



samk



Satakunnan ammattikorkeakoulu
Satakunta University of Applied Sciences

MARI RAJALA

Hoitoon hakeutumisen haasteet rahapeliriippuvaisen näkökulmasta

SOSIAALIALAN KOULUTUSOHJELMA
2020

Tekijä Rajala, Mari	Julkaisun laji Opinnäytetyö, AMK	Päivämäärä marraskuu 2020
	Sivumäärä 34	Julkaisun kieli suomi
Julkaisun nimi Hoitoon hakeutumisen haasteet rahapeliriippuvaisen näkökulmasta		
Tutkinto-ohjelma Sosiaalialan koulutusohjelma		
<p>Tiivistelmä</p> <p>Rahapeliriippuvuus altistaa yksilön ja tämän lähipiirin erilaisille vakaville sosiaalisille, taloudellisille ja terveydellisille ongelmille. Rahapeliriippuvuuden moninaisuus ja liittyminen moniin muihin ongelmiin tekee peliriippuvuudesta myös yhteiskunnallisesti haastavan ongelman. Palvelujärjestelmämme onkin vaikeaa tunnistaa rahapeliriippuvuutta ja kohdentaa oikeanlaista ja oikea-aikaista apua rahapeliriippuvaiselle ja tämän läheisille.</p> <p>Tutkimukseni tarkoituksena on löytää ja kuvailla niitä haasteita, joita rahapeliriippuvuuden kanssa kamppailevat kokevat hoitoon hakeutumisessa olevan. Tavoitteenani on myös lisätä tietoisuutta rahapeliriippuvuudesta ja sen mukanaan tuomista haasteista ja tällä tavoin vähentää rahapeliriippuvuuden yksilölle aiheuttavaa stigmaa.</p> <p>Tämä opinnäytetyö toteutettiin laadullisena- eli kvalitatiivisena tutkimuksena. Aineistonkeruumenetelmänä käytettiin puolistrukturoitua teemahaastattelua. Aineistoa varten haastateltiin neljää täysi-ikäistä rahapeliriippuvaista.</p> <p>Tutkimuksessa todettiin, että vaikka haastatellut tiedostivat itse hyvin varhaisessa vaiheessa oman tilanteensa, moni uskotteli virheellisesti itselleen selviytyvänsä yksin ongelmansa kanssa. Useat haastatellut kertoivat oman tilanteen tuoman häpeän lisänneen ongelman syvyyden salailua ja pitkittäneen hoitoon hakeutumista. Avun piiriin pyrkiesään osa koki turhautuneisuutta hoitohenkilökunnan puutteellisten tietojen ja hoitotaholta toiselle pompottelun vuoksi. Jokaisessa haastattelussa nousi esiin myös vertaistukiryhmien vähyys ja niiden pitkät jonotusajat.</p>		
rahapeliriippuvuus, ongelmapelaaminen, rahapelihaitat		

Author Rajala, Mari	Type of Publication Bachelor's thesis	Date November 2020
	Number of pages 34	Language of publication: Finnish
Title of publication Challenges in seeking treatment from the perspective of a gambling addict		
Degree programme Bachelor of Social Services		
Abstract <p>Gambling addiction exposes the individual and those close to it to a variety of serious social, economic and health problems. The diversity of gambling addiction and its association with many other problems also makes gambling addiction a socially challenging problem. It is therefore difficult for our service system to identify gambling addiction and target the right kind and timely help to the gambling addict and their loved ones.</p> <p>The purpose of my research is to find and describe the challenges that those struggling with gambling addiction experience in seeking treatment. My goal is also to increase awareness of gambling addiction and the challenges it brings, and thus reduce the stigma that gambling addiction causes to the individual.</p> <p>This thesis was carried out as a qualitative study. A semi-structured thematic interview was used as the material collection method. For the material, four adult gambling addicts were interviewed.</p> <p>The study found that although interviewees became aware of their own situation at a very early stage, many mistakenly believed that they could cope alone with their problem. Several interviewees said that the shame brought about by their own situation increased the secrecy of the depth of the problem and prolonged the time to seek treatment. As seeking help, they experienced frustration due to the lack of information from the nursing staff and the bouncing from one care unit to another. Each interview also highlighted the scarcity of peer groups and their long queuing times.</p>		
gambling addiction, problem gambling, gambling disadvantages		

SISÄLLYS

1 JOHDANTO	5
2 PELAAMISEN MONET KASVOT	6
2.1 Rahapelaaminen Suomessa	6
2.2 Ongelmapelaaminen ja rahapeliriippuvuus käsitteinä.....	8
2.3 Rahapelihaitat	9
3 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS	11
3.1 Tutkimuksen tausta ja tavoitteet.....	11
3.2 Tutkimusprosessin aloitus	13
3.3 Tutkimus- ja aineistonkeruumenetelmä	14
3.4 Aineiston analysointi	15
3.5 Opinnäytetyön eettisyys ja luotettavuus.....	16
4 TUTKIMUSTULOKSET	17
4.1 Ongelman tiedostaminen.....	17
4.2 Salailu ja häpeä.....	18
4.3 Peliriippuvuuden tuoma ahdistus	21
4.4 Sosiaali- ja terveydenhuollon ammattilaisten tiedot rahapeliriippuvuudesta koettiin puutteellisiksi.....	23
4.5 Vertaistuen merkitys toipumisprosessissa.....	24
4.6 Kuulluksi tulemisen merkitys.....	26
5 JOHTOPÄÄTÖKSET	27
6 LOPUKSI.....	30
LÄHTEET.....	32
LIITTEET	34
Liite 1. Haastattelun runko	34

1 JOHDANTO

Opinnäytetyössäni tutkin rahapeliriippuvaisten kokemuksia haasteista, joita he kokevat hoitoon hakeutumisessa olevan. Kiinnostuin tästä aiheesta sen ajankohtaisuuden vuoksi. Suomessa rahapeliriippuvaisten määrä on jatkuvassa nousussa ja mahdollisuus rahapelaamiseen on digitalisoituvan ympäristömme seurauksena alati helpompaa. Voidaan siis olettaa rahapeliriippuvaisten määrän tuskin laskevan tulevaisuudessa.

Rahapeliriippuvuus altistaa yksilön ja tämän lähipiirin erilaisille vakaville sosiaalisille, taloudellisille ja terveydellisille ongelmille (Kaasinen, Halme & Alho 2009). Rahapeliriippuvalaiset kärsivät valtaväestöä enemmän esimerkiksi päihde- ja mielen-terveysongelmista. Erilaiset talousongelmat ja velkaantuminen ovat myös niitä haasteita, joiden kanssa rahapeliriippuvalaiset jatkuvasti arjessaan kamppailevat. Rahapeliriippuvuuden yhteydessä esiintyvät muut ongelmat kuormittavat mittavasti jokaista rahapeliriippuvaista ja tuovat valtavaa inhimillistä kärsimystä rahapeliriippuvalaiselle itselleen ja koko tämän lähipiirille. Yhteiskuntatasolla nämä ongelmat puolestaan näkyvät erilaisina kustannuksina. Suomessa ei rahapelaamisen haittakustannuksia ole arvioitu, mutta kansainvälisten tutkimusten perusteella voidaan olettaa kustannusten myös Suomessa olevan merkittäviä. (Murto & Mustalampi 2015, 20.)

Tutkimalla ja ymmärtämällä haasteita, joita peliriippuvalaiset kokevat hoitoon hakeutumisessa olevan, voidaan tulevaisuudessa mahdollisesti tarjota oikeanlaista ja oikea-aikaista apua mahdollisimman monelle rahapeliriippuvalaiselle ja tämän läheisille. Opinnäytetyöni yhtenä tavoitteena on myös lisätä yleisesti tietoisuutta rahapeliriippuvuudesta ja sen mukanaan tuomista haasteista ja tällä tavoin vähentää rahapeliriippuvuuden yksilölle aiheuttavaa stigmaa.

Opinnäytetyöni tilaaja on Sosiaalipedagogiikan säätiö eli Sosped-säätiö. Sosped-säätiö on valtakunnallinen sosiaalialan säätiö, joka tukee erityisesti sellaisia ihmisryhmiä, jotka ovat yhteiskunnallisen tilanteen seurauksena ajautuneet ongelmiin tai jääneet vaille julkista tukea. Sosped-säätiön Pelirajat' on järjestää monipuolista vertais-

tukea peliriippuvaisille ja heidän läheisilleen. Opinnäytetyöni haastattelukutsu lähetettiin noin 90 henkilölle, jotka ovat kyselleet Pelirajat' on vertaistuen palvelua Pirkanmaan alueella.

Aluksi luvussa kaksi kerron yleisesti rahapelaamisesta Suomessa ja avaan ongelmapelaamista ja rahapeliriippuvuutta käsitteinä. Luvussa kaksi käydään läpi myös erilaisia rahapelaamisen aiheuttamia haittoja. Kolmannessa luvussa avaan tutkimuksen taustan ja tavoitteet sekä esittelen tutkimus- ja aineistonkeruumenetelmät. Saman luvun loppupuolella käsitellään aineiston analysointi ja työn eettisyys sekä luotettavuus. Tutkimustulokset esitellään kokonaisuudessaan neljännessä luvussa. Opinnäytetyön lopuksi kerron tutkimuksesta tehdyt johtopäätökset ja loppupohdinnan.

2 PELAAMISEN MONET KASVOT

2.1 Rahapelaaminen Suomessa

Rahapelaaminen on Suomessa suosittua ajanvietettä. Yleinen suhtautuminen rahapelaamiseen on muuttunut ajan kuluessa yhteiskunnassa yhä hyväksytyimmäksi. Vielä muutama vuosikymmen sitten rahapelaamista leimasi synty ja paheellisuus. Nykyajan viihteellistyvässä ympäristössä on sosiaalisesti hyväksytyä hakea viihdykettä ja jännitystä elämään rahapelaamisesta. Rahapeliyhtiöt markkinoivat pelejään unelmilla paremmasta tulevaisuudesta ja äkkirikastumisesta ja tarjoavat arjen pakopaikan sitä hakeville pelaajille. Entisaikaan ihminen oli yhteisöön, aikaan ja paikkaan sidottu ja eli vuodenaikojen rytmittämää elämää. Sato kylvettiin keväällä ja korjattiin syksyllä ja näihin elämän välttämättömiin askareisiin osallistui koko yhteisö. Nykyihmisen ei tarvitse sitoutua luonnon kiertokulkuun ja hän voi yhteisöstä ja vuodenaikojen riippumatta toteuttaa itseään haluamallaan tavalla. Nykyihminen kuuluu kyläyhteisön sijaan sosiaalisen median tai internetpeliyhteisöihin. Rahapeliyhtiöt osaavat tehokkaasti käyttää hyväkseen tätä kehitystrendiä, vaikka eivät olekaan saaneet sitä aikaan. (Lund 2010, 16-20.) Nykyajan moderni ja digitalisoitunut ympäristö myös mahdollistaa pelaamisen koska vaan ja missä tahansa. Internet on jokaisen ulottuvilla ja älypuhelimien

yleistyminen sekä sosiaalinen media on avannut peliyhtiöille uuden ja tehokkaan kanavan pelien markkinoimiselle. (Parke, Wardle, Rigbye & Parke 2013, 10-12.)

Vuonna 2019 tehdyn väestökyselyn mukaan noin 112 000 suomalaista kamppailee rahapeliongelman kanssa. Koko väestöstä se on noin kolme prosenttia. Tästä noin puolella, eli 52 000 suomalaisella on rahapeli riippuvuus. Suomessa rahapeli riippuvuudesta käytetään WHO:n ICD tautiluokitusta. (Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen www-sivut.) Uusimman ja tällä hetkellä käytössä olevan ICD-10-tautiluokituksen mukaan liiallinen rahapelaaminen kuuluu hillitsemishäiriöihin ja siitä käytetään termiä pelihimo (F63.0). (Alho & Lahti 2015, 13-14.) Etenkin tutkimuksissa käytetyn amerikkalaisen psykiatriayhdistyksen uusimman tautiluokituksen Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM-5) mukaan patologinen pelaaminen määritellään rahapeli riippuvuudeksi. Peliriippuvuus voidaan jakaa lievään, keskivaikeaan ja vaikeaan. DSM-5 tautiluokituksen mukaan henkilö kärsii rahapeli riippuvuuden lievimmästä muodosta, mikäli seuraavista kriteereistä neljä täyttyy vuoden aikana. (lievä rahapeli riippuvuus = 4-5 kriteeriä, keskivaikea rahapeli riippuvuus = 6-7 kriteeriä, vaikea rahapeli riippuvuus 8-9 kriteeriä). (Castrén, Salonen, Alho, Lahti 2014, 469-472.)

1. Tarve pelata jatkuvasti suurenevilla rahasummilla saavuttaakseen haluamansa jännityksen.
2. Yritys vähentää tai lopettaa rahapelaaminen aiheuttaa rauhattomuutta tai ärtyneisyyttä.
3. On toistuvasti epäonnistunut yrityksissään kontrolloida, vähentää tai lopettaa rahapelaamista.
4. Ajatukset pyörivät rahapelaamisen ympärillä (esim. jatkuva tarve elää uudelleen aikaisempia rahapelitapahtumia, miettiä tasoitusmahdollisuuksia tai suunnitella seuraavaa rahapeliä ja ajatella pelaamiseen käytettävien rahojen hankintaa).
5. Pelaa usein tuntiessaan olonsa kuormittuneeksi (kokien esim. avuttomuutta, syyllisyyttä, ahdistuneisuutta tai masennusta).
6. Hävittyään rahaa palaa usein takaisin pelaamaan tasoittaakseen tappion (häviöiden takaa-ajo).
7. Valehtelee salatakseen rahapelaamiseen osallistumisensa määrän.
8. On vaarantanut tai menettänyt tärkeän ihmissuhteen, työpaikan tai koulutukseen tai työuraan liittyvän mahdollisuuden rahapelaamisen takia.

9. Tukeutuu muihin rahanhankinnassa helpottaakseen rahapelaamisen aiheuttamaa epätoivoista taloudellista tilannetta.

(Castrén, Salonen, Alho, Lahti 2014, 469-472.)

Rahapeliriippuvuus on huomoinnä nähtävissä päältä päin kuin esimerkiksi päihderiippuvuus ja tämä tekee peliongelman tunnistamisesta haastavaa. Huono tunnistettavuus vaikeuttaa merkittävästi ongelman käsittelyä sosiaali- ja terveydenhuollossa. Huonoa tunnistettavuutta vaikeuttaa myös pelaajien kokema häpeä ja pelaamisen salailu mikä saattaa johtaa pahenevaan peliongelman kierteeseen. Salailuun ovat syynä esimerkiksi ongelman kieltäminen, perheen tai parisuhteen menettämisen pelko tai yksinkertaisesti usko siihen, että kykenee lopettamaan pelaamisen ilman ulkopuolista apua. (Itäpuisto 2011, 313-316.)

Vaikka rahapelaamisesta on tullut yleisesti hyväksytympää, on suhtautuminen rahapelaamiseen silti kaksijakoista. Toisaalta rahapelaamisen tiedetään aiheuttavan riippuvuutta ja näin ollen myös vakavia yksilöllisiä haittoja kuten esimerkiksi velkaantumista, rikollisuutta sekä erilaisia sosiaalisia haittoja. Toisaalta taas on yleisesti tiedossa, että rahapelaamisesta saaduilla tuotoilla rahoitetaan monia yhteiskunnallisesti hyödyllisiä asioita. (Murto & Mustalampi 2015, 18-19.)

2.2 Ongelmapelaaminen ja rahapeliriippuvuus käsitteinä

Ongelmapelaaminen on rahapeliriippuvuutta lievempi tila. Kuitenkin ongelmapelaaminen aiheuttaa pelaajalle paljon erilaisia kielteisiä seurauksia. Ongelmapelaaja kärsii muun muassa erilaisista fyysisistä ja psyykkisistä terveysongelmista sekä taloudellisista vaikeuksista. (Alho & Lahti 2015, 12.)

”Käsitteillä rahapeliriippuvuus, pelihimo ja patologinen pelaaminen tarkoitetaan tilaa, jossa pelaaja ei kykene kontrolloimaan rahapelaamistaan ja laiminlyö sekä perustarpeitaan että velvollisuuksiaan.” (Alho & Lahti 2015, 12). Rahapeliriippuvuus on toiminnallinen riippuvuus, jossa pelaaminen jatkuu ja lisääntyy, vaikka aiheuttaa yk-

silön elämässä monenlaisia ongelmia. Pelaaja saattaa huomata palaamisen aiheuttamat negatiiviset seuraukset, mutta on kykenemätön muuttamaan toimintaansa. Toisinaan yksilö taas on haluton muuttamaan omaa toimintaansa tai kieltää ongelmansa kokonaan. (Peluurin www-sivut.)

2.3 Rahapelihaitat

Rahapelihaitoilla tarkoitetaan monia erilaisia negatiivisia seurauksia, joista pelaaminen aiheuttaa. Kielteisiä seurauksia ovat muun muassa taloudelliset vaikeudet sekä erilaiset sosiaaliset- ja terveydelliset haitat. (Alho & Lahti 2015, 10.) Rahapelihaitat vaikuttavat itse pelaajan lisäksi myös laajalti heidän lähipiiriinsä ja sosiaaliseen verkostoonsa. Yhteiskuntatasolla rahapelaamisen haitat näkyvät erilaisina kustannuksina. Suomessa ei rahapelaamisen haittakustannuksia ole arvioitu, mutta kansainvälisten tutkimusten perusteella voidaan olettaa kustannusten myös Suomessa olevan merkittäviä. (Murto & Mustalampi 2015, 20.)

Rahapeliongelmaisilla esiintyy erilaisia psyykkisiä sairauksia muuta väestöä enemmän. Masennusoireet ovat usein peliongelmaisen ensisijainen hoitoon hakeutumisen syy. Eri tutkimusten mukaan hoitoon hakeutuneista pelaajista 10-40 % kärsii eri asteisesta masennuksesta. Rahapeliongelmaisille tyypillinen piirre on heikko impulssikontrolli, joka liittyy myös moniin erilaisiin psykiatrisiin häiriöihin. Joidenkin tutkimusten mukaan myös aktiivisuuden ja tarkkaavaisuuden häiriö (ADHD) on rahapeliongelman kanssa esiintyvä samanaikaissairaus. Muita pelaajilla esiintyviä psyykkisiä sairauksia ovat kaksisuuntainen mielialahäiriö, erilaiset unihäiriöt ja ahdistuneisuushäiriöt. Rahapeliriippuvaisilla on myös merkittävästi muuta väestöä korkeampi itsemurhariski. (Heinälä 2015, 99-102.)

Taulukko 1. Psykiatristen häiriöiden samanaikainen esiintyminen rahapeliongelman kanssa. (Castren 2013).

Mielenterveyshäiriö	%
Alkoholihäiriö	13-73
Päihdehäiriö	26-76
Psykoaktiivisten lääkeaineiden väärinkäyttö	2-40
Tupakkariippuvuus	35-76
Mikä tahansa mielialahäiriö	12-56
Vaikea masentuneisuus	9-39
Kaksisuuntaisen mielialahäiriön maaninen vaihe	0-33
Ahdistuneisuushäiriöt	41-60
Yleistynyt tuskaisuus	8-11
Epäsosiaalinen persoonallisuus	23-35

Rahapeli- ja päihderiippuvuus on hyvin samankaltainen ongelma päihderiippuvuuden kanssa. Kumpaankin ongelmaan liittyy vahvasti toleranssin nousu ja pakonomainen tarve johonkin toimintaan. Pakonomaisen tarpeen mukana tulee kykenemättömyys pidättäytyä toiminnasta ja tämä aiheuttaa retkahtamisen. Addiktiolla, eli psyykkisellä riippuvuudella viitataan edellä mainittuun tilaan. Rahapelaamiseen syntyy psyykkisen riippuvuuden ohella fyysinen riippuvuus. Fyysiseen riippuvuuteen kuuluvat olennaisesti myös vieroitusoireet silloin, kun jotain toimintaa ei voida toteuttaa. Rahapeli- ja päihdeongelman yhtäläisyydet näkyvät sekä niiden syntymekanismeissa, että oirekuvassa. Kansainväliset tutkimukset osoittavat, että varhaisessa vaiheessa aloitettu päihteiden käyttö lisää myös rahapeliongelman kehittymisen riskiä. Päihdeongelma on usein rahapelaamista aiheuttava ongelma, mutta hyvin usein myös rahapelaamisen seuraus. Peliklinikan vuoden 2012 toimintakatsauksen mukaan avohoidon asiakkaista 12 % oli päihteiden ongelmakäyttäjiä. Rahapeliongelman, huumeiden käytön ja liiallisen alkoholinkäytön päällekkäisyyden arvioidaan koskevan noin yhtä prosenttia Suomen väestöstä. Tämä siis koskee noin 25 000-35 000 henkeä. Päällekkäisistä ongelmista kärsivien joukossa miesten osuus on ylikorostunut. (Heinälä 2015, 102-105.)

Taulukko 2. Erilaisten päihdeongelmien yleisyys rahapeliongelmaisilla. (Alho, Castrén, Lahti 2015, 103)

Riippuvuus	Yleisyys (%)
Nikotiiniriippuvuus	60
Alkoholiriippuvuus	28
Huumausaineriippuvuus	17

3 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS

Tässä luvussa käyn läpi tutkimukseni tavoitteet ja miten valikoin aiheeni. Lisäksi kuvaan aineistonkeruumenetelmät, sekä analyysimenetelmät, joilla kerättyä aineistoa käsitellään. Lopuksi kerron vielä tutkimuksen luotettavuudesta ja eettisyydestä.

3.1 Tutkimuksen tausta ja tavoitteet

Rahapelaaminen aiheuttaa yksilölle monenlaisia haittoja niin kuin aiemmin luvussa 2.3 on jo kuvattu. Pelaamisen seuraukset saattavat olla psyykkisiä, fyysisiä, sosiaalisia tai taloudellisia ja äärimmäisen vakavia. Rahapeliriippuvaiset kärsivät erilaisista päihde- ja mielenterveysongelmista valtaväestöä useammin. Taloudellinen niukkuus pakottaa kieltäytymään harrastuksista ja aiheuttaa sosiaalisia eristäytymistä ja häpeää. Taloudelliset vaikeudet myös pakottavat tinkimään ravinnon laadusta, mikä puolestaan altistaa erilaisille fyysisille sairauksille ja heikentää peruskuntoa. Huoli taloudellisesta tilanteesta, stressi läheisille valehtelusta ja peliriippuvuuden peittelystä altistaa pelaajan unihäiriöille ja siihen liittyville oheissairauksille. (Heinäla 2015, 95.) Rahapeliriippuvuuden moninaisuus ja liittyminen moniin muihin ongelmiin tekee peliriippuvuudesta myös yhteiskunnallisesti haastavan ongelman. Palvelujärjestelmämme onkin vaikeaa tunnistaa rahapeliriippuvuus ja kohdentaa oikeanlaista ja oikea-aikaista apua rahapeliriippuvaiselle ja tämän läheisille. (Päihdelinkin [www-sivut](#).)

Rahapeliriippuvaisen hoitoon hakeutumista estää usein pelaajan toive ja luulo siitä, että kykenee selviytymään ongelmastaan yksin. Pelaaja saattaa myös kuvitella pitkään, ettei pelaaminen ole vielä ongelmatasolla. Hoitoon hakeutumisen esteenä saattaa olla myös pelko rahapeliriippuvuuden paljastumisen seurauksista ja läheisten suhtautumisesta siihen. (Itäpuisto & Pajula 2015, 81.)

Riippuvuusongelmat nähdään usein yksilön omina ongelmina. Näin on ollut myös rahapeliriippuvuuden suhteen. Rahapelaamisen yhteiskunnallinen mittakaava on avautunut vasta rahapelihaittoja ehkäisevän ajattelun lisääntymisen myötä. Rahapelipoliittikkaa ohjaavat hyvin ristiriitaiset intressit. Rahapelaamisesta saaduilla tuotoilla rahoitetaan merkittävästi taidetta, urheilua, nuorisotyötä ja tiedettä. Toisaalta taas enenevässä määrin ollaan tietoisia rahapelaamisen aiheuttamista haitoista, kuten riippuvuudesta, velkaantumisesta ja jopa rikollisuudesta. (Murto & Mustalampi 2015, 17-19)

Tutkimusaiheenani tässä opinnäytetyössä on rahapeliriippuvaisten haasteet hoitoon hakeutumisessa. Tutkimuskysymyksiäni ovat: Mitkä asiat vaikeuttavat hoitoon hakeutumista ja mitkä asiat saivat heidät lopulta lähtemään liikkeelle? Mitkä asiat vaikuttavat positiivisesti hoitoon hakeutumiseen? Onko hoitoon hakeutumista vaikeuttavana seikkana esimerkiksi auttavien tahojen ja rahapeliriippuvaisten viestinnällinen kohtaanto-ongelma? Haluan tarkastella rahapeliriippuvaisten hoitoon hakeutumisen haasteita yksilön näkökulmasta. Tutkimukseni tarkoituksena on löytää ja kuvailla niitä esteitä, joita rahapeliriippuvuuden kanssa kamppailevat kokevat hoitoon hakeutumisessa olevan. Tutkimukseni tavoitteena on lisätä tietoisuutta rahapeliriippuvuudesta ja sen mukanaan tuomista haasteista ja tällä tavoin vähentää rahapeliriippuvuuden yksilölle aiheuttavaa stigmaa yhteiskunnassa. Tämän tutkimuksen tuoman informaation kautta toivon myös löytäväni keinoja, joilla rahapeliriippuvaisten hoitoon hakeutumisen kynnyksiä voidaan tulevaisuudessa madaltaa ja hoidon laatua parantaa.

3.2 Tutkimusprosessin aloitus

Kaikki haastattelemani henkilöt olivat hakeutuneet Sosped- säätiön peliriippuvaisille tarjoaman vertaistuen palvelun piiriin Pirkanmaan alueella tai tiedustelleet sitä. Heille lähetettiin Sosped-säätiön yhteyshenkilön toimesta sähköposti, jossa esittelin itseni ja tutkimukseni aiheen lyhyesti. Haastateltavat ilmoittautuvat halutessaan vapaaehtoisiksi haastateltaviksi sähköpostitse tai puhelimitse. Haastattelut toteutettiin anonyymisti ja kaikkea aineistoa ja haastateltavien henkilötietoja käsiteltiin ehdottoman luotamuksellisesti. Covid-19-pandemian vuoksi haastattelut toteutettiin kaikki puhelimitse. Puhelimitse toteutuneet haastattelut helpottivat aikataulujen yhteensovittamista haastateltavien kanssa ja saattoivat osaltaan madaltaa haastateltavien kynnystä ilmoittautua haastateltaviksi. Toisaalta puhelimitse järjestetty haastattelu vähensi ei-kielellisen viestinnän observoinnin mahdollisuutta ja teki haastattelutilanteesta vähemmän vuorovaikutteisemmän.

Haastattelin neljää rahapeliriippuvuuden kanssa kamppailevaa henkilöä. Haastateltujen joukossa oli täysi-ikäisiä miehiä ja naisia. Rajasin opinnäytetyöni ulkopuolelle alaikäiset ja ne peliriippuvaiset, jotka kärsivät muusta kuin rahapeliriippuvuudesta. Tämä tutkimus siis kohdistuu täysi-ikäisiin ja nimenomaan rahapeliriippuvuudesta kärsiviin miehiin ja naisiin.

Tein haastatteluja varten valmiiksi kysymysrunгон (liite 1), jonka mukaan haastattelut etenivät. Haastattelujen teemat, aspektit ja kysymykset olivat kaikille haastatelluille samat. Sen sijaan kysymysten järjestys ja tarkka muoto vaihtelivat riippuen haastattelun kulusta. Haastatteluiden edetessä tein tarvittaessa tarkentavia lisäkysymyksiä. Haastateltavat saivat itse päättää mihin kysymykseen vastaavat ja missä laajuudessa. Tarkoituksena oli tuoda esille jokaisen haastateltavan omat ainutlaatuiset kokemukset ja näkökulmat. Haastattelukysymykset ja teemat laadin niin, että ne parhaalla mahdollisella tavalla vastaavat tutkimuskysymyksiin. Haastattelut nauhoitettiin haastateltavien luvalla litterointia varten. Litteroinnin valmistuttua kaikki nauhoitteet ja tallenteet hävitettiin.

3.3 Tutkimus- ja aineistonkeruumenetelmä

Toteutin tutkimukseni laadullisena eli kvalitatiivisena tutkimuksena. Laadullisen tutkimuksen valitsin siksi, että halusin saada syvempää tietoa rahapeliriippuvaisten omista henkilökohtaisista kokemuksista hoitoon hakeutumisen haasteista. Kvalitatiivisessa tutkimuksessa tieto perustuu haastateltavien esiin tuomiin ainutlaatuisiin merkityksiin, eikä niillä haeta yleistettävyyttä (Kananen 2015, 66). Laadullinen tutkimus valikoitui opinnäytetyöni tutkimusmenetelmäksi myös siksi, että se sopii menetelmäksi parhaiten silloin, kun haastateltavia on pieni joukko. Tässä opinnäytetyössä haastattelin neljää rahapeliriippuvaista.

Aineistonkeruumenetelmänä käytin puolistrukturoitua teemahaastattelua, joka on yksi kvalitatiivisen tutkimuksen yleisimmin käytetyistä aineistonkeruumenetelmistä. Haastattelu valikoitui menetelmäksi siksi, että halusin korostaa haastateltavan olevan tutkimustilanteessa subjekti. Haastateltava on silloin aktiivinen osapuoli, joka halutessaan vapaasti kertoo itseään koskevia asioita haastattelijalle. Haastattelun huonoksi puoleksi katsotaan olevan mahdollisuus siihen, että haastateltava saattaa muunnella totuutta antaakseen sosiaalisesti hyväksytympiä vastauksia. (Hirsjärvi & Hurme 2009, 35.) Puolistrukturoidulle haastattelulle tyypillisesti tietyt teemat haastatteluissa oli etukäteen suunniteltu, mutta haastateltavien vastauksista erilaisia teemoja ja näkökulmia avautui myös haastatteluiden edetessä. Tällä tavalla varmistin saavani kaiken mahdollisen informaation valitsemastani aiheesta. Haastatteluiden edetessä syvensin aihetta tekemällä tarvittavia lisäkysymyksiä ja tarkennuksia. Teemahaastattelua verrataan sipulin kuorimiseen, jolloin kerros kerrokselta edetään syvemmälle tutkittavaan ilmiöön. (Kananen 2014, 76-77.) Kyseistä vertauskuvaa kutsutaan hermeneuttiseksi kehäksi (Erikson & Kovalainen 2008, 33).

Teemahaastatteluilla saadaan aineisto, joka koostuu haastateltavien kokemasta todellisuudesta. Psykologiassa termi skeema ymmärretään mielen sisäisen todellisuuden malliksi. Jokainen ihminen yrittää ymmärtää ympäröiviä tapahtumia oman mielen sisäisen mallinsa, eli skeeman avulla. Tämä

tarkoittaa, että eri henkilöt saattavat kokea samat asiat täysin päinvas-
taisesti. Kanasen (2014, 86-87) mukaan skeemojen erot vievät tutkijan
yhä syvemmälle tutkittavaan ilmiöön.

Valitsemani aineistonkeruumenetelmän hyviin puoliin kuuluu myös se, että siinä tut-
kija ja haastateltava ovat suorassa kielellisessä vuorovaikutuksessa, jolloin vastauk-
sien taustalla olevia motiiveja on helpompi saada esiin. Suorassa kontaktissa haastat-
telun lisäksi aineistoa voidaan hankkia myös observoimalla ei-kielellistä viestintää.
(Hirsjärvi & Hurme 2009, 32-35.) Covid-19-pandemian vuoksi haastattelut tehtiin
kaikki puhelimitse, joten suoran kontaktin mahdollistama observointi jäi valitetta-
vasti vähemmälle.

3.4 Aineiston analysointi

Aineiston analyysimenetelmänä käytin tässä opinnäytetyössä aineistolähtöistä sisäl-
lönanalyysia, joka on laadullisen tutkimuksen perusanalyysimenetelmä. Sisällönanalyysissa aineistosta erotellaan yhteneväisyydet ja eroavaisuudet. Tässä analyysimene-
telmässä aineisto muutetaan selkeään ja tiiviiseen muotoon ilman, että aineiston si-
sältämä informaatio muuttuu tai katoaa. (Tuomi & Sarajärvi, 2009, 91.)

Haastatteluista nauhoittamaani tutkimusmateriaalia oli noin kaksi tuntia. Aineiston
analysoinnin aloitin kuuntelemalla ääninauhat ja merkitsemällä muistiin niistä esiin
nousseita seikkoja. Sen jälkeen litteroin aineiston. Litteroinnilla tarkoitetaan materi-
aalien muuttamista tekstimuotoon. Litteroinnin konventioita eli tarkkuustasoja on
kolme: sanatarkka litterointi, yleiskielinen litterointi ja propositiotason litterointi. Lit-
teroinnin tasona käytin sanatarkkaa litterointia. Haastateltavissa oli murteita puhuvia
ihmisiä, ja koin vastausten menettävän osittain merkitystään, tai ainakin saavan ny-
anssieroja, mikäli ne muutetaan yleiskielisiksi.

Litteroinnin jälkeen aineisto piti muuttaa työstettävään muotoon. Kanasen (2014,
104) mukaan litteroitu teksti on monimuotoinen ja runsas aineisto, josta tutkijan täy-
tyy kaivaa esiin salaisuus. Litteroinnin jälkeen teemoittelin aineiston. Osa teemoista

oli jo ennalta suunniteltuja, mutta haastatteluiden edetessä nousi myös uusia mielenkiintoisia aiheita aineistosta. Haastatteluistani nousi muutama suurempi teema, jotka esittelen jäljempänä tutkimustuloksissa.

3.5 Opinnäytetyön eettisyys ja luotettavuus

Tutkimukseni eettisinä periaatteina korostan ihmisarvon kunnioitusta, luottamuksellisuutta, yksityisyyttä ja suostumusta. Opinnäytetyötäni varten tehtävät haastattelut tehtiin anonymisti. Litterointivaiheessa haastateltavat merkittiin ”haastateltava1”, ”haastateltava2” jne. Myöhemmässä tutkimuksen vaiheessa luovuin myös haastateltavien numeraalisesta erittelystä, jottei haastateltavia voida tunnistaa vastauksia yhdistelemällä. Haastatteluja varten tehdyt tallenteet hävitettiin asianmukaisesti välittömästi litteroinnin valmistuttua. Kaikkea opinnäytetyöni aineistoa käsiteltiin ehdottomalla luottamuksella ja haastateltavien yksityisyyttä kunnioittaen. Opinnäytetyöni eettisyyttä olen ottanut huomioon myös siten, että haastateltavat saivat itse määrittellä mihin kysymyksiin he vastasivat ja miten laajasti. Opinnäytetyöni tehtiin ihmisarvoa kunnioittaen ja jokaisen yksilön ainutlaatuista kokemusta arvostaen. Kaikilla yhteistyötahoilla oli myös oikeus kieltäytyä kokonaan yhteistyöstä tai lopettaa yhteistyö kesken tutkimuksen. Opinnäytetyön eettisyyttä huomioitiin myös lähteiden käsittelyssä. Lähteet on merkitty valmiiseen työhön asianmukaisesti ja niitä on käsitelty arvostaen.

Laadullisessa tutkimuksessa tutkimuksen luotettavuus riippuu pitkälti tutkijan objektiivisuudesta. Tutkija päättää keitä haastatellaan, mitä heiltä kysytään ja tekee aineiston perusteella johtopäätökset. Tutkijan on jatkuvasti opinnäytetyöprosessin edetessä arvioitava omaa objektiivisuuttaan ja rehellisyyttään ja näin ollen myös työnsä luotettavuutta. Laadullisessa tutkimuksessa täydellistä objektiivista luotettavuutta on lähes mahdoton saavuttaa. Riittävä dokumentaatio on yksi luotettavuustarkastelun edellytys ja se tulee tehdä huolella. Tutkijan tulee työssään aina perustella tekemänsä valinnat ja ratkaisut ja perustella miksi näin tehtiin. Lopulta kuitenkin luotettavuus on tutkijan arvioinnin ja näytön varassa. Tieteellisen tutkimuksen yleisiä luotettavuusmittareita ovat reliabiliteetti ja valideetti. Reliabiliteetilla tarkoitetaan tutkimuksen pysyvyyttä. Reliabiliteetti saavutetaan, jos kaksi tutkijaa pääsisivät samasta

aiheesta lopulta samaan lopputulokseen eli uusintamittaus vahvistaa lopputuloksen. Validiteetti käsitteenä puolestaan tarkoittaa sitä, että tutkitaan oikeita asioita. Validiteetti viittaa siis tutkimuksen suunnitteluun ja tulosten oikeaan analysointiin, kun taas reliabiliteetti tutkimuksen toteutukseen. (Kananen 2014, 146-151.) Tässä opinnäytetyössä olen noudattanut hyvää tieteellistä käytäntöä ja tutkimuksen tekemiseen liittyviä eettisiä periaatteita.

4 TUTKIMUSTULOKSET

Tässä luvussa esittelen tutkimukseni tulokset. Tulokset on eritelty teemoittain ja kukin alaotsikko esittelee yhden teeman. Haastatteluista esiin nousseista teemoista valitsin mielestäni merkityksellisimmät. Kaikki kursivoidut sitaatit ovat lainauksia haastatelluilta. Luovuin vastausten numeraalisesta erittelystä, jotta haastateltuja ei voitaisi tunnistaa vastauksia yhdistelemällä. Joihinkin teemoihin saattaa olla samalta haastatellulta poimittu useampi vastaus.

4.1 Ongelman tiedostaminen

Haastatteluista selvisi, että jokainen haastateltu pelaaja kertoi tiedostaneensa oman tilanteensa jo hyvin varhaisessa vaiheessa. Oma ongelmallinen pelaaminen ei siis ole tullut itse pelaajalle yllätyksenä, vaan oma ahdinko on painanut mieltä jo pidempään. Kaikille haastatelluille ymmärrys omasta tilanteesta ja avun tarpeesta on realisoitunut taloudellisten seikkojen kautta. Pelaajat kertoivat ymmärtäneensä kaiken rahan kulu- van pelaamiseen ja rahan menettäneen arvonsa. Eräs haastatelluista kuvailee heränneensä siihen, että vaikka tilillä olisi rahaa velkojen maksuun, hän käyttikin kaiken hetkessä pelaamiseen. Pelaamiseen kului jatkuvasti kaikki käytössä oleva raha ja osa haastatelluista kertoi myös velkaantuneensa merkittävästi pelaamisen vuoksi. Kaksi neljästä haastatellusta pelaajasta kertoi myös lähipiirin kiinnittäneen huomiota pelaamiseen käytettyyn aikaan jo melko varhaisessa vaiheessa. Kuitenkaan tässä vaiheessa kummankaan näin kertoneen pelaajan lähipiiri ei vielä ollut tietoinen ongelman laajuudesta ja syvyydestä.

”Kaikki raha, mitä sai, ni meni niihin koneisiin.”

”Kaikki mikä oli ylimäärästä ni meni niihin. Tai kaikki, ei välttämättä ylimääränenkään, vaan kaikki käyttöraha.”

”Mä oon periaatteessa koko ajan tiennyt, että mulla on ongelma. Tai sillain että...että tosi nopeesti mulle alkoi kaikki kaverit sanoon...kun ne huomaa et mä vietän aikaa pelikoneella... Että tavallaan varmaan siinä vaiheessa, kun mä aloin ottaa noita pikavippejä ja siinä vaiheessa mä jo tajusin, että nyt on huono homma.”

”Siinä vaiheessa ku... tua noin...käytännössä...Ei ite tajunnu rahan arvoa. Ei ollut väliä rahan määrällä. Käytännössä pelas kaikki.”

”Siinä vaiheessa, ku sitä velkaa oli jo tullu ja käytännössä että olis voinu maksaa velat takas niillä voitoilla. Mut sit ne meni hetkessä taas...Ni siinä tajus, että ei tästä tuu mitään.”

”Kyllä siihen oikeestaan niinku kaikki ylimääräinen. Oon onneks kyllä hoitanu laskut ja kaikki, mutta kyllä oikeestaan kaikki ylimääräinen meni.”

4.2 Salailu ja häpeä

Toipumisprosessin kannalta on tärkeää, että riippuvainen ihminen myöntää ongelmansa sekä itselleen, että läheisilleen. Vaikka haastatellut pelaajat ovat itse olleet tietoisia omasta tilanteestaan ja siitä, etteivät he kykene hallitsemaan pelaamistaan, on asia salattu vielä lähipiiriltä. Oman tilanteen peittely ja salailu nousee jokaisessa neljässä haastattelussa esiin ja on haastatteluiden perusteella merkittävä seikka hoitoon hakeutumisen viivästyttämisessä. Eräs haastatelluista kuvaili peliriippuvuuden salailua seuraavasti:

”Siinä me ollaan kyllä hyviä, että tuollaisia pystyy sallaamaan hienosti, joka on vitumainen juttu. Akoholismia ja huumeriippuvuutta, ni se on jo heti huomattavasti vaikeempaa, mutta tää on, tiiätsie niinkun, tää on helppo peittää niin pitkään ennen kun jääpi sitä kautta esimerkiksi kiinni, että tarvis jottain hankintoja tehdä ja ei vittu...ei oo rahhaa.”

Jokaisella pelaajalla on oma henkilökohtainen kokemus oman tilanteen salailun syistä. Eräs haastatelluista kertoo, että vaikka tiedosti ongelmansa itse hyvin varhaisessa vaiheessa, hän uskotteli itselleen pitkään selviytyvänsä yksin. Hän kertoo riippuvaiselle ihmiselle tyypillisesti uskotelleensa itselleen jokaisen pelikerran olevan viimeinen, kuitenkin lopulta kykenemättä hallitsemaan pelaamistaan. Tämä aiheutti taloudellisten ongelmien kasaantumisen ja pahensi velkakierrettä.

”Mä aina uskottelin...tyypillisesti peliriippuvaisena uskottelin, että tää on viimeinen kerta ja... että huomenna mä en enää ja... Mä myin mun auton sen takia et mä en enää pystyny pitää sitä ja tyhjensin asuntosäästötilin. Ja mä aina...pystyin jonkin verran sumpliin niitä laskuja...mistä sai sit vähän rahaa. Ja tota mä rupesin tekeen kahta työtäkin, että mä selviäisin. Mutta sit kun oli isommat tulot, ni sitten pelas vaan enemmän.”

”Mä jotenkin uskottelin ittelleni, että kyllä mä näistä osamaksuista vielä selviän. Mut sitten varmaan, ku mulla oli joku lähemmäs 10 000 velkaa, nii sitten mä niinku tajusin, että nyt on ongelma. Että mä en pysty maksaan niitä.”

Oman tilanteen peittelyyn ja salailuun on merkittävässä osin syynä rahapeliriippuvuutta leimaava pelaajan kokema häpeä. Kolmessa haastattelussa neljästä häpeän merkitys pelaamisen salaamisessa nousi jossain muodossa esiin. Pelaaja häpeää omaa käytöstään ja pyrkii siksi salaamaan oman tilansa. Häpeää lisää se, ettei pelaaja aina ymmärrä riippuvuuden mekanismeja ja syytä omaan toimintaansa. Pelaaja kokee ahdistusta omasta käytöksestään ja kokee huonommuuden tunnetta. Pelaaja saattaa pohtia loputtomasti omaa käytöstään eikä ymmärrä miksi toimii niin kuin toimii. Salailuun ja häpeään liittyy vahvasti myös pelko läheisten reaktiosta ja pelko heidän luottamuk-

sensa menettämisestä. Tämän häpeän aiheuttaman salailun vuoksi eräs haastateltu pelaaja pitkitti tilanteesta kertomista läheisilleen ja odotti jättipottia, jolla saisi velkansa maksettua.

”Oli siinä ehkä tavallaan pelko (kertoa läheisille), mutta enemmän se häpee. Ja semmonen luottamuksen menettäminen. Mitkä siinä ehkä oli ne takapirut siä, ettei sen takia kehdannu. Et yritti selvitä ite ja odotti sitä jättipottia tai semmosta et sais hoidettua kaikki alta pois.”

Vaikka pelaajan läheiset olivat tietoisia peliriippuvuudesta, he eivät välttämättä olleet tietoisia ongelman laajuudesta ja velkojen suuruudesta. Haastateltu salasi todellisen tilanteensa ja otti lisää velkaa selvittääkseen. Haastateltu kertoi velan oton tuntuneen aluksi pahalta, mutta kynnyksen pikavippeihin nopeasti madaltuneen.

”Mä aattelin, et nii pitkälle en anna mennä, et joudun jotain pikavippejä nostamaan, mut sit kun sen kynnyksen ylitti, ni sit oli vähän niinku menoa sitten siinä vaiheessa. Sit se ei enää tuntunu niin pahalta nostaa seuraavia ja seuraavia. Et sitten, siinä hetken aikaa pysty makselees velat pois ja tälleen näin ja pystyin oleen pelaamatta hetken aikaa, mut sit se taas lähti käsistä. Ja salailin sitä niinku, tai puhuin ainakin pienemmistä summista mitä oli velkaa todellisuuteen verrattuna.”

Eräs haastatelluista kertoi suuresti helpottuneensa, kun viimein vertaistukitoiminnan kautta sai informaatiota peliriippuvuudesta. Omalle toiminnalle löytyi viimein selitys ja syy. Tämä haastateltu koki saamansa informaation merkittävänä seikkana häpeän väistymisen ja toipumisprosessin alkamisen kannalta.

”Mutta sitten sitä tieto taitoo pitäis olla asiasta sen verran... Että jos tulee henkilö, joka ei tiedä... miks on toiminu näin ja näin ja se ihmettelee ihan hulluna sitä, että miten hän voi pelata oikeesti niinku kuus tuntia putkeen ja laiminlyö omia lapsiaan tai muuta. Niin että tää kertois sitten niinku syitä siihen, että miks...Ku ihminen jos on epätietoinen...niinku pahin on se epätietoisuus...niinku tossakin. Että ei tiedä itekään, että miksi toimii näin.”

”Ku ei sitä alussa ees välttämättä ees tajua...aatteele vaan että ompas sitä tyhmä...Ei tätä voi kukaan käsittää miten mä oon tämmöstä saattanu ees mennä tekemään. Mutta heti kun niitä syitä alkaa käytännössä löytyyn ja tajuaa itekin asioita paremmin. Ni sitä kautta se häpeän tunne lähtee pois päin.”

Haastatteluista ilmeni, että läheisen ihmisen negatiivinen suhtautuminen tietoon, että pelaaja on retkahtanut, pahensi osaltaan tilanteen salailua. Haastateltu kertoi, ettei myöhemmin enää halunnut olla avoin ja rehellinen tilanteensa suhteen, koska pelkäsi läheisen reaktiota. Haastateltavan kokemus oli, että oman tilanteen salaaminen läheisiltä oli pelaajalle itselleen hyvin kuormittava ja raskas henkinen taakka.

”Jos mä vaikka sit myöhemmin menin kertoon, että mä oon taas pelannu, ni läheinen ihminen suhtautuu negatiivisesti. Ne saattaa alkaa huutaan, raivoon...mikä on tosi huono tapa kohdata riippuvainen ihminen. Et ne ei sit enää osaa suhtautua. Ja sitten käy niin, et sit sä et halua enää kertoa jälleenkään niitä todellisia ongelmia. Sit sä patoot ne sisälles. Ja sit se sama kierre taas jatkuu.”

”Sä et enää uskalla sanoa sun läheisilles, et mikä on totuus.”

”On se salailu ja semmone, ni se on se niinku pahin taakka mun mielestä mitä on, ihmisillä, jotka on riippuvaisia.”

4.3 Peliriippuvuuden tuoma ahdistus

Jokaisessa neljässä haastattelussa nousi esiin pelaamisen ja oman tilanteen mukanaan tuoma ahdistus ja sisäinen paha olo. Yksi haastatelluista kertoi peliriippuvuuden tuoneen mukanaan mielenterveydellisiä haasteita ja sairastuneensa vakavaan masennukseen. Toinen haastatelluista puolestaan sanoitti rahan puutteen, pettymyksen ja vihan omaa tilannetta kohtaan aiheuttaneen sosiaalista eristäytymistä. Myös oikeanlaisen avun löytymättömyys ja kyllästyminen omaan tilanteeseen on haastateltavien mukaan tuonut lohduttomuuden tunnetta ja epäilystä siitä, löytyykö tilanteesta ulospääsyä ja voiko kukaan enää auttaa.

”Nyt mä oon päässy jo siihen tilanteeseen, et musta ei tavallaan tunnu enää miltään. Vähän niinku semmonen kyyninen olo. Mä oon niin kyllästyny siihen mun pelaamiseen että, se on ihan sama, kelle mä siitä puhun tai sanon ni...ei se hyödytä mitään.”

”Joutuu aina keksiin tekosyitä tai kieltäytyyn menemästä, ku ei oo rahaa tehdä mitään. Ja sitten sitä kautta tulee se viha itseään kohtaan. Sä oot niin pettyny itsees, ettet sä jaksu nähä ketään tai olla sosiaalinen. Jotenkin sä oot niin vihanen itelles, ettet sä halua nähä muita.”

”Vähän jo ehkä tullu semmonen, et voiko tässä enää kukaan auttaa.”

Yhdessä haastattelussa tuli ilmi myös sairaalaan johtanut kertaluontoinen päihteiden käyttö. Haastattelussa selvisi, että haastateltava koki taloudellisen tilanteensa ja sisäisen pahan olonsa purkautuneen päihteidenkäytön seurauksena ja tilanteen johtaneen hetkelliseen mielenterveyden hallinnan menettämiseen. Jälkikäteen haastateltava koki valtavaa ahdistusta ja henkistä pahoinvointia sairaalareissustaan. Haastateltava koki, ettei työssä käyvälle ja kunnolliselle ihmiselle kuulu käydä niin ja syyllisti itseään tapahtuneesta. Kuitenkin haastateltava lopulta kertoi tapahtuneen olleen hyväksi, koska hän koki sen pysäyttävänä ja ymmärsi lopulta tilanteensa vakavuuden.

”Päihteidenkäytön seurauksena tuli semmonen että mut vietiin sairaalaan. En ole mikään aktiivinen päihteiden käyttäjä vaan ihan viihdekäytössä...Kävi sit semmonen tilanne, et mut vietiin sitten sairaalaan. Ei ollut mitään vakavaa, mutta sinne vähän lepäileen... Että mä vähän rupesin sitten sekoamaan. Ja sitten kun mä aamulla siitä toivuin ja lähdin kotiin, niin mulle tuli semmonen, että nyt mun on pakko hakee apua. Musta tuntu, että kaikki se sisäinen paha olo ja kaikki ne taloudelliset ongelmat niinku kasautu ja sit ne purkautu tollain yks kaks päihteidenkäytön seurauksena.”

”Et sit mulle tuli vaan hirvee ahdistus sen jälkeen...siis hirvee morkkis siitä, että minä työssäkäyvä ihminen olen nyt täällä sairaalassa ja mulla menee tosi huonosti. Ja sitten siitä lähti tämmönen...Et se oli toisaalta ihan hyvä juttu sitten...Se avas mun silmiä...et nyt tarvii niinku myöntää ongelmansa.”

4.4 Sosiaali- ja terveydenhuollon ammattilaisten tiedot rahapeliriippuvuudesta koettiin puutteellisiksi

Muiden riippuvuuksien tavoin myös peliriippuvuudessa on tärkeää, että pelaaja saa oikea-aikaista ja oikeanlaista apua riippuvuuteensa. Olisi myös tärkeää, että ammattihenkilöt osaisivat ohjata pelaajan apua tarjoavien tahojen piiriin. Jopa kolme neljästä haastattelusta koki sosiaali- ja terveydenhuollon ammattilaisten tiedot rahapeliriippuvuudesta puutteellisiksi. Erästä haastateltua oli pompoteltu eri paikoista toiseen niin, että vasta kolmannessa paikassa häntä osattiin ohjata nimenomaan peliriippuvaisia auttavan tahon järjestämän vertaistuen piiriin. Haastateltu koki turhautumista ja epäili, että moni pelaaja olisi luovuttanut avun hakemisen jo tässä vaiheessa ja jatkanut pelaamista entiseen tapaan.

”Ne ei käytännössä tienny peliriippuvuudesta juuri yhtään mitään. Sieltä sitten...en muista nimeä mihin ne mut sieltä ohjas. Mutta käytännössä...että mee tuonne, sieltä saa parempaa apua. Ja sitten mä viikon päästä kävin siellä seuraavassa paikassa ja sitten mä sainsiellä ihan niinku...siellä oli vähän enemmän tietoo tästä peliriippuvuudesta. He sitten sanoivat, että tuu vielä käymään ens viikolla kerta ja he ettii mulle siinä vaiheessa paikan mistä mä saan apua.”

Siellä ei ollut tietoo ja taitoo asiasta. Vaikka kui yritti puhua ni ei...”

”Mää veikkaan et suurin osa ois jo luovuttanu siinä ekassa kohtaa. Että kun sanotaan että soita tuonne...ja tee näin...Se ei oo niinku ikinä hyvä. Niinku riippuvuusasioista on kyse...ihan sama mistä riippuvuudesta. Koska sillon tulee...ainakin mulle tulee sellanen olo, että ne ei välitä.”

Myös ammattilaisten kykenemättömyys kohdata peliriippuvaisia nousee esiin kahdessa haastattelussa. Toisessa pelaaja oli hakeutunut yksityiselle psykologille, mutta koki, ettei tullut kohdatuksi asiassaan ja koki käyntien olevan hyödyttömiä. Toisessa haastattelussa puolestaan pelaaja koki, että peliriippuvuus on yleisesti huonosti tunnettu ja tunnistettu sairaus hoitohenkilöstön keskuudessa, eikä siihen siksi osata suhtautua toivotulla tavalla.

”Ehkä se, et ku ei asiasta välttämättä hän tienny niin paljoo tai ei halunnu samaistua siihen niin et se ois niinku auttanu itessään ne käynnit.”

”No on ainakin puutteelliset tiedot. Peliriippuvuus on aika huonosti hoidettu sairaus, ni ei ne oikein osaa siihen niinku mitenkään suhtautua.”

4.5 Vertaistuen merkitys toipumisprosessissa

Jokainen neljästä haastatellusta oli osallistunut Sosped-säätiön Pelirajat'-on vertaistukiryhmään. Neljästä haastatellusta kaikkiaan kolme kuvaili vertaistuen merkitystä toipumisen kannalta merkittäväksi. Kaksi haastateltua neljästä kertoi vertaistukiryhmään osallistuttuaan kyenneensä kokonaan hallitsemaan pelaamistaan joitakin yksittäisiä repsahduksia lukuun ottamatta. Vertaistukiryhmästä apua saaneet pelaajat kokivat kokemusten jakamisen toisen saman asian kokeneen kanssa vapauttavaksi ja helpottavaksi. Kohtaaminen sellaisen ihmisen kanssa, joka on käynyt läpi samat tunteet ja saman ”helvetin” koettiin voimaannuttaviksi ja tieto siitä, että vertainen on kyennyt hallitsemaan omaa peliriippuvuuttaan, luo uskoa omaan toipumiseen. Haastatteluista myös ilmeni, että pelaajat kokivat saaneensa vertaistukiryhmistä konkreettisia käytännön vinkkejä ja neuvoja pelaamisen hallitsemiseen omassa arjessaan.

”Paras apukeino on ollu se vertaistukiryhmä. Sanotaan, että ku ihminen sinne asti pääsee ni se on ollu kyllä niinku monelle hyvä.”

”Se oli oikeestaan semmonen mikä niin kuin toimi mulla parhaiten. Et ku oli niinku samanhenkistä. Tai ihmisiä kelle puhuu, ketkä ties asioista, tai tunnisti ne samat tunteet mitkä itellä on ollu, ni oli helppo siellä sitten käydä läpi niitä juttuja.”

”Siä vertaistukiryhmässä nyt tulee asioita ilmi ja mitä muut kokeillu lopettaakseen pelaamisen. Jos on ihminen, joka on lukenut peliriippuvuuksista, ni se on ihan erilaista keskustella, kun semmosen henkilön kanssa, joka on kokenu sen saman helvetin. Et pääsee niinku sille samalle viivalle. Ja kun on niitä kokemusasiantuntijoita, jotka on

ollu siinä samassa jamassa, niin ne tietää, mistä puhuu. He on kumminkin päässy siitä eroon ja on omalla tavallaan silleen selkee konkreettinen esimerkki ihmisestä, ketä on päässy pois siitä.”

”Minä sain sieltä helvetin hyviä vinkkejä avustamaan tätä prosessia.”

”No se (vertaistuki) on ollu niinku todella iso asia toipumisen kannalta.”

”Siitä asti (ryhmään pääsystä), muutamaa repsahdusta lukuun ottamatta, oon ollu periaatteessa pelaamatta. Eikä oo oikeestaan tehny ees mielikään ihan hirveesti.”

”Minä sitä kyllä suosittelen kaikille. Että se oli hyvä juttu.”

Eräs haastateltu koki vertaistukiryhmän hyviin puoliin myös sen, että vertaisten lisäksi ryhmässä oli vetäjänä henkilö, joka ei itse kärsinyt peliriippuvuudesta. Haastatellun mukaan tämä toi ryhmän keskusteluihin toivottua erilaista näkökulmaa.

”Ryhmässä oli tää vetäjä, ni hän ei ollu ite ikinä ollu peliriippuvainen. Et hän oli niinku käytännössä siinä se ammattilainen ja me muut oltiin vertaistukee..Ni se oli hyvä kombo mun mielestä. Että siinä oli niinku yks joka kattoo asioita eri näkökannalta.”

Yksi neljästä haastatellusta puolestaan koki, ettei vertaistukiryhmään osallistuminen tuonut toivotunlaista apua pelaamisen hallitsemiseen. Kuitenkin tämäkin pelaaja kertoi pitäneensä vertaistukiryhmässä käymisestä ja koki hyötyneensä ryhmässä saamistaan oivalluksista. Pelaaja kuvaili vertaistukiryhmän tapaamisen olleen viikon kohokohta.

”Mä aina tykkäsin käydä siä ja ootin sitä. Se oli aina semmonen viikon kohokohta. Että mä niinku sain sieltä monia hyviä oivalluksia ja kuuntelin muitten tarinoita. Mutta ei sekään sitten kuitenkaan ollut mulle semmonen pelastus. Eikä nyt tietenkään...varmaan harvalle on. Mutta tota mä tykkäsin kumminkin käydä siä. Siä oli ihania ihmisiä.”

Useissa haastatteluissa nousi esiin vertaistuen positiivinen merkitys toipumisprosessissa. Vertaistukea koettiin kuitenkin olevan tarjolla aivan liian vähän ja ryhmiin oli usein jonotettu useita kuukausia. Ryhmiin pääsyn pitkittyminen mahdollistaa peliriippuvuuden pahenemisen ja taloudellisen ahdingon syvenemisen.

”Noita tukiryhmiä on kyllä ehdottomasti liian vähän ja niihin on helvetin vaikea päästä. Sen pidän kyllä isona puutoksena. Niitä on jotenkin liian vähän.”

”Se on huono, että niihin ryhmiin pääsy on vaikeeta. Niitä on vaan liian vähän. Sinne on vaan niin vaikeaa...ei takuulla ei kaikki, jotka sitä tarvis ni ei pääse. Koska sinne pitää sitten jonottaa. Ja se on huono, jos pitää jonottaa, ni siinä ajassa kerkiää tapahtuun jo ihan helvetisti kaikkea huonoo.”

”Mutta lähtökohtaisesti enemmän toivois, että ois mahdollisuus tommosille vertaistukiryhmille niinku enemmänkin.”

4.6 Kuulluksi tulemisen merkitys

Kaikissa haastatteluissa nousi esille kuulluksi tulemisen merkitys. Moni haastateltava kertoi vertaistuen tuoneen kuulluksi tulemisen kokemuksen ja sitä kautta helpottavan tunteen. Kuitenkin kuulluksi tulemisen merkitys nähtiin myös vertaistuen ulkopuolella tärkeäksi. Keskustelu toisen ihmisen kanssa, koettiin helpottavaksi, vaikka kuuntelija ei olisi vertainen eikä peliriippuvuuden asiantuntija. Riittäväksi koettiin, että toinen on läsnä, kuuntelee eikä tuomitse. Eräs haastatelluista löysi kuuntelija omasta sosiaalityöntekijästään.

”On ollu kiva, et mulla on ollu jatkuva sosiaalityöntekijäsuhde ja mä oon siä välillä käyny juttelemassa. Vaikkei se tavallaan johda mihinkään eikä auta mitään, mut sä pääset puhuun jollekin. Et nyt mä oon taas pelannu sen ja sen verran rahaa ja se kuuntelee.”

Keskustelut peliriippuvuudesta tietoisien ihmisten kanssa voivat olla myös itse pelaajalle tärkeäksi koettu muistutus omasta ongelmasta. Haastateltava koki, että tasaisin väliajoin peliriippuvuudesta käyty keskustelu, piti retkahtamisen kynnystä korkeampana ja edisti näin osaltaan toipumista.

”Siis se itseasiassa mikä on, mitä mie koen, että on tärkeä, niinku kohtaaminen jonkun kanssa. Oli se sitten vertaistuki, kaveri, taikka joku muu, kuitenkin niinku asiasta tietoinen kaveri. Ni tuota...tavallaan pitäis niinku riittävän usein tulla tietysti se muistutus, että sulla on tämmönen vaiva. Niinku että jonkun kanssa pitäis suht usein päästä jutteleen, että se pyssyy niinku mielessä, että hei, mie oon oikeesti kippee. Että jos siinä alkaa tulla niinku taukoo, niinku tiiät, ihan kaikessa, ni alkaa tavallaan niinku se kynnys kokoaika madaltuun. Mutta se pyssyy se kynnys siinä, pyssyy suorastaan niinku muuri, jos sie tarpeeks usein näät jotakuta tai oot jonkun kans jutulla aiheesta. Eihän se sitä tarkota, et pittää kokoaika analysoida, mutta ihan vaa vaikka vaihtaa ajatuksia. Oli se sitten hauskaa taikka minkälaista hyvänsä kuhan se siihen hommaan liittyy ja kuitenkin niinku tavallaan muistuttaa siitä, että ei helvetti, että kaikenlaista paskaa sitä on tullu tehtyä. Ku ruvettu pellaamaan esimerkiks.”

5 JOHTOPÄÄTÖKSET

Haastattelujen pohjalta näyttäytyi, ettei rahapeliongelman myöntäminen itselle ole ollut kenellekään tutkimusta varten haastatellulle pelaajalle vaikeaa. Jokainen haastateltu pelaaja kertoi ymmärtäneensä oman pelaamisen olevan ongelmallista. Pelaamisen ongelmallisuus oli huomattu taloudellisen tilanteen heikkenemisenä ja jopa velkaantumisenä. Pelaajat huomasivat käyttävänsä kaiken rahan pelaamiseen ja jopa ottavan velkaa pelaamista varten. Taloudellisen tilanteen huonontumisesta huolimatta moni pelaaja kuitenkin vähätteli itselleen ongelman syvyyttä. Hoitoon hakeutumista pitkitti pelaajan toivo ja luulo siitä, että kykenee selviytymään tilanteestaan yksin. Vaikka osa pelaajista oli jo velkaantunut merkittävästi, uskottelu itselle jatkui ja pelaaja toivoi isoa voittoa, jolla maksaa velat. Viivyttely avun piiriin hakeutumisessa

aiheutti joillekin haastatelluille enenevässä määrin taloudellista ahdinkoa ja lisäsi omaa ahdistusta. Vasta kun tilanne on riistäytynyt käsistä taloudellisesti tai pelaaja on kuormittunut äärimmilleen henkisesti, on ymmärretty, ettei tilanteesta ole ulos pääsyä ilman ulkopuolista tukea.

Kun ongelma oli itselle myönnetty ja todettu, että asian kanssa ei selviä yksin, kohtaa peliriippuvainen seuraavan kynnyksen: Läheisille kertomisen. Monen pelaajan läheiset olivat huomautelleet pelaamiseen kulutetusta ajasta ja huomanneet pelaajan taloudellisen tilanteen heikkenemisen. Kuitenkin haastatellut pelaajat kaikki kertoivat aluksi salanneensa läheisiltään tilanteen todellisen luonteen. Velkojen tai todellisten pelattujen rahasummien vähättely tuli esiin jokaisessa haastattelussa. Tutkimuksessa ilmeni, että läheisten reaktiota pelättiin monista eri syistä. Osa pelkäsi läheisten reaktiota taloudellisten seikkojen vuoksi. Osa taas häpesi yleisesti omaa toimintaansa niin paljon, että viivytteli asian puheeksi ottoa ja totuuden kertomista. Yhteistä kaikille haastatelluille oli se, että asian salaaminen koettiin hyvin suurena henkisenä kuormituksena. Läheisille peliriippuvuudesta avoimesti kertominen ja ongelman syvyyden myöntäminen kuvailtiin haastatteluissa usein suurena helpotuksena ja merkittävänä virstanpylväänä toipumisprosessissa. Jos toipumisprosessin alkuna voidaan pitää ongelman myöntämistä itselleen niin lähes yhtä merkittävänä hetkenä peliriippuvaiset kokivat läheisille tilanteen tunnustamisen. Avoin keskustelu asiasta vähensi salailun tuomaa henkistä taakkaa ja antoi läheisille mahdollisuuden tukea peliriippuvaista. Vaikka läheisten reaktioita pelättiin ja ymmärrettävästi ne ajoittain saattoivat olla hyvinkin negatiivisia, moni pelaaja kuvaili läheisten olleen lopulta tärkeitä tukijoita toipumisprosessissa.

Hoitoon hakeutuvan pelaajan oikeanlainen kohtaaminen ja osaava ohjaus palveluiden piiriin antaa pelaajalle kokemuksen välittämisestä ja luo toivoa ja uskoa toipumiseen. Pompottelu hoitotaholta toiselle ilman, että pelaaja saa tukea heti hoitopolulle pyrkiesään, vaarantaa koko toipumisprosessin alkamisen mahdollisuuden. Pelaaja turhautuu ja väsyä avun etsimiseen ja jatkaa pelaamistaan ajautuen mahdollisesti syvemmälle ongelmiin. Haastattelujen pohjalta ilmeni, että haastatelluista jokainen oli tietoinen apua tarjoavista tahoista. Tietoa oli haettu internetistä, kuultu ystäviltä tai perheenjäseniltä. Kukaan tutkimukseen osallistunut pelaaja ei siis kokenut hoitoon hakeutumista

estävänä seikkana informaation puutetta. Osa haastatelluista oli ensimmäiseksi hakeutunut perusterveydenhuollon piiriin, ja sitä kautta saanut ohjausta eteenpäin. Kuitenkin haastatelluista pelaajista moni koki, ettei sosiaali- ja terveydenhuollon ammattilaisilla välttämättä ollut tarpeeksi tietoa peliriippuvuudesta ja kykyä kohdata peliriippuvainen. Eräs haastateltu pelaaja kuvaili puhuneensa loputtomasti peliriippuvuudestaan tulematta kuuluksi asiansa kanssa. Tämä tunne lisäsi toivottomuutta omaa tilannetta kohtaan ja lohduttomuutta siitä, kykeneekö kukaan auttamaan. Pettymys järjestelmän kykenemättömyyteen vastata avun tarpeeseen nousi esiin kolmessa haastattelussa neljästä. Oma näkemykseni on, että sosiaali- ja terveydenhuollon ammattilaisten koulutuksessa tulisikin tulevaisuudessa paremmin huomioida peliriippuvuus ja sen tunnistaminen. Valtakunnallisella tasolla tämä tiedon puute tulisi ottaa huomioon jo opetussuunnitelmia laatiessa. Yksi mahdollisuus informaation lisäämiseen voisi olla myös rahapeliriippuvaisia auttavien järjestöjen ja oppilaitosten yhteistyö esimerkiksi hyödyntämällä kokemusasiantuntijoiden tietoa ja näkemyksiä. Erilaiset kokemusasiantuntijoiden luennot myös jo kouluttautuneille, riippuvuuksien parissa työskenteleville ta- hoille olisivat hyödyllisiä. Hoitotahojen puutteelliseksi koettuun tietotaitoon tulisi joka tapauksessa reagoida, jotta tulevaisuudessa yhteiskuntamme voi tarjota laadukasta hoi- toa myös rahapeliriippuvaisille. Hoidon saamisen kynnystä voitaisiin osaltaan madal- taa sillä, että sosiaali- ja terveydenhuollon ammattilaisilla olisi kykyä ja työkaluja on- gelman tunnistamiseen, puheeksi ottamiseen ja ennen kaikkea tuen ja avun antami- seen.

Kolme neljästä haastatellusta koki saaneensa merkittävää apua peliriippuvuuteensa vertaistukiryhmistä. Vertaistukiryhmien koettiin tuovan ymmärrystä peliriippuvuu- desta ja antavan käytännön työkaluja peliriippuvuuden kanssa pärjäämisessä. Vertai- suuden kohtaaminen koettiin hyvin voimaannuttavana ja se loi uskoa omaan selviyty- miseen ja toivoa tulevaisuuteen. Jokainen haastateltu koki vertaistukiryhmiä olevan liian vähän. Jonotusajat ryhmiin saattoivat olla puolikin vuotta ja tämä koettiin ongel- malliseksi. Vertaistukiryhmien merkittävä lisääminen olisi tarpeen, jotta sillä pystyt- täisiin vastaamaan tulevaisuudessa kasvavan peliriippuvaisten määrän ja heidän tuen tarpeeseensa. Vertaistukiryhmistä keskusteltaessa ei tule unohtaa myöskään sitä valta- vaa peliriippuvaisten läheisten määrää, joka kaipaisi tukea omaan tilanteeseensa. Toi- von luominen lohduttomassa tilanteessa on tärkeää sekä pelaajalle itselleen että tämän

läheisille ja sen voimalla tehdään muutoksia parempaan. Vertaistukitoiminta tuo pelaajalle konkreettisesti näkyväksi esimerkin kanssaihmisistä, jotka ovat peliriippuvuudesta selvinneet. Tämä esimerkki antaa uskoa ja toivoa myös pelaajan omaan toipumiseen.

Työpaikkojen kahvipöytäkeskusteluissa saattaa kuulla henkilöiden kertovan avoimestikin esimerkiksi omasta tai puolison sairastumisesta diabetekseen. Sen sijaan harvemmin kuulee kenenkään puhuvan avoimesti omasta tai puolison rahapeliriippuvuudesta ja peliriippuvuuden mukanaan tuomista haasteista koko perheelle. Peliriippuvuuden - kuten muidenkin riippuvuussairauksien - yllä leijuu edelleen avointa keskustelua hiltitsevä ”leima”. Haastattelujen pohjalta ilmeni monen peliriippuvaisen kokema häpeä omasta tilanteesta. Häpeän tunne lannistaa ja musertaa. Se saattaa eristää muista ihmisistä ja ajan myötä tuo mukanaan arvottomuuden tunteen. Häpeä estää ongelman myöntämistä ja avointa keskustelua ja näin osaltaan pitkittää avun piiriin hakeutumista. Häpeän väistymiseen ei ole mitään yksiselitteistä keinoa. Haastatteluista kuitenkin ilmeni, että moni koki vertaistuen helpottavan. Se toi kokemuksen ja ymmärryksen siitä, etten olekaan yksin ongelmani kanssa. Myös tieto peliriippuvuuden fysiologisista vaikutuksista helpotti tunnistamaan ja nimeämään peliriippuvuuden aiheuttamia vaikutuksia itsessä. Yhteiskunnallisen keskustelun lisääminen lisäisi tietoa ja ymmärrystä peliriippuvuudesta ja osaltaan vähentäisi peliriippuvuuden stigmaa.

6 LOPUKSI

Ammattikorkeakouluopintojeni aikana olin pannut merkille, että tuttavapiirissäni oli useampi rahapeliriippuvainen ja heidän läheinen. Olin tehnyt havainnon, että rahapeliriippuvuus vaikuttaa hyvin laajasti koko perheen elämään ja aiheuttaa monenlaista inhimillistä kärsimystä varsin suurelle joukolle ihmisiä. Tilanteiden myötäelämisen seurauksena minulle selvisi myös se, että hoitoon hakeutuminen ei rahapeliriippuvaiselle ole aina niin yksinkertaista, eikä hoidon saaminen taattua. Kun sitten keväällä

2019 opiskelutoverini ehdotti tätä aihetta opinnäytetyöni aiheeksi, kiinnostuin välittömästi. Koin aiheen polttavan ajankohtaiseksi ja yhteiskunnallisesti tärkeäksi.

Taustatutkimuksen ja teoriaosuuden tekeminen lisäsivät valtavasti omaa tietämystäni rahapeliriippuvuudesta. Uskon opinnäytetyöni tekemisen myötä tulleen tiedon olevan tulevaisuudessa hyödyksi sosionomin työssä. Opinnäytetyön toteuttaminen yksin oli minulle luonnollinen ratkaisu, sillä näin olin työstäni, aikataulutuksesta ja työni edistymisestä vastuussa vain itselleni. COVID-19-pandemian vuoksi aineiston saaminen vaikeutui merkittävästi kirjastojen sulkeuduttua keväällä 2020. Pandemian vuoksi myös keväältä 2020 siirtyi yksi lähiopetusta vaatinut harjoittelu syksylle, tuoden näin oman aikataulullisen haasteensa opinnäytetyön valmiiksi saattamiseen.

Opinnäytetyöni prosessissa parasta oli ehdottomasti haastattelujen tekeminen. Aluksi pelkäsin, miten haastattelut onnistuvat aiheen sensitiivisyyden vuoksi. Pelkoni osoitautui kuitenkin turhaksi. Haastattelut tehtiin hyvässä vuorovaikutuksessa ja koin niitä tehdessäni olevani etuoikeutettu saadessani kuulla haastateltavien henkilökohtaisia kokemuksia rahapeliriippuvuudesta. Jokainen haastateltava kertoi oman ainutlaatuisen tarinansa ja olen siitä heille suuresti kiitollinen.

Toivon tämän opinnäytetyön olevan sulka viestiä vievän kyyhkyn siivessä ja omalta osaltaan lisäävän yleisesti tietoa ja etenkin ymmärrystä rahapeliriippuvuudesta ja sen mukanaan tuomista haasteista pelaajalle itselleen ja tämän lähipiirille.

LÄHTEET

Alho, H., Castrén, S. & Lahti, T. 2015. Päihde- ja rahapeliongelman samanaikaisuuden yleisyys. Teoksessa H. Alho, P. Heinälä, K. Kiianmaa, T. Lahti & A. Murto (toim.) Rahapeliriippuvuus. Tallinna: Printon, 102-104.

Alho, H. & Lahti, T. 2015. Rahapeliongelmaan liittyviä käsitteitä ja määritelmiä. Teoksessa H. Alho, P. Heinälä, K. Kiianmaa, T. Lahti & A. Murto (toim.) Rahapeliriippuvuus. Tallinna: Printon, 10-14.

Castrén, S. 2013. Disordered Gambling in Finland: Epidemiology and Current Treatment Option. Academic dissertation. University of Helsinki. Viitattu 15.9.2020.
<https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/40155/>

Castrén, S., Salonen, AH., Alho, H. & Lahti, T. 2014. Rahapeliriippuvuuden diagnostiikka muutoksessa. Suomen Lääkärilehti 7, 469-472.

Eriksson, P. & Kovalainen, A. 2008. Qualitative Methods in Business Research. London: Sage Publications.

Heinälä, P. 2015. Rahapeliongelmiin liittyvät psyykkiset sairaudet. Teoksessa H. Alho, P. Heinälä, K. Kiianmaa, T. Lahti & A. Murto (toim.) Rahapeliriippuvuus. Tallinna: Printon, 95-106.

Hirsjärvi, S. & Hurme, H. 2009. Tutkimushaastattelu. Teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki: Yliopistopaino.

Itäpuisto, M. & Pajula, M. 2015. Avun hakeminen rahapeliongelmaan. Teoksessa H. Alho, P. Heinälä, K. Kiianmaa, T. Lahti & A. Murto Rahapeliriippuvuus. Tallinna: Printon, 81.

Itäpuisto, M. 2011. Peliongelmaisen hoitoon hakeutumisen esteet. Yhteiskuntapoliittikka 76:3, 309–319. Viitattu 23.9.2020. <https://www.julkari.fi/>

Kaasinen, V., Halme, J. & Alho, H. 2009. Pelihimon neurobiologiaa. Duodecim 19, 2075-2083.

Kananen, J. 2015. Opinnäytetyön kirjoittajan opas. Jyväskylä: ammattikorkeakoulu.

Lund, Pekka. 2010. Rahapeliongelma: Yksilölle jätetty taakka. Juva: Ws Bookwell oy.

Murto, A. & Mustalampi, S. 2015. Rahapeliteoiminnasta aiheutuvat haitat. Teoksessa H. Alho, P. Heinälä, K. Kiiänmaa, T. Lahti & A. Murto (toim.) Rahapeli-riippuvuus. Tallinna: Printon, 20-21.

Murto, A. & Mustalampi, S. 2015. Rahapelaamisen yhteiskunnallinen merkitys. Teoksessa H. Alho, P. Heinälä, K. Kiiänmaa, T. Lahti & A. Murto (toim.) Rahapeli-riippuvuus. Tallinna: Printon, 17-20.

Murto, A. & Mustalampi, S. 2015. Rahapelituotoista yhteiskunnalle merkittävä hyöty. Teoksessa H. Alho, P. Heinälä, K. Kiiänmaa, T. Lahti & A. Murto (toim.) Rahapeli-riippuvuus. Tallinna: Printon, 18-20.

Parke, J., Wardle, H., Rigbye, J. & Parke, A. 2013. Exploring social gambling: scoping, classification and evidence review. Gambling Commission. Viitattu 28.8. 2020. <https://pdfs.semanticscholar.org/6a6d/fdb47387b0fe650c00311d05bd5e319bff24.pdf>

Peluurin www-sivut. Viitattu 28.5.2020. <https://peluuri.fi/>

Päihdelinkin www-sivut. Viitattu 28.5.2020. <https://paihdelinkki.fi/>

Sosped-säätiön www-sivut 2020. Viitattu 19.5.2020. <https://sosped.fi/>

Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen www-sivut. Viitattu 4.9.2020. <https://thl.fi/fi/>

Tuomi, J & Sarajärvi, A. 2009. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki:
Tammi

LIITTEET

Liite 1. Haastattelun runko

Haastattelun runko

Ongelman tiedostaminen

- Milloin?
- Mistä huomattu?

Läheiset

- Tiesivätkö läheiset?
- Kuinka kauan?
- Miltä tuntui kertoa?

Ongelman salailu

- Oliko sitä?
- Keneltä?
- Miksi?
- Kuinka kauan?

Hoito

- Mihin?
- Milloin?
- Mistä tuli tieto hoitomahdollisuuksista?
- Mikä sai lähtemään liikkeelle?
- Millainen oli vastaanotto?

Vertaistuen merkitys