han såg som åtråvärd och Daniel spelade även han för att vinna. Detta kan vara det som utspelade sig på frontstage, medan känslan av att de hade spelat bort för mycket pengar resp. tagit mycket tid från sin familj är det intrycket av framträdandet (spelandet) som sker på backstage.

När det kom till frontstage för Eriks del så var det en positiv upplevelse som han beskriver det, han mådde bra när han spelade. Spelet blev snabbt något positivt för honom som han återvände till och han spelade för att vinna. På backstage utspelade sig något annat som bestod i att han upplevde att han hade kontroll över sitt spelande och han spelade för att rädda den ekonomiska situationen som han befann sig i. Erik började ljuga för sin fru för att dölja sitt spelande och drog sig ännu mer undan till spelet.

På Johans och Jonas frontstage utspelas deras dataspelande, att gå in i en annan värld och bli någon annan in i en helt annan miljö. Deras intryck av detta på backstage skulle kunna röra sig om den flykten från verkligheten de eftersträvade.

Fredrik är den av våra informanter som tydligt skiljer sig i denna fas, då att må dåligt över spelandet kommer längre fram i hans historia. Fredrik har ju en längre spelarkarriär än de andra och faserna i spelandet är också längre och mer utdragna rent tidsmässigt.

Vi ser Fredriks backstage som mer överensstämmande med hans frontstage, att han ännu bara hade en positiv upplevelse av spelet utan några personliga konsekvenser.

Johan och Jonas är de två av våra spelare som tydligast beskriver hur att vara spelare blev en roll. De berättar båda hur de gick in en annan värld, spelarvärlden, då de spelade datorspel, vilket tillhandahåller en virtuell värld att faktiskt träda in i. Detta finner vi jämförbart med Goffmans idé om att som aktör träda in på en scen (Charon 1998). Scenen har makt i det avseendet att den sätter en gräns för vad och vem som är möjligt att framställa (ibid.). Johan beskriver bl.a. hur han kunde vara aggressiv när någon påtalade att han spelade väl mycket, för det överrensstämde inte med den bilden han hade/ville ha av sig själv.

Liksom i debuten av spelandet, kan vi här se hur det framtida löftet av handlingen, d.v.s. spelandet, var lockande för några av våra informanter. För Anders, som beskriver tron att spelet kan vända och att han då ska kunna försörja sig på det, och för Jonas som beskriver ett sökande efter både ekonomisk trygghet men också drömmen om att bli någon annan än den man är. Jonas beskriver dessutom tydligt hur att vara spelare var hans identitet, och som medförde en mängd karaktärsdrag som hade viss status i hans umgänge. Shibutani menar att en social värld utvecklar en egen kultur och ett eget kommunikationssystem och att även specifika symboler, normer och värderingar förekommer där (Skårner 2001). Varje social värld har en rådande prestigestege och det som anses värdefullt i en social värld kan anses meningslöst i en annan, och medlemmarna inom den sociala världen delar gemensamma perspektiv på den verklighet som råder däri (ibid.).

Anders är inne på samma tema när han berättar om den livsstil som förknippas med pokervärlden, och hur han i början kände en lockelse av detta.

De flesta av våra informanter beskriver någon form av förändring i förhållande till närstående, ofta i form av mindre tid och mindre gemensamma intressen i takt med att spelandet tar större och större plats. När vi sammanför detta med Fuchs Ebaughs (1988) teori om role-exit ansas här ett förstadium till de första tvivlen, då hon menar att de första tvivlen kommer ur ett missnöje eller att de grundläggande behoven inte blir uppfyllda vilket i sin tur kan komma av bland annat förändringar i nära relationer.

4.4 Spelet trappas upp

Anders

Anders beskriver sig själv som en periodare när det kommer till spel, och berättar att ofta kunde det gå en två, tre veckor när han inte spelade, men därefter kom det tre veckor när han spelade desto mer. Spelandet var som intensivast i slutet av en period, då kunde han sitta fem dagar i sträck och spela framför datorn med endast en flaska Cola och en påse chips som sällskap. Sömnen var knapp under dessa dagar, två eller max tre timmar räckte. Vid något enstaka tillfälle har det hänt att Anders inte gått till jobbet under tre-fyra dagar p.g.a. spelandet. Vid den här tiden såg Anders själv att han hade problem med spelandet, men han säger att han själv inte ville sluta spela.

”Jag kände att jag var beroende, vi skämtade om det en gång när vi gick till kasinot. Man visste det, alla visste ju att man var beroende, eller jag visste det i alla fall. Men jag ville ju ändå så inte sluta, så det var inte det att jag trodde att jag kunde sluta när jag ville. Det visste jag, eller rättare sagt, jag visste att jag inte ville sluta, det visste jag”

För Anders fyllde spelandet den funktionen att det gav en spänning i vardagen, och spelet gav honom väldiga adrenalinkickar. Att söka kickar har alltid varit något som förekommit i Anders liv, han har kört go-kart tidigare, och i spelet fann han en väg att få kickar. Det var känslan av att ha koll på läget och att tjäna snabba pengar som lockade.

Anders berättar om ett spelande där han trissade upp sin satsning så mycket som till tio eller tjugo gånger mer.

”Det var nog mer så att när jag mådde bra, när jag hade fått lön då, så tänkte jag att jag ska bara satsa fem hundra, det är inte så mycket, och så spelade man. Och sen så satt man och trissade upp, det var nästan alltid så, jag trissade alltid upp det beloppet 10, kanske 20 gånger. Så hade jag 10 000 och det gjorde jag på två dagar, och då kunde jag hålla det på typ en konstant nivå. Men det blir så att man sätter upp mål, jag gjorde så att jag hela tiden satte upp mål. Jag börjar med 500, nu ska spela upp det till 3000 och så tar jag ut dem och så köper jag nya byxor och sådana grejor. Men när man väl hade kommit upp dit så hade man satt upp nya mål på vägen. Då var det 10 000 som gällde ”jag skulle behöva en ny bil” så det blev hela tiden nya mål på vägen om man säger så”

Spelandet blev mer och mer en flykt, inte bara från den ångest som spelandet i sig skapade, utan också ifrån det vardagliga livet, särskilt förhållandet med flickvännen som Anders beskriver som dåligt fungerande. Ångesten var ibland så svår att Anders fick ångesthosta, där han hostade tills han nästan kräktes ibland. Ångesten kom av att han spelat bort så mycket pengar, vilket innebar att han inte längre kunde spela, vilket i sin tur också gav honom ångest då han inte fick utlopp för begäret att spela.

Erik

Erik berättar att han efter en tid in i sitt spelande föll in i självömkan, han kände sig stressad hela tiden och jagade konstant pengar, och han förbannade sig själv för sitt beteende. Först mår man dåligt av sitt beteende, samtidigt som man tycker synd om sig själv för att man hamnar i den situationen, det blir som ett slags självförsvar den vändningen säger han. Han berättar vidare hur han såg sig själv som ett offer, någon det är synd om eftersom det inte går att reda upp situationen. Erik berättar hur han resonerade kring att välja att inte berätta för sin familj, han tänkte att ett erkännande bara skulle göra dem illa, och därför höll han det för sig själv. Han ser nu tillbaka och ser att han bara gjorde katastrofen värre. Eriks familj blev lidande, då han spenderade mer och mer tid för sig själv vid maskinerna istället för att ta sitt ansvar för familjen och barnen. Han förklarade ofta sin frånvaro med att han behövde jobba över.

”Jag jobbade ju på obekväma tider och min fru jobbade på dagtid, så det var ju mitt ansvar att det skulle stå mat på bordet till barnen, men jag försvann ju, även om tanken var att jag skulle hinna hem innan så blev det att man förlorade och så ville man ju vinna tillbaka och då blev man sittande, och de ringde mig då, barnen, på mobilen och sa att ”pappa kom jag är hungrig” och så skyllde man på nåt att man varit tvungen att gå, så det blir ju såna konsekvenser, att man inte sköter sina åtagande med familjen. Det var många löften som man bröt...”

Då den ekonomiska situationen blev alltmer ansträngd p.g.a. spelandet, lånade Erik, som han såg det då, pengar ur en kassa på jobbet, vilket ledde till att han förlorade sitt jobb.

Att få avsked från ett jobb fanns inte i Eriks eller hans familjs värld varför Erik inte berättade något på två veckor utan fortsatte att ”gå till jobbet”. Detta föll när hans syster på annat sätt fick reda på att han förlorat jobbet och berättade för övriga familjen. Erik beskriver det som att ”bomben släpptes” i och med detta, vilket innebar en lättnad på ett sätt, även om det också var otroligt tufft.

”Där var väl egentligen första gången som jag berättade allting och sådär då. Bomben släpptes om man säger, och det var så himla skönt, samtidigt som det var otroligt jobbig så var det ju otroligt skönt för jag hade ju gått och burit på det i fyra år då, allt det här och bara fifflat och ljugit och hållit det hemligt. Det blev ju kris i förhållandet då och vi visste ju inte hur vi skulle fortsätta och såhär men det blev så att vi fortsatte i alla fall, då den gången, och jag fick ett nytt arbete”

Daniel

Daniel berättar att i takt med att spelandet ökade så började han ta lån, vilket hans fru längre fram kom på och konfronterade honom med. Daniel förklarade med en lögn och berättar att han såg på situationen som att han hade dåligt flyt i spelandet snarare än att han var beroende, och täckte därför upp pengaförlusten med hjälp av renoveringen och fortsatte spela.

Ju mer han spelade och ”tappade” ekonomiskt, desto mer krävdes för att täcka upp, och han tog fler och fler blacolån. Daniel berättar om hur han själv kände att spelandet hade gått för långt, men samtidigt såg han ingen annan utväg än att fortsätta för att försöka vinna tillbaka och på så sätt rädda situationen.

”På något sätt kommer man på resans gång fram till att man har gått för långt och ”får väl städa upp”. Så vände man det då istället, ”jag måste ju få tillbaka dom här pengarna” så att i slutet var ju spelandet ett måste för att få tillbaka dom pengar man hade satsat då, nej, det bar iväg fullständigt. Alltså, det... på något sätt visste man ju innerst inne att det var idiotiskt att spela men ändå så gjorde man det för att täcka upp det man hade missat. Man hoppades ju på... men samtidigt, det fanns nästan ingen vinst som kunde täcka upp det man hade spelat bort för det var så pass mycket som man hade ställt till med”

Att ständigt ljuga för att försöka dölja spelets ekonomiska konsekvenser blev väldigt påfrestande för Daniel och han berättar att han kände sig triggad och kunde ha väldigt kort stubin. Särskilt tydligt kunde det bli när hans fru kom för nära hans område, d.v.s. familjens ekonomi, eftersom det då fanns risk att hon skulle upptäcka hur det såg ut.

Johan

Johan berättar hur han fortsatte att plugga, han hade kommit in på en ny utbildning, men det höll bara en termin innan Johan kände att han inte orkade mer. Därefter sa han upp sitt kontrakt och satt och spelade i tre månader i väntan på att det skulle gå ut, varefter han flyttade hem till sina föräldrar. Han berättar att föräldrarna trodde att allt skulle ordna sig bara Johan flyttade hem, men istället blev det tvärtom och spelandet bara eskalerade.

Detta intensiva spelande fortsatte några år och Johan berättar att han såg spelet som sin egen grej, nästan som något hemligt, och han kände att han var tvungen att dölja det för andra. I spelet kunde Johan vara den han ville, ärlig och öppen och extremt rättvis, men i verkligheten fungerade det inte på samma sätt, och därför säger han själv, behövde han verkligen spela och han gjorde allting för att få det, för att få tillgång till den där spelvärlden. Om någon påtalade att han spelade för mycket så blev han aggressiv. Johan beskriver hur han gav korthuggna svar och stötte bort alla, hur han hade ”taggarna utåt” mot alla som nämnde något om hans spelande. Johan säger att det var mycket lögn för att hålla det i schack, för att kunna fortsätta spela.

”Den [tanken att sluta spela] kom när jag mådde dåligt på nätterna liksom, när jag satt och spelade. Mådde uruselt och spelandet var det enda som höjde mig, och man tar ju inte bort det sista i livet som ger en lycka, och det var ju vad spelandet var för mig då”

Till slut tog Johan kontakt med socialtjänsten och arbetsförmedlingen för att få hjälp med sitt dataspelsberoende. När Johan väl kom dit på ett möte så ljög han och sa att han hade sitt beroende under kontroll, och att hans dåliga mående nog berott på relationsproblem och problem med sociala strukturer, vilket socialtjänsten höll med om. Via arbetsförmedlingen kom han så in på en nätverksteknikerutbildning, vilket inte fungerade bra tillsammans med hans beroende, utan snarare bidrog till det.

Fredrik

Fredriks företag gick i konkurs, och tiden innan hade han lagt ut stora summor veckovis på travet, men det var inte pengar som var bekymret för honom. Vid denna tidpunkt började Fredrik tycka att spelande blev mer och mer tråkigt, hans travgång hade blivit mindre, och istället för att spendera tiden på travbanan satt de nu mycket på pubar istället.

Fredrik beslöt sig för att strunta i puben och återvända till travet istället, och väl där vann han en mycket stor summa pengar. Sedan den vinsten har han inte varit tillbaka på travbanan, men han började spela desto mer, genom ombud. Utbudet att spela på trav var ju så stort också menar han, där har du fyra spel på bara en timme.

När Fredriks företag gick i konkurs hade han en del skulder, och därför började han syssla med smugglade varor. Han beskriver hanteringen av smuggelgods som något han från början gjorde för att det föll sig så lätt för honom eftersom han vid tillfället hade egna bilar, det var lätta pengar. Konsekvenser av smugglingen har blivit att Fredrik dömts sju gånger och suttit på olika anstalter. Om tiden på anstalter säger Fredrik att det är en miljö som är fylld av spel *"man har inte så mycket annat att göra"* och beskriver att småspel existerar hela tiden, dock inte med kontanter eftersom det är inte tillåtet att ha inne men däremot med andra saker såsom telefonkort.

Han menar dock inte att det var för att få pengar till just spel som han började med smuggelvaror för det behovet tycker han inte fanns, även om det inkomsterna och spelet följer varandra mer och mer längre fram. Fredrik beskriver själv spelet som ett gift för honom, och i takt med att hans inkomster ökade, så ökade också spelet, från att han spelade två dagar i veckan blev det så småningom hela veckan lång. Fredrik berättar också att två av hans förhållanden har tagit slut p.g.a. spelandet och affärerna med smugglingen.

"Det har ju blivit rent katastrofala konsekvenser för mig, man kunde ju haft det så förbannat bra, men samtidigt så ser jag ingen nytta med att titta så i backspegeln, det som är gjort är gjort, jag skulle ju bli galen om jag gick och grubbla över det och det finns det ju ingen anledning till, så det är bara att se framåt istället"

Sedan några år har Fredrik inte längre varit egen företagare, eftersom han blev dömd för ekobrott med näringsförbud och kronofogdens inkoppling som följd. Han berättar att han därefter försökte komma rätt igen, bl.a. försökte han spara pengar, men p.g.a. konkursen fick han inte lov att öppna konto så det blev att han kände att han lika gärna kunde spela för pengarna.

Han jobbade då i ett nytt företag, där hans partner var lika speltokig som honom själv vilket bara bidrog till Fredriks eget ökande spelande.

Jonas

Jonas berättar om en tydlig ambivalens inför spelandet, han visste att spelandet var ett mycket stort bekymmer, men ändå gjorde han raka motsatsen.

"Det var egentligen det som var, ... som var det jobbigaste att leva med där att; jag gör något som jag egentligen inte vill, man går runt och maler på det här och du utvecklar ju en sådan

stor självömkan som är så vanlig bland missbrukare över lag. Man låser in sig och man ser sig själv som en martyr, som ett offer då för sin egen tragedi”

Jonas berättar att han under denna period av sitt spelande kunde tillåta sig själv att spela kontrollerat ibland, för att rättfärdiga sitt spelande för sig själv, men att han aldrig lyckats spela kontrollerat ”på riktigt”. Han berättar att han tidigt ville sluta, rent tankemässigt, men samtidigt hade han inte spelat klart. Jonas beskriver sig själv som känslomässigt förstörd vid detta tillfälle, att han skaffade sig ett dysfunktionellt sätt att överleva genom att manipulera och ljuga för sin omgivning. Att leva med denna dubbelhet som han kallar det, att hans förnuft sa en sak men känslan sa något annat, var väldigt påfrestande, och han beskriver känslorna av självömkan som både förlamande och förgiftande, och att han nu ser tillbaka på det och ser att han inte kunde se klart.

”Jag ljuger, ljög, väldigt mycket.

Vad jag gjorde, hur mycket jag hade vunnit och hur mycket jag hade förlorat, hur jag kände, var jag var då. Det gick aldrig att komma åt mig”

Att leva på det här sättet, med mycket lögn, blev till en vardag för Jonas, ett sätt att vara på, och han berättar att det var så vanligt förekommande att han då inte kunde reflektera över det. Jonas berättar vidare om hur hans spelmissbruk fick helt nya dimensioner då en kompis som han spelade med introducerade honom till en värld av inbrott och narkotikaanvändande, han beskriver det som att det blev en ”ny värld” för honom. Han fick en haschpsykos, vilket han idag tycker förde något gott med sig, för det var så otäckt och hade verkligen en avskräckande effekt på honom.

Jonas berättar om sökandet efter klickar både i narkotikan och i spelet, främst datorspelet. Han beskriver det som en jakt efter något ouppnåeligt, för så fort man kommit till en gräns höjs gränsen, till slut blir det en jakt på något som inte ens existerar, och därför har man heller ingen gräns för själva jagandet.

”Men sedan började jag umgås mer med honom och då presenterade han mig för den här världen med inbrott och åka runt till sommarstugor och sno och röka på, ja det blev en ny värld där också. Det var ju jävligt bra, tyckte det var skitcoolt att röka på, jag var ju musiker också och tyckte jag skrev bra låtar och så där va, stängde in mig i min lägenhet och rökade på och gjorde musik, det var inte så tokigt då tyckte jag (skratt)”

4.4.1 Analys

Själva upptrappningen av spelet, för våra informanter ett ständigt ökat spelande, är intressant att koppla till idén om hur handlingar existerar i situationer (Charon, 1998). Individer definierar situationer och agerar efter dessa, man definierar mål som är både kortsiktiga och långsiktiga och man ser objekt i situationer runt dessa (ibid.).

I vår uppsats existerar spelet i situationer. Oavsett om våra informanter vann eller förlorade så satsade de igen, och oftast högre insatser än innan. För våra informanter bestod de kortsiktiga målen i att vinna tillbaka de pengar man har förlorat medan de långsiktiga målen bestod i att man skulle vinna pengar och helst en storvinst.

När de hade förlorat så glömdes de långsiktiga målen bort och istället trädde det kortsiktiga målet in och de spelade igen för att vinna tillbaka det som de hade förlorat. Vid de tillfällen som det blev att de istället vann när de spelade så blev det att det långsiktiga målet med att just vinna pengar uppfylldes. Detta motiverade till ett fortsatt spelande eftersom målet blev uppfyllt denna gång så kunde det bli uppfyllt igen och bli ännu högre.

Anders är en av dem som beskriver upptrissandet tydligast då han börjar med målet att tjäna till att köpa kläder och när han tjänar så pass mycket att han kunde göra det så kände han att motivation till att fortsätta för att tjäna tillräckligt mycket för att köpa en bil.

Objektet i Anders situation motsvaras av pengarna han vunnit och de blir en del av planen, att Anders ville spela för att köpa en bil. För övriga informanter handlade det mer om att deras tidiga upplevelse av spelandet som positiv där de hade vunnit, gjorde att de satte upp långsiktiga mål som innebar att de skulle vinna igen, gärna en högre vinst. När det inte blev så utan att de förlorade så förändrades de långsiktiga målen till att istället bli kortsiktiga mål med innehållet att de nu spelade för att vinna tillbaka de summor som de hade förlorat.

Goffman menar att varje handling börjar med de definierade målen och slutar med antingen uppnådda mål eller glömda mål (Charon, 1998). För alla våra informanter i denna studie innebar de kortsiktiga målen att de spelade för att vinna tillbaka pengar som de hade förlorat genom spelandet. De långsiktiga målen var här att de spelade för att vinna pengar och när detta uppnåddes så fortsatte de spela för chansen att vinna en ännu högre summa.

Målen i det långa loppet var att de skulle spela ihop mycket pengar på sitt spelande och för några av våra informanter sträckte sig målet till att faktiskt kunna försörja sig på spelet.

Ingen aktör kan i längden bibehålla en av honom fastställd mening med en rollgestalt utan stöd från en publik och medaktörer (Charon, 1998). Johan beskriver hur han hade en konflikt mellan två roller, den person han kunde vara i spelet som var ärlig och extremt rättvis, och den person han var mot omgivningen där han inte kunde behålla dessa egenskaper. Man kan också tänka sig en medaktör i form av samhället, eftersom samhället har stor påverkan på individen. Goffman tar upp detta hur samhället är en central plats som formar människor till vad de är (ibid.). Spel har en väldigt stor plats i vårt samhälle inte minst genom att Svenska Spel är statligt, och utbudet av spel är idag enormt liksom tillgängligheten är ständig. Vi upplever att spel marknadsförs aggressivt och det läggs stora resurser på reklam som tydligt riktar sig mot specifika målgrupper i samhället. Att detta kan ha en negativ påverkan genom att individer mer eller mindre av egen handling hamnar i ett spelberoende känns inte främmande för oss.

Mead menar att genomförandet av en handling sker när individen ska vidta åtgärder, och då befinner man sig i den tredje fasen av handlandet, den manipulativa fasen, där individen flyttar objekt eller bearbetar dem eller flyttar sig själv (Charon, 1998). Han menar också att det kan vara att följa en viss väg eller rutin och individen fullbordar sin handling med meningen att man uppnår vad syftet utlovade. Individen hoppas nå ett värde och att man har tillgodogjort sig något (ibid.).

Om spela är åtgärden (handlingen) för våra intervjupersoner kan man se att vägen eller rutinen de följer för att kunna genomföra det är det välbekanta att lura sig själv.

Flera intervjupersoner beskriver att de visste att spela inte var det bästa att göra, men då de ändå hoppades få ut något av det, genomförde de ändå handlingen. Anledningen till att man genomför åtgärden är att man hoppas tillgodogöra sig något, för många av våra intervjupersoner var detta något en vinst. Att flytta sig själv kan i berättelserna motsvaras av att våra intervjupersoner ständigt flyttade sina gränser för vad som är accepterat att göra.

Shibutani menar att människor deltar i olika sociala världar och måste lära sig att växla mellan olika beteenden och förhållningssätt för att kunna möta världarnas krav (Skärner, 2001).

Det som händer om man ställs inför motstridiga krav från världarna är att det uppstår en konflikt där kraven tvingar fram ett val mellan världarna vilket kan leda till känslor av skam och skuld (ibid.).

Våra informanter befann sig i två världar samtidigt, spelvärlden och den verkliga världen och många beskriver de motstridiga krav som ledde till en inre konflikt, särskilt Erik och Daniel som hade familjer med yngre barn. Erik beskriver hur barnen ringde när han satt och spelade och ville att han skulle komma hem och han tänkte att han skulle göra detta men det blev inte så då han blev sittande framför maskinerna. Spelet hade sina krav och familjen hade andra. Daniel beskriver liknande hur han blev sittande framför datorn och familjen fick själva fira helg och göra det som de brukade utan honom. Både Erik och Daniel mådde dåligt över att inte kunna möta familjens krav men de valde ändå att spela, spelets dragningskraft var så stor.

I Fuchs Ebaughs teori (1988) om role-exit talar hon om den första fasen som hon kallar "de första tvivlen" som kännetecknas av att individen börjar ifrågasätta och uppleva tvivel kring det egna engagemanget eller åtagandet gentemot rollen. Detta kan vid denna tidpunkt i ovan nämna situationer anses hos Erik och Daniel, men även hos våra övriga informanter. Många av våra informanter berättar om lögnen både inför sig själva och gentemot andra om att spelandet inte var ett problem. De kan nu börja känna tvivel inför sitt spelande och väger känslan av att spela mot den känslan man har när man inte spelar, oftast ångest eller skuld känslor. Både Johan och Daniel berättar om irritation gentemot omgivningen, Johan blev aggressiv när någon påtalade att han spelade väl mycket och i Daniels fall var det när hans fru kom för nära sanningen som han blev förbannad. Fuchs Ebaugh menar att irritation mot omgivningen på grund av missnöje med sin situation är vanligt i denna fas och kan leda vidare till depressiva känslor (ibid.), vilket Johan också beskriver. Fredrik däremot berättar om hur hans första tvivel kom senare, först när han tänkte tillbaka på hur bra han kunde ha haft det om han inte hade fastnat i spelet. Stödet från närstående menar Fuchs Ebaugh är väldigt betydelsefullt i nästa fas i exit-processen, då det kan ge individen insikt i att det går att välja en annan väg. Då våra informanter, förutom Fredrik, inte var öppna med sitt spelande innebar det också att stödet från närstående uteblev eftersom dem inte ens visst att det var ett problem och att tvivel fanns.

4.5 Vägen ut

Anders

Det som Anders ser som det som ledde till en förändring började med ett längre besök av hans pappa. Efter detta besök tog Anders beslutet att bryta upp från sitt förhållande, som varit dåligt en längre tid. I och med separationen fick Anders ut sin hälft av det gemensamma sparkapitalet, ca 50 000 kronor, vilka han planerade använda på ett nytt boende. Han berättar att det tog några dagar, så kom spelsuget och han satte sig och spelade bort hela summan och mer därtill i form av mobil - lån och rester av lönen. Han spelade fem dagar i sträck och gick inte till jobbet. Tillslut ringde hans mamma och undrade vad som hände, hon frågade också honom rätt ut om han satt och spelade. Anders orkade inte ljuga och berättade vad han gjorde. Strax därefter ringde hans pappa och var helt förtvivlad, och berättade att han skulle komma dit för att han inte klarade av att vara så långt bort när situationen såg ut som den gjorde. Anders mådde väldigt dåligt över allt detta och började här reflektera över vad han höll på med.

"Så han kom ju hit då och... på något sätt så var det där jag började reflektera över... är det detta livet jag vill leva? Antingen så väljer jag här nu, antingen så blir jag en spelare som kommer att spela hela mitt liv, kommer inte ha några vänner förutom mina spelarkompisar som sitter på kasinot och... jag kommer kanske att vinna en massa pengar men det kommer ändå så att vara ett sådant här... ett väldigt otryggt liv, eftersom man kan ju spela bort

allting. Och det kände jag att "nä, det vill jag inte" och jag kommer inte att kunna spela kontrollerat för det har jag testat och det går inte.

Så... någonstans där började jag inse att... kanske diskuterade vad pengar egentligen betyder, måste jag ha en massa pengar på ett konto för att må bra?[...] Så det var väl det som var vändpunkten på något sätt och att man kom hit och så, och så gick vi hit (kamratföreningen) men det var inte första gången [...] men då la jag av det för några veckor då för det var inte så jävligt roligt att sitta här (i kamratgruppen), och jag var inte beredd att sluta spela då heller, men så... där i den veckan, farsan kom hit då, vi åkte hit igen och, som det heter, jag lade alla korten på bordet (skratt)"

Tillsammans med sin pappa åkte Anders till kasinot och spärrade sig, och dessutom tog han kontakt med Spelberoendes förening och han tycker att det har fungerat jättebra. Utöver detta har Anders genomgått en Internetbaserad behandling, som fungerade som en självhjälpmanual och dessutom med ett telefonbaserat therapistsamtal i veckan, och att dessa tillsammans med kamratföreningen varit avgörande steg för honom.

"Men nu har jag tagit så många avgörande steg i mitt liv på något sätt, jag känner mig jävligt stark som människa. Så det... det kan bara bli bättre känns det som! Det funkar jättebra! Jag har gett mig fan på att nu är det slut, nu verkligen... det är det som jag känner skillnad mot de gånger innan jag slutat förut då, jag har bara ljugit för folk, "jag ska sluta nu, jag ska sluta nu", men jag har inte menat det. Jag har inte känt inom mig själv att jag ville sluta, men jag tror att... när jag analyserar det så här tror jag att ville inte sluta egentligen, jag tyckte att jag hade... va fan det var det enda roliga jag hade"

Anders berättar att han numera går två gånger i veckan till kamratföreningen, han säger att behöver det och att han gör det för att det påminner honom om hur dåligt han mår när han spelade och hur bra han faktiskt mår nu.

Daniel

Daniel kan inte se någon specifik händelse som avgörande för hans väg mot att bli spelfri, men han beskriver ett tillfälle när hans fru fick reda på hur allt låg till som inledningen på hans väg ut. Daniel berättar hur han under några veckor mått väldigt dåligt, han hade helt slut på pengar och en hel del lån, och han kände som att han hade kört sitt liv totalt i botten. Han beskriver att han inte visste hur han skulle göra eller vart han skulle vända sig. Dessa tankar och grubblerier påverkade Daniels beteende så mycket att hans fru tillslut kände att någonting inte stämde, hon visste inte vad hon skulle tro, och det var då Daniel berättade för henne.

"Man kan säga att innan precis, någon vecka innan, så mårde jag fruktansvärt dåligt, då hade jag ju självmordstankar och allting. Men när jag satt... faktiskt så... sms: ade jag faktiskt och talade om det. Men sedan så åkte jag hem och berättade för henne, och timmarna efteråt var ju fruktansvärt sköna, även om det var kaos. Då har man lagt allting på bordet så det var skitskönt, det var det.

Men sedan gick det ju väldigt fort allting då, ifrån det till hit då"

Daniels fru reagerade med att ställa ett ultimatum för att de skulle fortsätta tillsammans. Hon krävde att Daniel skulle ta kontakt med Spelberoendes förening och boka in ett möte där, liksom med banken och familjerådgivningen. Daniel berättar att han gjorde allt detta, men att

det då var mest för hennes skull, han kände att han var tvungen. Det var först på väg från kamratföreningen som han själv kände att han var beroende och erkände detta inför sig själv.

”Min fru ville gå hit och hon ville gå till familjerådgivning annars skulle hon ta hus och bil och barnen så då var det inget annat alternativ längre. Så jag gick med på allting som hon sa i och med att hon ändå ville fortsätta med mig. Men när jag gick härifrån, det var nog då som jag kände att man var beroende, men det sitter långt inne tror jag att erkänna det, någonting som man gjort i 25 år. Erkänna att man har blivit beroende av någonting. Ibland kan jag känna att jag är bara beroende av nätspel, men då får man nästan stryk av frugan (skratt). Det sista kan jag faktiskt erkänna att då spelade jag även med fysiska pengar och ibland kunde jag få sån här panik att jag har glömt att föra in pengar på något konto, att jag gick omkring med pengar i plånboken och det kunde jag inte ha så var jag tvungen att lämna in något. Och det var så här helt idiotiska grejer, som 4000 kronor, det var inga konstigheter att lämna in det då (skratt). Så det var riktigt korkat då”

Daniel fortsatte med att berätta för sina kollegor och chef och sedan också sina spelarkompisar. Utan ultimatumet från sin fru tror inte Daniel att han hade tagit tag i sitt beroende, och han tror att det varit avgörande för honom att han haft familjens stöd under tiden. Att gå på möten på föreningen, i kombination med den Internetbaserade behandlingen Daniel gjorde, har fungerat bra för honom. Daniel berättar att han har insett att han med spelandet var illa ute, och han kan inte se någon anledning att spela igen. Daniel berättar att han idag, efter sex månader som spelfri, känner han sig starkare på många sätt. Han berättar att han känner att han aldrig mer kommer att spela, det är inte värt det för honom, det har kostat honom och hans familj alltför mycket.

Erik

Erik tog dubbla jobb för att rädda ekonomin och för att kunna betala tillbaka de som hjälpt honom ekonomiskt efter erkännandet. Det kändes väldigt bra för Erik att han nu kunde visa vem han var och han fick mycket beröm och klappar på axeln den där tiden, alla tyckte att nu visade han verkligen vad han gick för. Att jobba 18-20 timmar per dygn tog ut sin rätt, och Erik var trött och sliten av det, både psykiskt och fysiskt, och han berättar hur han en dag fann sig själv sittandes framför maskinerna igen utan att varken veta hur eller varför. Människor runtomkring fortsatte att fråga hur det gick och Erik försökte hålla skenet uppe och svarade att det gick bra, full fart framåt.

”Jag hade ju sagt det här också, att OM jag mot förmodan skulle gå tillbaka till spelet och lägga på minsta tjuga igen så givetvis skulle jag ju berätta för min fru med en gång... men det gjorde jag ju inte. Och det var ju ännu svårare att berätta då, så nu rullade det på igen, men nu hade vi ju styrt om vår ekonomi, så nu hade hon ju hand om pengarna, så hon kom på mig ganska snart och då kom hon ju med många varningar och sa att hon orkade inte längre, samtidigt så ville hon ju inte det heller för det hade ju bara vart vi”

Det gick ett tag, men en dag hade Eriks fru bestämt sig för att hon ville skiljas, och då berättar Erik hur han fullständigt rasade ihop. Han hade själv trott att det värsta redan hade hänt när han förlorade sitt jobb, men insåg nu att detta var hans totala botten. Veckan därefter spelade Erik ingenting, han tog separationen hårt och beskriver känslor av kaos. Ganska snart flyttade Erik hem till sina föräldrar och då började han spela igen.

”De två första veckorna hos mina föräldrar var det inget spel men sen började jag ju spela igen, och då var det jag ska spela till jag dör ungefär, och det här var nog min bästa tid i

spelet, när jag kunde spela som mest, nu hade jag ingen att ta hänsyn till tyckte jag, nu är det bara jag själv så nu kan jag bara köra. Sen hade jag ju inte så mycket räkningar att tänka på för vi hade inte gjort klart det här med underhåll och jag hade ingen hyra till mina föräldrar just då, så det jag fick in det körde jag med i stort sett, och det gjorde jag fram till kvällen innan de körde upp mig till behandlingen. Jag hade ju sagt till dem att jag hade slutat, men jag körde på”

Erik berättar att han inte kände någon motivation vid detta tillfälle, varken för att sluta spela eller för att gå in i behandling, han kunde inte se vad det skulle tjäna till, då han tyckte att han hade ingenting kvar att kämpa för, han hade redan förlorat allting. Väl inne i behandling förändrades detta, och Erik berättar hur han fann stor motivation i sina barn, och i ambitionen att igen vara en bra pappa till dem. Efter behandlingen såg det mesta ut att börja ordna sig för Erik, han fick en lägenhet, och hade barnen ibland. Erik berättar dock om hur han efter en tid ute ur behandling hamnade i en djup svacka. Han berättar hur han hade haft en bild av att allt skulle ordna sig och att hans fru skulle komma tillbaka. När det inte blev så mådde Erik fruktansvärt dåligt, och han berättar hur han var beredd att ta livet av sig. Han bestämde sig för att skriva ner allt han kände och tog detta med sig till sin efterbehandling, där han fick mycket respons på detta. Han beskriver det tillfället som den riktiga vändpunkten för honom, och därefter kände sig Erik starkare, den tanken han haft innan om att han hade bränt sina relationer mattades och ersattes av en återuppbyggnad av tidigare relationer.

”Det är det som är så fantastiskt ju, att jag har blivit så stark... jag mådde alltså så dåligt så att jag var beredd att ta livet av mig, det var jag, jag var så nere i botten det var jag verkligen, jag tyckte allting var riktigt kass... och jag tänkte aldrig tanken att spela... och det har gjort mig så stark efteråt att kan jag må så dåligt utan att spela så ska det sjutton ta mig mycket till innan jag ska spela”

Erik känner att nu är livet bra, det har återgått till det normala för honom, han ser fortfarande sig själv som spelberoende, fast en ”nykter” sådan. Erik har nu varit spelfri i fyra år och åtta månader.

Johan

Johan mådde inte bra av sitt spelande och fick via sin arbetsförmedlare kontakt med en företagsläkare som hade kunskap om beroende, och därigenom fick han en remiss till psykiatri i hans hemstad. Därefter fick han en samtalskontakt inom psykiatri och ytterligare kontakt med socialtjänsten, och blev beviljad kognitiv beteendeterapi, vilken skulle börja sex månader senare. Johan berättar att det var sex jobbiga månader, av depression och fortsatt spelande, och att han även fortsatte spela två månader in i behandlingen trots att han försökte sluta. Därefter vände det, då Johan hade ett samtal om depressionen och hur han inte orkade med situationen, och att han kanske skulle behöva medicinering.

”Själva vändpunkten var den kognitiva beteendeterapin, men det handlade mer om att jag träffade rätt person där. Tidigare hade jag slussats mellan två socialsekreterare för det var en på ungdom en som var på ekonomi och dem hade inget samarbete mellan sig verkade de som för jag fick alltid berätta samma saker två gånger, “tack för det, det kändes ju verkligen skit bra”! Så då mådde jag verkligen skit, kände att ingen förstod mig. Men redan efter första mötet eller tillfället där med den kognitiva beteendeterapin kände jag att jag mådde bättre, så det ser jag som min vändpunkt ihop med medicineringen självklart. När jag väl började så fattade jag att det här kommer jag inte att klara av på egen hand utan det behövs lite extra”

Idag ser Johan på spel som en del av hans liv, som något som han alltid kommer att bära med sig. Han kan se att den kognitiva beteendeterapin har gett honom många bra verktyg för att bearbeta det han gått igenom, han säger själv att han skriver av sig allt som han känner. Det som spelandet gav Johan går aldrig att ersätta säger han men han är nu ärlig mot sig själv och avbryter beteenden som för honom skulle kunna leda till ett beroende.

”Jag skulle kunna vara beroende av något annat mycket väl; tjejer, droger... Som nu finns det ju ett nytt spel ute, jag är ju sugen på det men jag vet att jag aldrig kommer kunna spela det. Men jag spelar brädspel och Alfapet på nätet, det är ok för mig, jag tillåter mig att säga att det är ok för mig, efter mycket tvivel. Kan jag bli beroende, kan detta trigga mitt beroende? Men man måste sätta en gräns någonstans, där går gränsen för mig Alfapet på nätet, men inte längre. Samhället är ju blinda för dataspelsberoende, men ingen är förvånad för alla har en kompis som sitter framför datorn för mycket. Men ändå tas det inte på allvar och resurser finns det inga”

Johan går regelbundet på möten på föreningen och använder sin erfarenhet genom att föreläsa om spelberoende. Idag har Johan varit spelfri i nio månader.

Fredrik

Att sluta spela för Fredrik tycker han ändå inte har varit så svårt, det finns en särskild händelse som gjorde att han bestämde sig att nu fick det vara slut, både med spelandet och med det olagliga. Från sitt senaste förhållande har Fredrik en yngre dotter, och en dag för några år sedan skulle de åka iväg till ”Djurparken”, men precis innan de skulle åka fick han ett samtal från en partner om han kunde köra och ta ett jobb. Fredrik säger att han egentligen inte ville, men han skulle få 20 000 kronor för jobbet så han gjorde det ändå. Problem uppstod då tullen stoppade honom, och Fredrik åkte fast och dömdes till fängelsestraff ännu en gång. Denna händelse berättar han att han ångrar väldigt mycket idag och att det har tagit honom mycket hårt, p.g.a. dottern främst. I samband med detta tog han beslutet att spela mindre, rentav försöka sluta helt.

”Det här att låta bli alltså, det är ett sug hela tiden, man vill ha den här kicken av spelet... har man förlorat på dagtravet går man direkt vidare till kvällstravet... travet är i tankarna hela tiden, jag har t.ex. ingen klocka för jag är nickelallergiker va, men det behövs inte för jag har som en inre klocka efter travet, när det börjar närma sig så känner jag det i kroppen (skratt)... man mår ju så jävla bra av att vinna, det går inte att förklara den kicken tror jag... förluster kunde jag skaka av mig bara, men vinsten lever man länge på... det är en kombination av det här att ha sju rätt och att det denna gång ger mycket pengar som drar också, men det är kicken man är ute efter”

Vägen att bli spelfri har inte varit spikrak, redan 2002 gick Fredrik med i Spelberoendes förening för spelare på eget initiativ, hos vilken han fortfarande går på möten varje vecka. Fredrik har också sökt för att få hjälp på behandlingshem för spelberoende, och fick klartecken från behandlingshemmet, men fick nej från regionen bl.a. för att behandlingshemmet inte var nattbevakat. Då bestämde sig Fredrik för att försöka ordna ett jobb istället, vilken han fick och nu har ansökt om frigång för. I samma veva ordnade han också en lägenhet och det bestämdes att han skulle ha sin dotter hos sig och då beskriver Fredrik det som att han bestämde att nu är det definitivt slut med spelandet. Bara en vecka efter att detta ordnat sig så fick han beskedet att han fick komma till behandlingshemmet ändå, men det tackade han nej till eftersom han nu fått jobb, lägenhet och ska ha sin dotter hos sig.

Fredrik tror att han kommer att kunna hålla sig spelfri även framöver, han känner att han har upplevt tillräckligt med spänning i sitt liv och numera ser han det som att han tjänar pengar varje gång han inte spelar. Sitt stora intresse för trav har Fredrik behållit, men beroendet har han blivit kvitt. Han följer fortfarande dagligen travet på tv, och det är inga problem för honom, han ser det som så att vill han inte spela så kommer han inte göra det heller.

Trots svårigheterna som Fredrik haft p.g.a. spelandet skulle han ändå inte vilja ha allt ogjort.

”Jag har mycket fina minnen från travet, mycket skoj, vi hade ju en så fin gemenskap också och man litade på varandra fullt ut... käringarna var också med... så nä, ogjort skulle jag inte vilja ha det”

Sedan tre månader tillbaka räknar sig Fredrik som helt spelfri.

Jonas

Jonas berättar om hur han gick omkring med en självprofetia då hans far var spelmissbrukare och tog livet av sig tidigt under Jonas uppväxt. Efter år av spelande kom han till en punkt när det inte längre gick att fortsätta som tidigare. Han berättar att hans sunda förnuft förstod att det var riktigt illa, och han tänkte att om han fortsatte på det sättet som han gjorde så skulle han inte leva tills han var 30 år. Vi denna tidpunkt handlade det inte enbart om spelandet utan även alkohol och narkotika var med i bilden och Jonas beteende blev mer och mer destruktivt. Han hade skaffat sig så pass många negativa konsekvenser och mådde så dåligt i sig själv och han kände att han var tvungen att försvinna eller göra någonting åt det. Jonas funderade starkt på att ta sitt liv och han kände att han hade två vägar att gå, och han valde att ta tag i sina problem en gång för alla.

”Det är när du skaffar dig så pass många negativa konsekvenser så att du inte längre har någon väg ut... när tillgångarna är slut och relationerna är så pass förstörda och pajade så att du... du inte längre har, du inte ens litar på dig själv. Du har trampat så mycket på dig själv att du, att du funderar på att fly livet”

Jonas som tidigare provat lite olika lösningar för sitt spelberoende gick nu hos en coach, och hon gav honom ett nytt sätt att se på saker vilket gav Jonas tron på att man kunde förändra sitt öde och motiverade honom att hålla sig spelfri fram tills han påbörjade en behandling på ett behandlingshem.

”Det var precis som om jag hade ett öde, min bok var redan skriven, jag var så där offeraktig, att jag har ett öde. Men det var valet, jag började peppa mig själv, jag gick förbi spelbutiken där jag varit sedan länge och kände att nej, jag vill inte göra det här, jag väljer att inte göra det här Det var så och var enda gång som jag liksom sa nej och klarade av det så, ”yes, det här var bra alltså, det var jättebra, se, jag behöver inte gå och spela!” Men samtidigt så... så gick jag ingen behandling och då kokade jag väldigt mycket inombords, då fick jag andra infall.

Då var det att måla tavlor som en idiot hemma och liksom, det var allt som jag målade på så då blev jag helt manisk på det då. Så då bytte jag, men jag klarade av att inte spela, gick in för något annat väldigt mycket då. Så nu har jag varit spelfri i 14 månader”

4.5.1 Analys

Vägen ut ur spelandet har sett olika ut för alla våra informanter, gemensamt för alla är upplevelsen av en vändpunkt. Fuchs Ebaugh (1988) menar att vändpunkten är den näst sista fasen i processen att lämna en roll, vilken föregås av ”de första tvivlen” och ”sökandet efter alternativ”. Vid denna tidpunkt i våra informanters spelarkarriärer har de redan gått igenom den första fasen och befinner sig nu i den andra och tredje enligt Fuchs Ebaughs modell.

”Sökandet efter alternativ” kännetecknas av det som många beskriver, oklara alternativ blir tillslut till medvetna planer efter att individen en tid känt missnöje med sin roll.

När något alternativ ses som möjligt att genomföra söker sig individen till den grupp som man önskar tillhöra i sin nya roll och börjar identifiera sig med dess medlemmar (Fuchs Ebaugh, 1988).

Alla våra informanter tog kontakt med Spelberoendes förening för att få stöd i sin nya roll som ”ex-spelare/spelfri”. Här fann de andra människor som hade liknande erfarenheter som dem själva och de fick möjlighet att diskutera kring sina upplevelser, möjligheter och svårigheter. Fuchs Ebaugh (1988) beskriver att stödet från närstående är viktigt när individen ska fullfölja att lämna sin nuvarande roll och träda in den nya. Både Erik och Daniel berättar om ett starkt stöd ifrån deras familjer när de skulle ta sig ur sitt beroende. Genom familjens stöd och förståelse fick de motivation att sluta spela och ifrån det beslutet gå vidare mot behandling och kamratstöd. Även Anders och Johans familjer har haft en central roll i deras väg mot att bli spelfria.

Shibutani menar att när individen står inför en konflikt mellan olika sociala världar så kan känslor av skuld och skam uppstå (Skårner, 2001). Scheff tar upp att känslor av skam hänför sig till att det sociala självet värderas negativt och att känslor av otillräcklighet och underlägesenhet uppstår. Oidentifierad och förnekad skam ger upphov till hot mot de sociala banden och ligger till grund för destruktiva känslor och beteenden (ibid.). Det finns en möjlighet att individen fastnar i en mer eller mindre kronisk spiral av skam på grund av skamkänslornas återkommande karaktär. Detta kan i värsta fall leda till att individen funderar i banor kring att ta sitt eget liv (ibid.).

Det spelande som våra informanter ägnade sig åt är i sig ett destruktivt beteende vilket för några ledde till att de faktiskt övervägde självmord som ett alternativ.

Hos individen kan vändpunkter ta fram känslor som är både negativa och positiva, detta kan även gälla för nätverket kring individen (Fuchs Ebaugh, 1988). En vändpunkt kan innebära att man talar om sitt beslut för andra och att det minskar det inre trycket som individen kan känna av på grund av de motstridiga krav som man upplever (ibid.). En typ av vändpunkt är utmärkande händelser som innebär att något plötsligt händer som leder till ett direkt beslut om att bryta upp (ibid.).

För Fredrik bestod hans vändpunkt i en utmärkande händelse där han åkte fast vid en smuggelaffär och hans dotter blev lidande då de hade bestämt en resa tillsammans som p.g.a. detta inte blev av. Hela händelsen och dess konsekvenser tog honom mycket hårt och han bestämde sig där och då att nu får det vara nog, nu skulle han sluta spela.

Eriks vändpunkt ser vi som en blandning av vändpunkt ett och vändpunkt två, som placeras in under det som benämns som en vardaglig händelse som fungerar som kulmen på ett förlopp och som ger en känsla av att man inte står ut längre utan att något måste göras (ibid.).

Erik berättar om hur han fullständigt rasade ihop när hans fru ville skiljas, och om hur han tidigare trott att han redan nått botten när han förlorade sitt jobb, men att detta var värre.

Detta blev starten på hans vändpunkt.

Fuchs Ebaugh (1988) tredje typ av vändpunkt består i tidsrelaterade faktorer, vilket innebär att om inte ett uppbrott sker så medför det en risk att den nuvarande situationen varar för evigt. I Anders historia finns denna känsla presenterad i det Anders tar upp som sin vändpunkt på vägen mot att bli spelfri. Han berättar om att han insåg att han fick välja; antingen så väljer han spelarvärlden och det liv som det innebär att vara en spelare, och i förlängningen då också att han enbart skulle ha spelarkompisar och att han för alltid skulle komma att vara en spelare. Det andra alternativet var att välja att sluta att spela, bryta upp från det beteendet och lämna det livet bakom sig, vilket han ju valde.

Händelser som i sig berättigar ett uppbrott är också en typ av vändpunkt enligt Fuchs Ebaugh (1988), och hon kallar denna vändpunkt för ursäcker. I Johans fall var det denna typ av vändpunkt som var det avgörande då hans situation med spelandet innebar en hälsorisk på det sättet att han ständigt var deprimerad. Tillslut fick han hjälp på vägen mot att bli spelfri i form av mediciner mot depression och kognitiv beteendeterapi. Den sista typen av vändpunkt som tas upp är det som Fuchs Ebaugh benämner som "antingen/eller situationer", vilket innebär att ett uppbrott ur situationen är nödvändigt för individen för att rädda något som är värdefullt för denne. Både Jonas och Daniel tar upp situationer i deras uppbrott som stämmer väl överens med denna typ av vändpunkt. För Jonas del var det att han efter år av spelande tillslut kom till en punkt där han insåg att det inte längre gick att fortsätta med sitt beteende. Han beskriver det som att han hade fått så många negativa konsekvenser av sitt beteende och mådde så dåligt att han såg det som att han hade att välja på att antingen ta sitt liv eller en gång för alla ta tag i sina problem, och han valde det senare. Daniels uppbrott bestod i att hans fru gav honom ett ultimatum där han fick att välja på att antingen sluta spela eller så skulle hon lämna honom. Han valde att sluta spela och säger själv att det var tack vare hans frus ultimatum som han tog tag i sitt spelberoende.

Alla våra intervjupersoner nämner att de på ett eller annat sätt fortfarande handskas med vissa delar från sitt förflutna som spelberoende. Fredrik nämner att han fortfarande följer travet och ibland träffar sina gamla travkompisar, men att han numera aldrig spelar själv.

Både Johan och Jonas nämner att de än idag kan känna en längtan efter att spela datorspel men att de idag har styrkan att hantera detta på ett bra sätt. Johan nämner även att han ibland kan drömma om datorspel. Anders berättar om hur han går på föreningens möten, som en påminnelse om hur bra han faktiskt mår idag och hur långt han har kommit på vägen.

I den fjärde och sista fasen av att skapa en exroll handlar det mycket om att avskilja sig från den gamla rollen samt att skapa en ny identitet (Fuchs Ebaugh, 1988). För de flesta är detta en svår och jobbig process som medför spänningar mellan det förflutna, nutid och framtid, och med ambivalens emellan det gamla och det nya (ibid.). Vissa svårigheter som lyfts fram och som stämmer in på några av våra intervjupersoner är när det kommer till att förhålla sig till andra ur den gamla miljön och att handskas med det som finns kvar av den tidigare rollen (ibid.). Vissa omständigheter eller tillstånd kan ha en stark symbolik för individer som gjort ett uppbrott från en roll och kan framkalla en längtan tillbaka till detta (ibid.).

Gemensamt för alla våra intervjupersoner är att kamratföreningens stöd har varit ett betydelsefullt inslag på deras resa mot spelfriheten.

5. Diskussion

5.1 Återkoppling till frågeställning nr 1.

Debuten som spelare ser i vår studie olika ut i det att spelen och handlingarna skiljer sig åt, men vi tycker oss se att de bakomliggande processerna är desto mer lika.

Det vi slås av när vi tittar på debuten i spel är att initieringen till spelandet är så lätt.

Spel är något som är öppet för alla, visserligen finns det åldersgränser på statliga spel, men i spelandet som pågår hemma, ex. pokerkvällar, så är ingen exkluderad. Även spelets roll i samhället tror vi bidrar till att debuten i spelande ter sig så enkel.

Att tillgängligheten idag är så stor och att det finns möjligheter att spela på olika spel på dygnets alla timmar ser vi efter vår studie som starkt bidragande till att man lätt fastnar i spel. Även Internet erbjuder idag i princip alla spel, och dessutom konstant, vilket innebär att man här kan vara osynlig, ingen ser hur länge du spelar eller hur mycket du satsar. Ytterligare en fara vi kan se med Internetspelande är att pengarna du spelar för lättare känns överkliga för dig, de blir bara en siffra på skärmen.

När vi ser dagens marknadsföring av spel, och tanken på de summor som ligger bakom, i kontrast till de resurser som satsas på att informera om och förebygga spelberoende, känns det väldigt dubbelt att dessa två ska komma från samma upphovsman. Det tål också att tänkas på hur ett stort statligt bolag kan arbeta på detta sätt, med som vi upplever det, reklam riktad till utsatta grupper i samhället, såsom ungdomar och ensamma människor.

Vi tycker oss se att det är vanligt att socialiseras in i spelandet genom bekantskapskretsen eller den närmsta familjen. Det tycks också vara lättare att debutera på spelets arena än på en sådan för substansberoenden, då spel är så otroligt lätt att börja med och anses inte heller lika farligt. Vi upplever inte heller att man agerar särskilt restriktivt gentemot spelande. De flesta känner säkert någon som spelar och det är oftast inget som väcker någon större reaktion, och om det gör det så är den sällan av det negativa slaget, snarare ställs frågor av det positiva och nyfikna slaget, t.ex. "hur gick det?" och "vann du?".

Vi har i vår studie fått se att vägen in i spelandet inte behöver vara tydlig eller spikrak, och tidsmässigt kan den skilja sig mycket. Våra tankar och funderingar kring hur det ser ut när man börjar spela första gången rör sig kring att det handlar mycket om tillfälligheter och situationer, samtidigt som vi tror att det finns en nyfikenhet bakom debuten, att man söker något nytt och roligt. Att det finns någon slags rastlöshet, man letar efter något mer än det vanliga. De flesta människor uppskattar att ha något som bryter av vardagen, ofta i form av en hobby eller ett intresse som får ta plats.

Att vinna ses av våra intervjupersoner som något positivt och eftersträvansvärt, och många gånger också som ett tecken på inte bara tur, utan också på kunskap. Att i början av ett spelande få en vinst har ofta fungerat som en trigger för vidare spelande genom det positiva tänkandet som väcks om sig själv, man får bekräftelse tillbaka att man är bra på någonting. Individens som spelar kan uppleva en känsla av man har en viss kunskap som just det spelet kräver och att man på det sättet är den som har kontrollen. Spelandet har också genererat att man upplever att man får ett positivt självförtroende. Vi tror att det är just dessa känslor som väcks hos individen som spelar en stor roll för att man fortsätter att spela. I början av spelandet så har vi intrycket av det sällan är att man upplever några negativa känslor och därför uteblir en negativ upplevelse som kan kopplas samman med spelet. Därmed ses och upplevs spel som enbart något positivt och då finns det i detta stadium heller ingen anledning till att man inte skulle gå tillbaka och spela igen.

5.2 Återkoppling till frågeställning nr 2.

När spelandet börjar ta allt mer tid och medföra negativa konsekvenser för individen, då har vi i studien sett att spelandet håller på att utvecklas till ett beroende. Vi upplever att olika spel ger olika status och är även mer eller mindre socialt accepterat i samhället. Under vår studies gång har vi också fått uppfattningen att en del spel med gamla anor som travet mer ses som ett genuint intresse än att sitta framför datorn i tio timmar. Att sitta och spela spel ensam tror vi inte ses som ett lika accepterat spel som det spel som sker i sociala sammanhang.

Våra intervjupersoner har alla beskrivit hur spel har en stark lockelse och det är lätt att förföras av spelarvärlden med sina attribut i form av underhållning, snabba pengar, en glamorös livsstil och stor status, det ges en möjlighet att för en stund bli någon annan. De attribut som finns kring spel är positivt laddade.

Spel som beroende upplever vi vara svårt då det har många likheter med andra beroenden på en emotionell nivå men i kontrast till detta står att spel är så socialt accepterat vilket vi tror gör det lättare att dölja. Ett steg som vi tror är av stor vikt för att medvetandegöra problemet för individen är att omgivningen reagerar, men när det gäller spel upplever vi att denna reaktion kommer en avsevärd bit in i beroendet. Ytterligare en svårighet med spel som beroende som vi har sett i studien är att man först tenderar att se det som ett ekonomiskt problem istället för att titta på känslorna bakom beteendet. Man botar symptomen men inte problemet. Datorspelsberoende upplever vi vara ännu svårare då det inte vanligtvis ger några direkta ekonomiska konsekvenser, även om det i längden kan bli så bl.a. om man inte går till jobbet. Mycket av spelandet verkar ske i det fördolda och vi upplever att det finns mycket skuld och skam kring det. Idag lever vi i ett individcentrerat samhälle och en del av svårigheten anser vi ligger i detta, oftast så ifrågasätter ingen vad någon annan gör på sin fritid, vilket i förlängningen kan bidra till ett fortsatt spelande.

Vi tror inte att den första tanken kring spel kopplas till att det kan leda till något negativt, snarare tvärtom och särskilt om det är ett väldigt socialt spel tillsammans med andra som t.ex. trav eller kasino. När vi jämför med alkohol eller narkotika så tror vi att dessa sedan tidig ålder är förknippade med negativa konsekvenser. Denna koppling upplever vi inte görs på samma sätt med spel.

5.3 Återkoppling till frågeställning nr 3.

Vi har genom vår studie fått uppfattningen att det finns en mindre förståelse för ett spelberoende, även om vi hoppas och tror att det kommer att ändras. En orsak till svårigheterna kan vara att det ännu inte är inskrivet i Socialtjänstlagen, men också då många ägnar sig åt spel utan att för den sakens skull vara beroende. Spel ses inte som ett lika allvarligt beroende som många andra, reaktionen verkar ofta vara att det bara är att sluta när man själv vill det. Detta är dock en sanning med viss modifikation, när man väl vill sluta spela har man tagit första steget mot vägen ut, men det är vägen dit vi uppfattar som den största svårigheten. När man är fast i spelets klor sviker man både sig själv och sina anhöriga, man blir intrasslad i ett nät av lögnar och förnekande och man vet inte hur man ska ta sig ut. Det finns en sådan stor drivkraft i viljan att spela, i beroendet. Känslorna av besvikelse och skuld har en mycket negativ påverkan på självförtroendet, detta är något som flera av våra informanter har berättat hur de kämpat med. När självförtroendet går ner är det lätt att man söker sig tillbaka till spelet som fungerar som en fristad från kampen att vilja sluta.

Återfall har i vår studie inte varit vanligt, suget efter spel har funnits där men kunnat bemästras. När vi tittat på dataspelsberoende verkar suget efter att spela igen vara ännu starkare där än för de andra spelformerna. Detta tänker vi oss skulle kunna ha sin förklaring i

lockelsen av att enkelt kunna byta identitet, och dessutom fritt forma den både intellektuellt och utseendemässigt. Datorspelande kanske är den spelform som allra mest ses som en hobby, i kombination med den största tillgängligheten av alla, då du har datorn hemma, kan det också ses som bidragande faktorer till att skapa ett beroende.

Att upplevelsen av vändpunkter skulle vara så tydlig som den för våra informanter visade sig vara, var intressant, liksom att alla hade väldigt olika sådana. Särskilt intressant var att några slutade helt på eget initiativ, medan andra fann kraft och fick draghjälp utav närstående. Det behövde inte heller vara något särskilt som fick bägaren att rinna över, ibland behöver det inte ens vara så att bägaren rinner över. Det har varit fängslande att få ta del av vad det är som faktiskt motiverar människor att ta sig ur ett spelberoende och sedan fortsätta jobba för att hålla sig spelfria. I vägen ut, när man ska lämna ett spelberoende, tror vi att det är oerhört viktigt att man har stöd från sin omgivning, att man får positiv respons på att det man gör är bra och rätt. Samtidigt måste det finnas en förståelse för svårigheter och att man troligtvis stöter på motstånd längs vägen. Våra informanter fann mycket motivation i stödet från sina anhöriga, samtidigt som det finns berättelser om hur svårt det kan vara för en familj att ta upp och konfrontera den spelberoende. Man vill inte sära eller kanske inte ens veta hur det egentligen ligger till, för så länge man inte vet behöver man inte heller ta ställning till hur man ska hantera informationen.

Under studiens gång kom vi att reflektera över hur mycket svårare vägen ut kan te sig om man saknar stöd från den närmsta omgivningen, och att då söka och hitta styrka hos sig själv även när motivationen tryter. Våra intervjupersoner har berättat om varierade grad av anhängigtöd respektive eget initiativ, dock har vi fått uppfattningen att det i slutändan är individens egen vilja och beslut som är det avgörande.

5.4 Avslutande reflektioner och förslag till fortsatt forskning

Vi har i arbetet med denna uppsats fått en fördjupad kunskap om spelberoende både som fenomen och process. Det har varit en utmaning att skriva denna uppsats, men samtidigt en väldigt rolig och inspirerande sådan, då forskningsområdet kring spelberoende fortfarande är relativt ungt.

Det som vi finner mest intressant i uppsatsens resultat är att även om spelberoendet såg väldigt olika ut på ytan så fanns det ändå stora likheter i tankemönster och drivkrafter bakom handlandet. Likaså har inblicken i de stadier och den process ett spelberoende innebär varit spännande och lärorik att följa. Att få en inblick i problematiken kring datorspelsberoende har varit extra intressant då det om något känns utforskat.

Att fördjupa oss i detta ämne har gett mycket tillbaka, vi har fått en större förståelse och insikt i den problematik som ett spelberoende omfattar, något vi tar med oss i vår framtida yrkesroll.

Det skulle vara spännande att se forskning på hur det blir efter att man blivit spelfri, vi har bara kort berört ämnet, och skulle gärna se någon utförligare studie på detta. Hur ser samhället på före detta spelberoende, är det mer eller mindre stigmatiserande än andra "ex-roller"? Ett annat område som arbetet med uppsatsen lyft fram för oss är hur samhällets resurser för beroende fördelas. Vi skulle gärna se forskning på hur socialtjänsten kan öka sitt kunnande kring spelberoende, samt kring hur resurserna ska kunna utökas och mobiliseras kring detta problem?

Referenslista

Berg, Lars-Erik (1998): *Den sociala människan: Om den symboliska interaktionismen i Månsson, Per (red): Moderna Samhällsteorier – traditioner, riktningar, teoretiker.*

Charon, Joel (1998): *Symbolic interactionism – an introduction, an interpretation, an integration.* New Jersey: Prentice Hall.

Fuchs Ebaugh, Helen Rose (1988): *Becoming an Ex – The Process of Role Exit.* Chicago: The University of Chicago Press.

Hedin, Ulla-Carin/ Månsson, Sven-Axel (1998): *Vägen ut – Om kvinnors uppbrott ur prostitutionen.* Stockholm: Carlssons.

Kühlhorn, E. (red) (1994) *Spelandet i Sverige.* Stockholm: Brottsförebyggande rådet

Kvale, Steinar (1997): *Den kvalitativa forskningsintervjun.* Lund: Studentlitteratur.

Larsson, Sam (2005): *Kvalitativ metod* i Larsson, Sam/Lilja, John/Mannheimer Katarina (red): *Forskningsmetoder i socialt arbete.* Lund: Studentlitteratur.

Månsson, Sven-Axel (2002): *Interaktionistiska perspektiv på studiet av sociala problem - processer, karriärer och vändpunkter* i Meeuwisse, Anna/ Swärd, Hans (red.): *Perspektiv på sociala problem.* Stockholm: Natur och Kultur.

Nilsson, Thomas (2002): *Jakten på jackpot – en bok om spelberoende.* Stockholm: Fri förlag.

Rönnerberg, Sten (2000) *Spel och spelberoende i Sverige.* Stockholm: Folkhälsoinstitutet

Skårner, Anette (2001): *Skilda världar? En studie av narkotikamissbrukares sociala relationer och sociala nätverk.* Göteborg: Kompendiet AB.

Stymne, A. (2002): *FHI 2002:36 – Forskarseminarium om spelberoende.* Stockholm: Statens folkhälsoinstitut

Trost, Jan (1997): *Kvalitativa intervjuer.* Lund: Studentlitteratur.

Artiklar:

Binde, P. (2005): *Spel i ett antropologiskt perspektiv.* Socialt Perspektiv, nr 1, sid. 7-24 .

Hemsidor:

Nationalencyklopedin (2007): *”Beroende”* 2007-03-19 kl. 14.00

http://www.ne.se.ezproxy.ub.gu.se/jsp/search/article.jsp?i_art_id=127652&i_word=beroende

Nationalencyklopedin (2007): "*Spel*" 2007-03-19 kl. 14.00
http://www.ne.se/jsp/search/article.jsp?i_art_id=312624&i_word=spel

Slutaspela (2007): *Frågor och svar om spelberoende*. 2007-03-19 kl. 14.00
http://www.slutaspela.nu/information_fragor_svar.html

Vetenskapsrådet (2007): *Forskningsetiska principer inom humanistisk - samhällsvetenskaplig forskning*. 2007-03-19 kl. 16.00
http://www.vr.se/download/18.6b2f98a910b3e260ae28000360/HS_15.pdf

2007-03-19

Intervjupersoner sökes!

Vi är två studenter som går sista terminen på socionomprogrammet på Göteborgs universitet, och vi ska skriva vårt examensarbete om spelberoende. Till detta behöver vi fem intervjupersoner.

Uppsatsen vi skriver kommer att ha fokus på ett spelberoende från "början till slut", och hur detta kan se ut och upplevas av den enskilde. För att kunna genomföra detta behöver vi kontakt med Dig som numera är spelfri och kan tänka Dig att dela med Dig av Dina erfarenheter kring spelberoendet.

Intervjuerna kommer att ta ungefär en timme, och intervjun kommer att röra sig kring olika teman. Temana är "*tiden innan spelberoendet*", "*första tillfället när spelandet blev för mycket*", "*tiden efter detta*", "*vändpunkter och vägen ut*". Till varje tema kommer vi att ställa en samling frågor som är kopplade till temats rubrik. Intervjuerna kommer att genomföras av oss båda och med hjälp av bandspelare (förutsatt att detta är okej för Dig som intervjuperson).

Som deltagare är Du anonym, och inga namn eller personuppgifter kommer att finnas i den färdiga uppsatsen. Innan materialet publiceras kommer Du att erhålla en kopia med texten från Din intervju, som vi ber Dig godkänna för användning. Som intervjuperson väljer Du själv i vilken utsträckning Du vill svara på frågorna, och Ditt deltagande är frivillig vilket innebär att Du om Du ändrar Dig kan välja att avbryta Din medverkan. Inget av "Ditt" material kommer då att användas i uppsatsen. Som deltagare kommer Du naturligtvis att få ett exemplar av den färdiga uppsatsen.

Vi hoppas att Du är intresserad av att hjälpa oss med vår uppsats, och vi skulle uppskatta Din medverkan. Vi behöver göra intervjuerna så snart som möjligt, helst under nästkommande vecka (v.13), så vi vore tacksamma för kontakt så snart som möjligt. Om Du vill ställa upp, eller funderar på det och har några frågor eller funderingar, tveka då inte att ta kontakt med någon av oss. Du kan också lämna namn och telefonnummer nedan, så tar vi kontakt med Dig!

Tack på förhand och med vänliga hälsningar, Therese och Evelina.

Våra kontaktuppgifter är:

Therese Mårtensson, tfn: XX, e-mail: XX

Evelina Lundholm, tfn: XX, e-mail: XX

Alternativt anmäl Ditt intresse här:

Ditt namn: Kontaktuppgift:

Bilaga 2, intervjuguide

Teman för intervjun:

- 1) ”tiden innan spelet”
- 2) ”första tillfället du märkte att spelet gick överstyr/blev för mycket” Vad hände med/i ditt liv? När och hur började spelet, beskriv hur det gått till? Lockelse- faror/ socialt
- 3) ”tiden efter detta”: försök att sluta/återfall i det gamla. Ambivalenser
- 4) ”upptrappning eller nedgång av spelet, fortskridandet”
- 5) ”vändpunkter, behandling, en väg ut”

Frågor till teman:

- 1) - hur såg ditt liv ut vid den här tidpunkten, familj, vänner, intressen, arbete?
- fanns spel/spelande med under din uppväxt? (om ja, på vilket sätt?)
- vilken roll hade spelet vid detta tillfälle (hobby, avkoppling, sällsynt förekommande etc.) ?
- 2) - såg ditt liv i stort sett likadant ut nu som tidigare?
- tror du själv att det var något som triggade igång det ökande spelet?
- hur var känslan av kontroll över spelet vid denna tidpunkt?
- blev det redan här några konsekvenser av spelet? (sociala och/eller andra)
- upplevde du någon reaktion ifrån din omgivning? Vem reagerade och vad sades?
- hur såg du själv på situationen vid denna tidpunkten? Ev. ambivalenser
- 3&4) - pågick spelet i samma takt hela tiden eller var det mer nyanserat, ex. ”toppar och dalar, plåtår”? Vad styrde?
(- hur såg du på dina vinstchanser och dina egna möjligheter att påverka spelresultatet?)
- hur såg du på spelet och fyllde spelet en tydlig funktion? (avslappning, inte så farligt, ett problem ex.).
- hur såg beteendet kring spelet ut? (ex. ritualer, förklaringar).
- var det några reaktioner från din omgivning, och i så fall hur såg de ut, och hur såg du på dem/hanterade du dem?
- när erkände du för dig själv att spelet var ett problem?
- 5) - upplevde du att det finns någon/några vändpunkter i processen, uppåt/neråt, en händelse eller person eller liknande som var avgörande eller som förändrade någonting?
- hur såg dina egna tankar ut kring spelet och beteendet kring detta vid denna tidpunkt? Din inställning till spelet och ev. behandling?
- första steget mot att bli spelfri, hur såg det ut? hur togs initiativet?
- hur fortsatte det därifrån? återfall?
- när kom tanken att jag vill sluta spela?
- läget idag, tankar kring ditt spelande i ett bakåtperspektiv?
- vilken plats har spel hos dig idag?
- hur upplever du att samhället ser på spelberoende? resurser?

- vilken plats tycker du att spelande har i samhället idag? socialt accepterat?
- hur definierar du beroende? (orsaker, hur skapas det och vidmakthålls?hur bryta?)
- varför tror du att spelet utvecklades till ett beroende i ditt fall?