

”Se kun me ollaan kaikki samassa
ryhmässä rahapeliongelmaiset ja
läheiset”

Kokemuksia Tiltin Perheklubista

Hanna-Mari Karmakka-Asare

2019 Laurea



**”Se kun me ollaan kaikki samassa ryhmässä
rahapeliongelmaiset ja läheiset”
Kokemuksia Tiltin Perheklubista
Kokemuksia
Tiltin Perheklubista**

Hanna-Mari Karmakka-Asare

Hanna-Mari Karmakka-Asare

”Se kun me ollaan kaikki samassa ryhmässä rahapeliongelmaiset ja läheiset”

Kokemuksia Tiltin Perheklubista Kokemuksia Tiltin Perheklubista

Vuosi 2019 2019

Sivumäärä 53

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli selvittää Tiltin Perheklubiin osallistuneiden kokemuksia osallistumisen vaikutuksista ja sitä, miksi he haluavat osallistua klubitapaamisiin. Tuloksia hyödynnetään Tiltin Perheklubi-mallin sekä Tiltin toiminnan kehittämistyössä.

Tiltin Perheklubi on rahapeliongelmaisille ja heidän läheisilleen tarkoitettu yhteinen ryhmä. Tiltin Perheklubi on osa tieto- ja tukipiste Tiltin toimintaa. Tiltti on osa Helsingissä sijaitsevaa Peliklinikkaa kokonaisuutta ja Sininauhaliiton toimintaa. Tiltin Perheklubin tarkoituksena on lisätä pelaajan ja läheisen ymmärrystä toisiaan kohtaan.

Opinnäytetyön teoriatausta koostuu rahapeliongelma ilmiön, pelaajan ja läheisen kokemusten sekä Perheklubi-mallin kuvaamisesta. Opinnäytetyöhön lisättiin kolmas käsite toipumispääoma, joka nousi sisällönanalyysin yhteydessä yhdeksi tulokseksi. Opinnäytetyö toteutettiin laadullisena tutkimuksena. Aineistonkeruumenetelmänä käytettiin teemahaastattelua. Opinnäytetyössä haastateltiin viittä Tiltin Perheklubi-toimintaan osallistunutta. Haastattelujen perusteella tärkeimpinä osallistumisen vaikutuksina koettiin ymmärryksen lisääntyminen toisen osapuolen näkökulmasta sekä menetetyn luottamuksen uudelleen rakentuminen. Osallistumisella koettiin olleen myös vaikutusta häpeän vähenemiseen sekä itsetunnon paranemiseen. Tunteista puhuminen sekä niiden ilmaiseminen oli tulosten mukaan tapaamisissa opittua. Haastattelut osoittivat Tiltin Perheklubi toimivan toipumisresurssina. Resurssit ovat tapaamisten sosiaalinen konteksti, vuorovaikutustaitojen kehittyminen sekä klubin toimiminen voimavarana.

Haastateltavat kuvasivat Tiltin Perheklubin olevan turvallinen paikka puhua ja siellä on luottamuksellinen ilmapiiri. Osalle haastateltavista Tiltin Perheklubista on tullut ainoa paikka, jossa he enää puhuvat rahapeliongelmaista ja sen seurauksista. Toipumisesta kertoo se, etteivät he kokeneet enää tarvetta muunlaiselle tuelle.

Tämän opinnäytetyön tuloksia voidaan hyödyntää kuvattaessa Tiltin Perheklubin kaltaisen toiminnan onnistumisen piirteitä sekä hyödyntää mietittäessä, miten eri ryhmien vaikutuksia voitaisiin mitata ja todentaa.

Hanna-Mari Karmakka-AsareHanna-Mari Karmakka-Asare

” It is because we are in the same group problem gamblers and close ones”

Experiences at Tiltti`s Familyclub

Year 2019 2019

Pages

53

The purpose of this thesis was to find out about the experiences, effects on participants in Tiltti`s Familyclub and why they still want to participate in the club meetings. The results will be utilized in the development of Tiltti`s Familyclub model and Tiltti`s operations. Tiltti`s Familyclub is a group for people who have a gambling problem and as well as “significant others”. Tiltti`s Familyclub is part of Tiltti`s activities. Tiltti is part of the Gambling clinic in Helsinki and, also of Sininauhaliitto. The purpose of Tiltti`s Familyclub is to increase the understanding between the gambler and the “significant other”.

The theoretical background of the theses consists of a gambling problem phenomenon, gambler and “significant other`s” experiences and the Familyclub model. The third concept, “Recovery Capital” became a result during the content analysis and was added to this thesis. The thesis was carried out as a qualitative study and the theme interview was used as a data collection method. Five participants of Tiltti's Familyclub were interviewed in the thesis.

Based on interviews the most important effects of the participation, was increasing understanding of the perspective of the other party, as well as reconstruction of lost confidence. Participation was also felt to have contributed to shrinking the feeling of shame and improving self-esteem. Interviews moved forward the talking about and expressing of feelings which was learnt at meetings. Based to the results, Tiltti`s Familyclub acts as a recovery resource and resources are the social context of meetings, the development of interaction skills and the club as a resource.

Interviewees describe that Tiltti`s Familyclub eas a safe place to talk and had a confident atmosphere. Some of the people interviewed said, Tiltti`s Familyclub has become the only place where they could talk about gambling problem and it`s consequences. As they felt that they no longer needed any other kind of support is a sign of recovery. The results of this thesis can be utilized when having to describe the features of similar activities as Tiltti`s Familyclub and also when measuring and verifying the effects of different groups.

Keywords: gambling problem, qualitative research, significant others, Tiltti`s Familyclub

Sisällys

1	Johdanto	6
2	Opinnäytetyön tausta ja tarkoitus.....	7
2.1	Aiheen valinta	7
2.2	Opinnäytetyön tavoite ja tutkimuskysymykset	7
3	Ongelmallinen rahapelaaminen	7
3.1	Rahapeliongelma	8
3.2	Rahapeli riippuvuus.....	9
3.3	Rahapeliongelma pelaajan kokemana	10
3.4	Rahapeliongelma läheisen kokemana	14
4	Perheklubi-malli	19
4.1	Perheklubi-toiminta	19
4.2	Perheklubi-toiminta Suomessa.....	20
4.3	Tiltin Perheklubi	21
5	Toipumispääoma.....	22
6	Opinnäytetyön toteutus	23
6.1	Laadullinen tutkimus	24
6.2	Teemahaastattelu	25
6.3	Opinnäytetyön luotettavuus, eettisyys ja tutkijapositio.....	27
6.3.1	Luotettavuus	27
6.3.2	Eettisyys	28
6.3.3	Tutkijapositio	29
7	Tulokset	31
7.1	Tiltin Perheklubi on paikka, jossa voi puhua.....	31
7.2	Avointa ja suoraa puhetta rahapeliongelman seurauksista.....	33
7.3	Tiltin Perheklubissa puhutaan tunteista	34
7.4	Tiltin Perheklubi toipumisresurssina	35
7.5	Tiltin Perheklubi muutosvoimana	36
8	Johtopäätökset	37
8.1	Kokemukset Tiltin Perheklubiin osallistumisen vaikutuksista	38
8.2	Sytä, miksi Tiltin Perheklubissa käydään	40
9	Pohdinta.....	42
	Lähteet	45
	Kuviot	48
	Liitteet.....	49

1 Johdanto

Rahapeliongelma ei näy eikä haise ja siksi pelaajan on se helppo salata. Hallitsemattomasta pelaamisesta koetaan häpeää ja syyllisyyttä, joka estää pelaajaa kertomasta ongelmastaan läheisilleen. Valehtelusta tulee osa arkea, sillä pelko rahapeliongelman paljastumisesta on suuri. Ongelmallisen pelaamisen paljastuminen on läheiselle kriisi. Pelaajan valehtelu ja pelaamisen salaaminen järkyttävät läheistä ja luottamus pelaajaan menetetään. Mahdollisten pelivelkojen määrä on usein läheiselle täysi yllätys. Monesti rahapeliongelma ilmiö on molemmille osapuolille varsin vieras. Sekä pelaaja että läheinen ovat ymmällään tapahtuneesta. Pelaajan on vaikea ymmärtää läheistä ja läheisen on vaikea ymmärtää pelaajaa. Ymmärryksen lisääntyminen toista osapuolta kohtaan auttaa molempia toipumaan yhdessä ja erikseen ja tukee luottamuksen uudelleen rakentumista.

Opinnäytetyöni kohteena on tieto- ja tukipiste Tiltissä vuonna 2017 käynnistetty Tiltin Perheklubi-toiminta. Tiltti on matalan kynnyksen kohtaamispaikka rahapeliongelmia kohdanneille, heidän läheisilleen ja ammattilaisille. Tiltti on osa Helsingissä sijaitsevaa Peliklinikka- kokonaisuutta ja Tiltin taustaorganisaationa toimii Sininauhaliitto.

Tiltin Perheklubi on Suomen ja Pohjoismaiden ensimmäinen rahapeliongelmaisille ja heidän läheisilleen tarkoitettu Perheklubi-malliin perustuva ryhmätoiminta ja sen tavoitteena on auttaa rahapeliongelmaisia ja heidän läheisiään saamaan ymmärrystä toistensa näkökulmista. Se, että Tiltin Perheklubi on ainut laatuaan, perustuu siihen, että olen tavannut Norjan, Ruotsin ja Tanskan Perheklubi-toimintojen koordinaattorit ja minulla on tietoa näissä maissa toimivista Perheklubeista. Tiltin Perheklubin kaltaista toimintaa ei ole aiemmin tutkittu.

Opinnäytetyöni tarkoituksena on selvittää Tiltin Perheklubiin osallistuneiden kokemuksia osallistumisen vaikutuksista ja kuvata ajatuksia siitä, miksi he haluavat osallistua klubitapaamisiin. Opinnäytetyöni on laadullinen tutkimus ja aineistonkeruumenetelmänä käytin teemahaastattelua. Haastatteluihin osallistui viisi klubilaista ja heistä kolme oli läheisiä ja kaksi pelaajia. Haastateltavat ovat olleet mukana runsaan vuoden Tiltin Perheklubi-toiminnassa. Haastattelut suoritettiin yksilohaastatteluina ja aineisto analysoitiin sisällönanalyysillä. Opinnäytetyöni on osa isompaa Peliklinikan tutkimushanketta, jossa keskitytään siihen, mitä kaikkea liittyy perheen toipumiseen rahapeliongelmaista ja, miten Tiltin Perheklubi-toiminta voi tukea toipumista. Opinnäytetyössäni en keskity perheiden vaan yksilön kokemuksiin.

Opinnäytetyöni alkaa valitsemani aiheen taustan ja tarkoituksen kuvaamisella. Kerron tässä osuudessa tarkemmin, miksi Tiltin Perheklubi-toiminnan tutkiminen minua kiinnostaa. Lisäksi kerron opinnäytetyöni tavoitteet sekä tutkimuskysymykset. Seuraavaksi avaan rahapeliongelma-käsitteen. Tästä siirryn kuvaamaan rahapeliongelmaa pelaajan ja läheisen näkökulmista. Edellä mainitussa osiossa kuljetan kuvitteellista tarinaa Maijasta ja Matista kuvittamaan

teoreettista tietoa rahapeliongelman seurauksista. Perheklubi-malli on toinen opinnäytetyöni käsite ja siitä kuvaan tausta-ajattelun sekä toiminnan periaatteet. Tässä yhteydessä kerron myös suomalaisesta Perheklubi-toiminnasta sekä Tiltin Perheklubista. Tämän jälkeen pyrin kuvaamaan toipumispääoma-käsitteen, joka on kolmas opinnäytetyöni käsitteistä. Seuraavaksi siirryn kuvaamaan opinnäytetyöni toteutusta. Avaan aineiston analysoinnin vaiheet ja pysähdyn pohtimaan opinnäytetyöni luotettavuutta, eettisyyttä ja omaa tutkija positiotani. Opinnäytetyöni tulokset esittelen seuraavaksi sekä johtopäätökseni tuloksista. Opinnäytetyöni viimeisessä luvussa syvennyn pohdintaan tästä opinnäytetyöstä.

2 Opinnäytetyön tausta ja tarkoitus

2.1 Aiheen valinta

Opinnäytetyöni aiheen valinta lähti omasta kiinnostuksestani Tiltin Perheklubia kohtaan. Työskentelen tieto- ja tukipiste Tiltissä ja olen käynnistänyt Tiltin Perheklubi-toiminnan. Toimin yhä tukiohjaajana klubitapaamisissa. Tein kyselyn Tiltin Perheklubiin osallistuneille vuonna 2018, jossa kartoitin klubilaisten kokemuksia klubiin osallistumisesta. Tekemässäni kyselyssä korostui osallistujien positiiviset kokemukset ja tästä syystä minussa heräsi kiinnostus jatkaa aiheen parissa opinnäytetyötutkielman kautta.

2.2 Opinnäytetyön tavoite ja tutkimuskysymykset

Opinnäytetyöni tavoitteena oli tuottaa tietoa Tiltin Perheklubi-tapaamisiin osallistuneiden kokemuksista osallistumisen vaikutuksista ja siitä, mikä sai ihmiset osallistumaan tapaamisiin. Tavoitteena oli myös jakaa tietoutta Tiltin Perheklubi-toiminnasta. Opinnäytetyöni oli puhtaasti työelämälähtöinen ja tulokset ensiarvoisen tärkeitä Tiltin Perheklubin kehittämistyölle, jonka tavoitteena oli mallintaa Tiltin Perheklubi-toiminta. Mallinnuksen tavoitteena on levittää ja tätä kautta lisätä pelaajille ja läheisille tarkoitettua ryhmätoimintaa Suomessa.

Tutkimuskysymykset:

- Minkälaisia vaikutuksia Tiltin Perheklubiin osallistumisella koetaan olevan?
- Miksi Tiltin Perheklubissa halutaan käydä?

3 Ongelmallinen rahapelaaminen

Tässä opinnäytetyössä käytän käsitettä rahapeliongelma. Rahapeliongelma viittaa enemmän ongelman sosiaaliseen kontekstiin, joka on tämän opinnäytetyön ammattiperusta. Sosiaalisella kontekstilla tarkoitetaan ongelmallista pelaamista, joka aiheuttaa haittoja pelaajalle, hänen läheisilleen sekä lähiyhteisölleen. Rahapeliiriippuvuus kantaa mukanaan sairauskäsitystä ja ohjaa ajattelemaan pelaamista ennemminkin psykologisena ja biologisena ongelmana kuin pelaamista sosiaalisena ongelmana. (Nikkinen 2008, 17.) Kokemukseni mukaan rahapeliiriippuvuus

termi koetaan usein leimaavana sekä kapea-alaisena määritelmänä laaja-alaisesta ongelmasta. Monet kohtaamani ongelmallisesti rahapelejä pelaavat eivät ole kokeneet tarpeelliseksi hakea itselleen lääketieteellistä diagnoosia, koska palveluiden ja avun piiriin pääsee ilmankin. Kokemukseni perusteella monelle on tärkeämpää selvittää, mitä itselleen on tapahtunut ja miksi rahapelaamisesta on tullut ongelma. Lundin (2010, 120-121) mukaan ihmisten jakaminen ongelmallisiin ja ongelmattomiin stigmatisoi ja estää pelaajaa hakeutumasta avun piiriin.

3.1 Rahapeliongelma

Järvinen-Tassopouloksen (2018, 7) mukaan rahapeliongelmallla tarkoitetaan liiallista pelaamista, joka vaikuttaa kielteisesti pelaajaan ja hänen lähipiiriinsä. Vuoden 2015 väestökyselyn tulosten perusteella noin 80% suomalaisista oli pelannut rahapelejä viimeisen vuoden aikana. Tämä prosenttiosuus tarkoittaa väestötasolla noin kolmea miljoonaa suomalaista. Noin 124 000 henkilöllä oli rahapeliongelma, joka on prosentteina ilmaistuna 3,3 prosenttia suomalaisista. Väestökyselyn perusteella arvioitiin tästä 3,3 prosentin joukosta noin kolmanneksella olevan rahapeliriippuvuus. Rahapelaaminen on yleisempää miehillä (85%) kuin naisilla (75%). Miehet aloittavat pelaamisen nuorempina kuin naiset sekä pelaavat useammin ja enemmän kuin naiset. Internetissä rahapelejä pelanneiden osuus nousi vuoden 2011 väestötutkimuksen 21 prosentista 24 prosenttiin vuonna 2015. Rahapeliongelma koskettaa pelaajan läheisiä. Vuoden 2015 väestökyselyssä 19 prosentilla väestöstä oli vähintään yksi rahapelejä ongelmallisesti pelaava läheinen. Tämä tarkoittaa, että noin 727 000 ihmisen lähipiirissä on rahapeliongelmainen. (Salonen & Raisamo 2015, 5-7.)

Rahapeliongelman aiheuttavia haittoja esiintyy taloudessa, ihmissuhteissa, henkisessä ja fyysisessä hyvinvoinnissa. THL:n väestökyselyiden mukaan rahapeliongelman arvioidaan koskettavan noin viidestä kymmeneen läheistä. Rahapeliongelma ei välttämättä tarkoita, että henkilöllä olisi diagnoosin täyttävä rahapeliriippuvuus. Kun rahapeliongelma määritellään sanalla ongelma, käännetään ajatus myös enemmän sosiaaliseen ongelmaan ja auttamiskeinojen osalta sosiaalityön piiriin. (Järvinen-Tassopoulos 2018, 76.)

Rahapeliongelmaa esiintyy kaikissa sosioekonomisissa ryhmissä. Ongelmallinen pelaaminen voi kehittyä kenelle tahansa ikään, sukupuoleen ja koulutustasoon katsomatta. Edellisen perusteella rahapeliongelmaisen prototyyppiä on vaikeaa kuvata. Väestökyselyiden perusteella tiedetään, että rahapeliongelmaa esiintyy enemmän pienituloisilla. Pienempituloiset pelaavat enemmän nettotuloihinsa nähden kuin suurituloiset. Rahapelin suurempaan kulutukseen liitetään myös työttömyys, alhainen koulutustaso, heikko terveydentila sekä runsas päihteiden käyttö. (Järvinen-Tassopoulos 2018, 59-63; Griffiths 2009, 109.)

Rahapeliongelman karsinointi syrjäytyneiden ongelmaksi rajaa rahapeliongelman henkilön ongelmaksi sen sijaan, että se nähtäisiin myös yhteiskunnallisena ongelmana. Koska rahapeliongelma ei näy päällepäin, on se helppo rajata tietyn ihmistyhmän ongelmaksi. Tällainen

karsinointi lisää häpeän tunnetta ja on esteenä oman rahapeliongelman esille tuomiselle ja avun piiriin hakeutumiselle ennen kuin haitat ovat kasautuneet hyvin suuriksi. (Lund 2010, 117-121.)

3.2 Rahapeliriippuvuus

Rahapeliriippuvuus-diagnoosiin on käytössä kaksi tautiluokitusta. Suomessa on käytössä WHO:n ICD 10- tautiluokitus (F63.0), jossa rahapeliriippuvuus määritellään pelihimoksi sekä impulssikontrollihäiriöksi. Vuonna 2018 Maailman terveysjärjestö WHO lisäsi peliriippuvuuden (Gambling disorder, gaming disorder) ICD 11- tautiluokitukseen ja poisti käytöstä ICD-10 määritelmän. ICD-11 tautiluokitus saattaa helpottaa ihmisten mahdollisuuksia saada oikeanlaista apua. Tulevaisuus näyttää, milloin ICD-11 saadaan meillä käyttöön takaamaan riittävän avun saannin palvelujärjestelmässämme. (Kansainväliset tautiluokitukset 2018.)

Maailmalla on yleisesti käytössä yhdysvaltalainen DSM-5-tautiluokitus, jossa puhutaan rahapeliriippuvuudesta. Rahapeliriippuvuus on toiminnallinen riippuvuus. Rahapelaaminen jatkuu ja lisääntyy, vaikka siitä seuraa suuria haittoja. Henkilö saattaa havaita ja tunnistaa oman käyttöksensä, mutta ei pysty muuttamaan sitä. Henkilö voi myös kieltää seurausten olemassaolon sekä olla haluton muuttamaan käyttäytymistään. Pelaaminen muodostuu pakonomaiseksi ja siihen liittyy positiivisia mielikuvia pelitapahtumasta. Peliajatukset valtaavat koko elämän. Diagnostisessa määrittelyssä painopiste on pelaajan ja pelin suhteessa. Tarkastellaan, kumpi hallitsee kumpaa. (Kansainväliset tautiluokitukset 2018; Lund 2010, 31-32.)

Rahapeliriippuvuus on hyvin yleisesti käytetty termi, jolla on suuri vaikutus siihen, kuinka ongelmallisesti pelaavat itsensä näkevät ja kuinka heidät nähdään. Nikkisen (2008, 17) mukaan medikalisaatio johtaa seuraaviin oletuksiin: 1. riippuvuus on syy ei oire, 2. riippuvuus etenee ja pahenee ilman hoitoa, 3. kyse kroonisesta tilasta, joka on hoidettavissa muttei parannettavissa, 4. hoidon päämäärä on abstinenssi. Toipumisen näkökulmasta rahapeliriippuvuus-määritelmä saattaa olla toipumista estävä, koska ongelmallinen rahapelaaminen on yksilöllinen kokemus ja elämäntilanteen kartoittaminen on tärkeä osa ongelman arviointia. Sen sijaan, että ongelmallinen pelaaminen nähdään sairautena, tulisi enemmän kiinnittää huomiota ihmisen omiin vahvuuksiin ja vahvistaa niitä osa-alueita, joissa toipumisen kannalta on puutteita. (Nikkinen 2008, 17-18.)

Vaikka olen edellä kritisoinut rahapeliriippuvuus termin käyttöä, on hyvä todeta, että on ihmisiä, joille rahapeliriippuvuus diagnoosilla on merkittävä osuus oman käyttäytymisen ymmärtämisessä. Diagnoosin kautta voi saada ymmärryksen ilmiöstä ja siitä, miten se vaikuttaa yksilöön. Mielestäni tärkeintä on kuitenkin se, että ongelmallisesti rahapelejä pelaava havahtuu pelaamiseensa ja hakeutuu avun piiriin ja on motivoitunut muutokseen. Lund (2010, 136) toteaa myös, että pelaajan saadessa selityksen pelaamiselleen, tunne omasta pahuudesta osoittautuu vääräksi.

3.3 Rahapeliongelma pelaajan kokemana

Tiltin Perheklubiin hakeudutaan rahapeliongelman aiheuttamien seurausten vuoksi ja niistä klubitapaamisissa puhutaan. Tässä kappaleessa tarkastelen rahapeliongelman vaikutuksia pelaajaan ja kuvaan seurauksia sekä sitä, miten pelaamisesta koituvat haitat yleisesti koetaan. Lisäksi kuvaan pelaajan elämää rahapeliongelman kanssa. Käytän apuna kuvitteellista tarinaa, joka perustuu edellä esitettyihin tilastoihin rahapeliongelmosta ja omaan kokemukseeni niin entisenä pelaajana kuin työhöni rahapeliongelmaisten ja heidän läheistensä kanssa. Kuvaan pelaajan kokemusta, sillä on tärkeää ymmärtää, mitä pelaaja ajattelee ja kuinka hän toimii pelatessaan ongelmallisesti.

Matti pelaa kolikkopelejä pelisaleissa. Kaupoissa hän pelaa vain satunnaisesti koska pelaaminen paljastuisi, jos joku näkisi hänet ja kertoisiasiasta hänen vaimolleen Maijalle. Pelisali on paikka, minne Matti voi piiloutua ja pelata kenenkään häiritsemättä. Matilla on pieniä leikki-ikäisiä lapsia ja hänen työnsä on hektistä. Kolikkoautomaattien avulla Matti kokee rentoutuvansa ja pääsevänsä arjesta irti. On vain Matti ja raha-automaatti. Matin mielestä hänellä ei ole minkäänlaista ongelmaa rahapelaamisen kanssa. Hän kokee hallitsevansa oman pelaamisensa.

On vaikea tietää, miksi jollain ihmisellä kehittyy rahapeliongelma ja millaisissa tilanteissa näin käy. Rahapeliongelmaa ei voi luotettavasti mitata vain pelaamiseen käytetyllä ajalla ja rahalla. Kyse on paljolti siitä, pystyykö pelaaja lopettamaan pelaamisen, olemaan pelaamatta ja säilyttämään hallinnan pelaamisen aikana. Usein rahapelaaminen jatkuu liian pitkään useita vuosia tai jopa vuosikymmeniä. Sekä rahapelaaja että läheinen ei heti tunnista tilannetta. Rahapeliongelma ei haise, ei näy ulospäin ja antaa näin ongelmallisesti rahapelejä pelaavalle mahdollisuuden pitää ulkoiset kulussit kunnossa. Rahapeliongelmainen elää kaksoiselämää. Pelimaailma on yksinäinen oma todellisuus, jota ei jaeta kenenkään kanssa, sillä pelaamisesta kiinni jäämisen pelko on suuri. (Lund 2010, 31-37.)

Blaszczynski ja Nower (2002, 487-499) ovat kehittäneet psykologisen selitysmallin, polkuteorian, peliongelman synnystä. Polkuteoria laajentaa näkökulmaa riippuvuusajattelusta myös yksilön elämän ja ympäristön tapahtumiin. Polkuteorian mukaan ongelmalliseen rahapelaamiseen voi päätyä kolmea polkua pitkin. Ympäristö, joka mahdollistaa pelaamisen, nähdään kaikkien polkujen lähtökohtana. Ensimmäisessä polussa ongelmalliseen pelaamiseen päädytään vain pelaamisen toistamisen ja oppimisen kautta. Toisessa polussa oppimiseen liitetään emotionaalinen alttius (esimerkiksi ahdistus, elämänkriisit, kyvyttömyys käsitellä omia vaikeita tunteita) ja kolmannessa polussa ongelmalliseen pelaamiseen liitetään biologinen alttius (esimerkiksi ADHD, mielenterveyden häiriöt).

Suurin osa rahapeliongelmaisista pakenee pelaamiseen omassa elämässä olevia ahdistavia asioita (kolmas polku). Rahapelaamista käytetään tunteidensäätelyyn sekä tarpeeseen päästä hetkeksi irti arjesta. Rahapeleistä haetaan apua erilaisiin elämän kriiseihin. Pelaamisesta tulee opittu tapa käsitellä ahdistavia tilanteita ja se myös alkaa toimia ennaltaehkäisevästi. Rahapelejä pelatessa arkiset asiat unohtuvat ja vaikeiden tilanteiden käsittelystä rahapelaamalla tulee tapa. Tästä seuraa kierre ja pelaamisen pakko. Pelaaminen tuo helpotuksen kokemuksen ja ahdistavissa tilanteissa se muistetaan lohdun tuojana. Rahapelejä pelatessa tuntuu hyvältä ja turvalliselta. (Castrén & Lahti 2015, 69-73; Lund 2010, 53-54.)

Ihmisen aivot tottuvat rahapelaamisesta saatavaan mielihyvään ja palkitsevuuteen. Pelaaja oppii ja opettaa itsensä siihen, että hän tarvitsee rahapelejä. Pelaamisesta muodostuu nopeasti positiivinen muistijälki. Tätä opittua tapaa on vaikea muuttaa. Nykyään ajatellaankin pois oppimisen sijaan, että opitun tavan päälle kirjoitetaan uusi toimintamuoto. Tämä tarkoittaa sitä, että esimerkiksi ahdistuksen kanssa opetellaan toimimaan toisin, valitaan toinen toimintamalli helpottamaan ahdistusta. Pelaajan onkin hyvin tärkeää tarkastella esimerkiksi ahdistuksen tunnettaan, sen syntyperistä käsin. Joissain tapauksissa rahapeliongelma onkin seuraus ei niinkään syy. (Kaasinen, Kuoppamäki & Salonen 2015, 131; Kiianmaa 2015, 51-56.)

Viime aikoina Matti on pelannut paljon. Rahaakin on kulunut suunniteltua enemmän. Yhtenä päivänä hän pelasi neljä tuntia ja joutui poistumaan pelisalista, koska se suljettiin. Tuona päivänä hän hävisi myös asuntolainan lyhennykseen tarkoitetut rahat. Pelaamisen jälkeen olo oli kauhea. Seuraavana päivänä hän muisti, että hän saa kahden päivän päästä rahaa tililleen erästä projektista. Mieliala koheni ja hän alkoi suunnitella, kuinka pääsisi rahojen tultua pelaamaan. Töissäkin oli vaikea keskittyä, koska pelaaminen oli jatkuvasti mielessä. Matin valtasi tunne, että häviöt on saatava takaisin. Hän tuskin malttoi odottaa, että pääsisi voittamaan rahat takaisin - vatsassa oli jännityksen tunne ja hän tunsu mielihyvää.

Rahapeliongelma on erikoinen ongelma, sillä ongelmallisesti pelaava kokee rahapelaamisesta aiheutuvia haittoja ja samalla hakee ratkaisua ongelmiin samasta toiminnasta. Rahapelaaminen aiheuttaa positiivisia tunteita ja samalla rahapelaamisen vuoksi koetaan masennusta ja ahdistusta. Voidaan sanoa, että rahapeliongelma aiheuttaa ahdistusta ja että rahapelejä pelataan ahdistuksen vuoksi. (Lund 2010, 53-54.)

Rahapeliongelmainen pelaa pakonomaisesti. Pelaamista ei pysty lopettamaan, vaikka haluaisi tai olisi suunnitellut. Näin pelaamisesta tulee jo pelisession aikana ahdistava. Koska itse pelitapahtuma ei enää tuo mielihyvää, siirtää pelaaja mielihyvän tunnetta toiseen ajankohtaan. Mielihyvän kokemus aikaistuu eli pelaamisen ajattelusta ja pelaamisen suunnittelusta saadaan mielihyvää. Esimerkiksi tuleva rahapäivä laukaisee usein peliajatuksia. Pelaamista

suunnitellaan ja odotetaan jo useampi päivä ennen rahan tilille tuloa. Suunnittelu ja odotus tuottaa mielihyvää. Rahaa tarvitaan, jotta rahapelaaminen on mahdollista. Usein rahapeliongelmainen elää niukkuudessa pelattuaan elämiseen tarkoitettut rahat. Hän on siis rahan puuttumisen vuoksi pelaamatta eikä siksi, että on valinnut olla pelaamatta. Kun ihminen pelaa rahapelejä ongelmallisesti, ei enää ole kysymys tahdosta tai päättämisestä pelaako vai ei. (Lund 2010, 55-57.)

Matti hävisi projektista tulleet rahat. Tilanne oli jälleen se, että hänellä ei ollut rahaa. Matti oli joskus ottanut pikavippejä. Tämä vaihtoehto tuli hänelle mieleen ja hän päätyi ottamaan pikavipin. Olihan hän aiemmin helposti maksanut pikavipin pois ja tekisi samoin nytkin eikä kukaan saisi tietää. Rahat tulivatkin tilille samana päivänä. Illalla hän ajatteli käydä vain vähän pelaamassa ja lähteä heti pois, kun voittaisi. Hän ajatteli myös, että kun hän voittaa, maksaisi hän pikivipin pois. Illalla Matti pelasi koko pikavippi summan. Vaikka hän oli suunnitellut lähtevänsä pois pelisalista voiton tultua - toisin kävi - kaikki meni.

Rahapeliongelmaan liittyy oleellisesti salailu ja valehtelu. Näiden taustalla on kiinnijäämisen pelko sekä rahapeliongelman ja sen seurausten paljastuminen. Rahapeliongelmainen on valmis tekemään kaikkensa, ettei hänen ongelmansa tule esille. Pelaaja valehtelee läheisilleen, mutta myös ennen kaikkea itselleen. Rahapeliongelmainen uskottelee itselleen pystyvänsä lopettamaan halutessaan ja yhtenä vahvana uskomuksena on myös usko isoon voittoon. Ison voiton avulla pelaaja uskoo ratkaisevansa pelaamisesta aiheutuneet talousvaikeudet ja kiinni jäämisen riski pienenee. Pelaaja haluaa unohtaa häviöt ja muistaa voitot ja siksi hän puhuu voitoista. Voitoista puhumalla hän selittää itselleen omaa toimintaansa ja sen oikeutusta. Voitto on käsite, jota pelaaja käyttää usein väärin. Voitto on se raha, joka jää jäljelle, kun kaikki tappiot vähennetään. Voitto ei ole yhden pelisession aikana pelaista palautuva raha. Lähes kaikki rahapeliongelmaiset ovat kokeneet sen, että kaikki rahat pelataan, vaikka pelisession aikana olisi palautunut isojaakin summia. Päädytään siis aina samaan tilanteeseen - kaikki rahat on hävitty. (Castrén & Lahti 69-73; Lund 2010, 91-95.)

Matin vaimo Maija ihmetteli, mihin Matin rahat menevät ja miksi Matti on paljon pois kotoa. Maija ihmetteli myös muutosta Matin käytöksessä ja olemuksessa. Matti selitti asiat työ stressillä ja pitkillä työpäivillä. Rahan puutteen Matti selitti ylimääräisillä laskuilla. Maija uskoi ja toivoi Matin huolehtivan itsestään enemmän ja viettävän enemmän aikaa perheensä kanssa. Matista tuntui todella pahalta, mutta eihän hän voisi sanoa pelanneensa kaikki rahansa ja vielä velkaantuneensa. Häpeä ja syyllisyys tuntui kauhealta ja Matti huomasi ajattelevansa pelaamista. Hävityt rahat on pakko saada takaisin. Matin mieleen tuli pelisalin tuttu peli. Sitä hänen kannattaa pelata, hän uskoo tietävänsä, kuinka sitä pelataan ja kuinka siitä voi voittaa rahaa.

Valehtelusta tulee nopeasti tapa. Rahapeliongelmaisesta kehittyy erittäin taitava valehtelija. Koska valehtelun määrä lisääntyy ja siitä tulee systemaattista, on helpompaa jatkaa valehtelua kuin lopettaa se. Valehtelun myötä rahapeliongelmainen luopuu moraalistaan, ylpeydestään ja usein arvoistaan. Tilanne on ristiriitainen. Rahapeliongelmainen on usein tietoinen toiminnastaan ja oman elämänsä hallitsemattomuudesta, mutta on kykenemätön muuttamaan sitä. Monesti rahapelaamista on omin keinoin yritetty rajoittaa, mutta huonoin tuloksin ja tämän kokemuksen myötä lannistuttu ja koettu kyvyttömyyttä vaikuttaa omaan käytökseen. Huono minäkuva ja häpeä vahvistuu ja ajaa rahapelaamisen ääreen. Jatkuva itseensä pettyminen ahdistaa ja tuottaa lisää peliajatuksia. (Lund 2010, 76-77.)

Ongelmalliseen rahapelaamiseen liittyy virheellisiä uskomuksia ja ajatusmalleja. Pelaajalla on virheellisiä ajatuksia liittyen sattumaan ja todennäköisyyteen sekä niiden yhteyteen. Lisäksi hän arvioi virheellisesti omia taitojaan. Hän uskoo voivansa omalla toiminnallaan vaikuttaa pelien lopputulokseen. Pelaaja uskoo voittoon ja jahtaa takaisin hävittyjä rahoja. Virheelliset uskomukset oikeuttavat pelaamista ja toimivat pelaamista laukaisevana tekijänä. (Castrén & Lahti 2015, 74-77; Lund 2010, 95-98.)

Rahapeliongelmaista koetaan suurta häpeää. Häpeän tunnetta lisää rahapeliongelma ilmiön vähäinen tuntemus. Usein rahapeliongelmainen kokee olevansa ainoa, joka on rahapelaamisella aiheuttanut itselleen ja läheisilleen vakavia seurauksia. Häpeä ei liity ainoastaan rahapeliongelmaan vaan suurempaan kokonaisuuteen. Häpeä liittyy usein rahan hallintaan ja kuinka yhteiskuntamme ajattelee ihmisen kykenevän huolehtimaan raha-asioistaan. (Lund 2010, 107-109.)

Syällisyyden tunne on rahapeliongelmaisella aina läsnä. Syällisyyttä tunnetaan teosta esimerkiksi rahan varastamisesta, lomamatkan peruuntumisesta, lapsille tehtyjen lupauksen pettämisestä, valehtelusta jne. Toipumisen kannalta merkittävää on se, että pelaaja hyväksyy tapahtuneen ja antaa itselleen anteeksi. Menneeseen kiinni jääminen ei vie eteenpäin vaan päinvastoin se lisää häpeää ja syällisyyttä. (Lund 2010, 107-109.)

Matti päätti jälleen kerran lopettaa pelaamisen siinä kuitenkaan onnistumatta. Matti tunsu itsensä todella tyhmäksi - eihän kukaan muu voi olla näin tyhmä kuin minä. Hän mietti, miten on voinut pelata kaikki rahansa ja pikavippikin on maksamatta. Miksi hänestä on tullut tällainen. Aiemmin hän on aina huolehtinut laskuista ja ollut tarkka taloudestaan. Matti mietti, että hänessä täytyy olla jotain vikaa.

Aiemmin toin esille stigmatisoinnin ja sen vaikutukset rahapeliongelmaiseen. Jos rahapeliongelmaisen ajatellaan olevan tyhmä eikä järkevä lisää se häpeän tunnetta huomattavasti. Tärkeää on huomata, että rahapeliongelmainen kokee olevansa vääränlainen ei toimineensa

väärin. (Lund 2010, 108.) Voikin kysyä, kuka haluaa tunnustaa olevansa tällainen sen sijaan, että voi sen salata vaikkakin oman minäkuvan tuhoutumisen kustannuksella.

Rahapeliongelmaisen suhde rahaan vääristyy. Rahan arvo hämärtyy ja raha arvotetaan pelissä hävittyjen summien kautta. Kaikesta rahasta tulee pelirahaa. Pelaaja saattaa valita pelaamisen laskujen maksun sijaan ja perustelee sitä itselleen kohta tulevalla isolla voitolla. (Castrén & Lahti 2015, 74-77; Lund 2010, 91-94.)

Heiskanen (2017) tarkastelee väitöskirjassaan ongelmallisen rahapelaamisen ja siitä toipumisen taloudellisia ulottuvuuksia. Heiskasen mukaan raha sitoo pelaajat heidän sosiaalisiin ympäristöihinsä, sillä raha on rahapelaamisen pääelementti. Tutkimuksen tarkoituksena oli selvittää ongelmallisesti rahapelejä pelaavien mahdollisuuksia taloudelliseen toipumiseen sekä selvittää rahan eri rooleja ongelmapelaajan arjessa. Heiskasen mukaan rahapeliongelmaisia autetaan monella sektorilla, mutta näiden sektoreiden yhteistyö on vähäistä. Lisäksi tulisi ottaa huomioon toipumisen jaksottaisuus suunniteltaessa taloudellista tukea. Tämän vuoksi tukimuotojen ei tulisi kasvattaa ennestään voimakasta häpeän ja syyllisyyden taakkaa. Tutkimuksessa tunnistettiin rahapeliongelmaisella olevan rahalle monia rooleja; hävitty raha, olemassa oleva tai saatavilla oleva raha sekä tulevaisuuden raha, johon kaikki toivo rakentuu. Tutkimuksessa haastateltiin 17:än ongelmapelaajaa sekä 11:tä sosiaalijohtajaa.

Matti on ahdingossa. Hän on ottanut lisää pikavippejä ja pelannut kaiken. Matti ei enää tiedä mitä pitäisi tehdä. Hän ymmärtää, että hänellä on peliongelma. Hän ei ole nukkunut kunnolla pitkään aikaan ja työkin on kärsinyt. Matti ei tiedä mitään muuta keinoa, kuin kertoa asiasta Maijalle.

Usein pelaajan pysäyttää oman talouden pettäminen. Havahdutaan velkaantumisen määrään ja siihen ettei velkoja pystytä maksamaan. Rahapeliongelmainen ymmärtää olevansa keskellä isoa ongelmavyöhytää. Pelaaja saattaa jäädä kiinni pelaamisestaan tai itse kertoa siitä läheisilleen. Usein rahapeliongelman paljastuminen on pelaajalle suuri helpotus. Ehkä jopa vuosien salailu ja kaksoiselämä paljastuu. Enää ei tarvitse valehdella. (Lund 2010, 72-75.)

3.4 Rahapeliongelma läheisen kokemana

Tässä luvussa pyrin kuvaamaan, miten rahapeliongelmaisen läheisenä oleminen koetaan ja, mitä siihen liittyy. Tässä opinnäytetyössä läheinen käsitetään laajasti. Läheinen voi olla esimerkiksi vanhempi, kumppani, sisarus, sukulainen, ystävä, työtoveri tai naapuri. Tässä luvussa jatkan tarinaa läheisen näkökulmasta. Tarina perustuu tilastoihin sekä omaan kokemukseeni läheisten kanssa työskentelystä.

Maija on jo jonkin aikaa miettinyt, mikä Matilla on. Mattin käytös on muuttunut. Hän on etäinen, hermostuu helposti ja he ovat riidelleet enemmän kuin ennen. Maija pelkäsi, että Matilla on suhde. Tämä tuntui erittäin ahdistavalta ja

epäilyksen kanssa oli raskasta elää. Arki lasten kanssa ilman Matin apua oli hyvin uuvuttavaa. Maija ei uskaltanut puhua ajatuksistaan, koska kaikki keskustelu päättyi riitaan ja Maija pelkäsi seurauksia.

Rahapeliongelma on monenlaisia vaikutuksia läheisiin. Rahapeliongelmaa ei useinkaan tunnusteta ja läheisen on näin vaikea puuttua siihen. Pelaaja ei usein aavista sitä, miten heidän läheisensä voivat, sillä hän uskoo olevansa taitava valehtelija ja uskoo, että kaksoiselämän eläminen onnistuu näkymättä ulospäin. Pelaajan käytöksessä tapahtuu lähes aina muutos. Hän muuttuu etäiseksi, on hermostunut, poissaoleva ja ahdistunut. Parisuhteessa läheisyys uupuu ja seksielämässä näkyy haluttomuutta. Tämä muutos näkyy läheiselle ja epäily herää siitä, ettei kaikki ole kunnossa. Kun läheinen kysyy, miksi pelaajan käytös on muuttunut, saattaa pelaaja perustella muuttunutta käytöstään työstressillä. Läheisellä ei ole mitään syytä olla uskomatta, sillä rahapeliongelma ei välttämättä edes käy mielessä. Parisuhteessa muutos pelaajan käytöksessä saatetaan tulkita pettämiseksi. (Itäpuisto & Pajula 2015, 9.)

Yhtenä päivänä Matti kertoi Maijalle pelaavansa rahapelejä ja, että hänellä on rahapeliongelma. Lisäksi Matti kertoi missä jamassa heidän taloutensa oli joutuksen rahapelaamisesta.

Maija oli aivan järkyttynyt. Hän ei ollut osannut ajatellakaan, että kaiken takana olisi rahapeliongelma. Helpottavaa oli, ettei kyse ollutkaan petttämisestä. Maija oli aina luottanut Matin hoitavan perheen talousasiat. Olikin valtava shokki kuulla, että Matti on jättänyt perheelle merkittäviä laskuja maksamatta. Maijan valtasi valtava hätä, siitä kuinka maksamattomat laskut saataisiin maksettua.

Maijaa ahdisti etenkin se, miten Matti oli voinut valehdella hänelle näin pitkään.

Maija pohti, miten on mahdollista, että Matti on jättänyt laskuja maksamatta ajattelematta seurauksia. Kuinka joku voi palata kaikki rahansa ja vielä velkaantua - eikö Matti missään kohtaa ajatellut järkevästi ja päättänyt lopettaa pelaamista. Maijasta tuntuu, että Mattiin ei voi enää luottaa.

Rahapeliongelman paljastuttua läheinen usein ymmärtää pelaajassa tapahtuneen muutoksen ja sen ilmeisen yhteyden rahapeliongelmaan. Tämä ei kuitenkaan tarkoita, että ymmärrettäisiin rahapeliongelmaa ilmiönä ja kuinka se vaikuttaa pelaajaan ja hänen käyttökseen. (Pajula 2007, 36-37.)

Läheiset kokevat fyysisiä, psyykkisiä, sosiaalisia ja taloudellisia vaikutuksia. Se millaisia vaikutuksia rahapeliongelma on läheiseen, riippuu paljon läheisen ja rahapeliongelmaisen

suhteesta ja sen emotionaalisesta vahvuudesta. Vaikutusta on myös sillä, asuuko läheinen samassa taloudessa rahapeliongelmaisen kanssa vai ei. Aiemmin todettiin, että rahapeliongelma on hyvin moninainen. Se millainen rahapeliongelman laatu ja piirteet ovat, on suorassa yhteydessä läheisen kokemuksiin rahapeliongelmaisen rinnalla. Pelaajan motiivi hakeutua avun piiriin heijastuu suoraan läheisen jaksamiseen. (Pajula 2007, 27-28.)

Taloudelliset vaikeudet vaikuttavat läheiseen merkittävästi. Ne vaihtelevat pienistä veloista luottotietojen menetykseen. Pelaajan velkaantuminen tapahtuu usein läheisen tietämättä. Pelaaja on saattanut pelata kaikki säästönsä ja jättää maksamatta merkityksellisiä laskuja esimerkiksi vuokran. Läheiselle tällainen tieto tuo välittömän kriisin ja turvattomuuden tunteen. Parisuhteessa taloudelliset vaikeudet heijastuvat läheiseen myös epävarmuutena tulevaisuudesta. Läheinen saattaa kokea joutuvansa luopumaan toiveistaan ja unelmistaan tulevaisuuden suhteen. Toisaalta hän myös pelkää tulevaisuutta ja siihen liittyviä isoja päätöksiä. (Heikkilä, Laine & Salokoski 2009, 25-26; Pajula 2007, 22-24.)

Mustonen (2015) on opinnäytetyössään selvittänyt läheisten kokemuksia rahapeliongelman vaikutuksista heidän hyvinvoinnilleen sekä, millaista apua he itselleen kaipaavat. Opinnäytetyön toimeksiantajana oli Sosped säätiön Pelirajat`on-toiminta. Aineisto on kerätty verkkokyselylomakkeella. Opinnäytetyössä selvisi, että vaikutuksista tyypillisin, näkyi vastuunottona taloudesta sekä arjen asioista. Ahdistuneisuus ja unettomuus aiheuttivat läheisten voimavarojen heikentymistä. Lisäksi ilmeni, että läheiset kokivat kasvokkaisen keskusteluavun olleen hyödyllisintä. Opinnäytetyössä myös todettiin, että osa läheisistä ei ollut hakenut apua lainkaan. He olivat kokeneet pärjäävänsä ilman apua tai eivät tiedäneet, mistä apua voisi hakea.

Maijan huoli perheen taloustilanteesta oli suuri. Matti kertoi velkojen suuruuden, mutta myöhemmin kävikin ilmi, että kyse olikin huomattavasti suuremmasta summasta. Maija mietti, mitä muuta Matti oli jättänyt kertomatta, voiko hän enää luottaa puolisonsa sanaan?

He olivat suunnitelleet lomamatkaa ja puhuneet siitä lapsillekin. Tilanne oli sellainen, että lomamatkaa ei pystytty toteuttamaan. Maija oli valtavan pettynyt. Hän oli pyytänyt töistä lomaa lomamatkan toteuttamiseksi. Maija pohti, miten tämän kertoisi ystäville ja miten selittää, etteivät he lähdekään lomamatkalle. Maijaa ahdisti ja pelotti myös ajatus siitä, mistä muusta hän ja lapset joutuisivat luopumaan ja riittävätkö rahat ruokaan vaikean rahatilanteen vuoksi. Hän mietti myös, kuinka kauan taloustilanteen korjaaminen veisi.

Maijan oli otettava vastuu perheen talousasioista. Tämä tuntui Maijasta isolta ja kuormittavalta asialta. Maijasta kuitenkin tuntui, ettei hänellä ollut vaihtoehtoja.

Maija päätti kertoa asiasta Matin vanhemmille, sillä he olivat auttaneet Mattia rahallisesti jo jonkin aikaa. Maija ei ollut tiennyt tällaisista lainoista mitään. Hän koki tärkeäksi kertoa rahapeliongelmaasta, ettei Matille enää lainattaisi rahaa. Matin vanhemmat olivat kauhuissaan ja pohtivat ovatko mahdollistaneet Matin pelaamisen rahaa lainaamalla.

Luottamuksen menetys on yksi isoimmista läheisen kokemista tunteista. Sen on saanut aikaan salailu, peittely ja valehtelu. Iso kysymys onkin, kuinka luottamuksen saa palautettua. Luottamus on erittäin tärkeä elementti läheissuhteissa ja sen palauttaminen on hyvin pitkä prosessi eikä se tapahdu hetkessä. Luottamuksen rakentaminen ei ole yksin läheisen vastuulla. Parisuhteissa ristiriitoja syntyy usein, kun läheisen on vaikea uskoa rahapeliongelmaisen pelaamattomuuteen. Läheinen elää jatkuvan epäilyn kanssa, joka vie paljon energiaa. Mitä isommat taloudelliset haitat rahapelaamisesta on koitunut, sitä enemmän läheinen keskittyy pelastamaan tilannetta ja unohtaa oman jaksamisensa. (Pajula 2007, 25-26.)

Taloudelliset vaikeudet heijastuvat myös sosiaalisiin suhteisiin. Niukka taloudellinen tilanne saattaa pakottaa muuttamaan koko elämän tyyliä. Parisuhteessa läheinen saattaa kokea syrjäytymisen tunteita, sillä niukkuus estää osallistumasta sosiaalisiin tapahtumiin. Perheissä läheinen ottaa usein isomman vastuun talousasioista varmistaakseen esimerkiksi laskujen maksun. Kun läheinen hoitaa yksin perheen talousasiat vaarana on, että hän uupuu. (Itäpuisto & Pajula 2015, 16-18.)

Läheisen ollessa pelaajan vanhempi, isona tunteena koetaan syyllisyyttä. Vanhemmat syyttävät usein itseään rahapeliongelman synnystä ja peilaavat omia tekojaan lapsen rahapeliongelman syntymisen syihin. Lisäksi vanhemmat usein pohtivat ovatko mahdollistaneet rahapelaamista esimerkiksi auttamalla lastaan rahallisesti. Vanhemmat kokevat myös häpeää ja sen vuoksi saatavat salata rahapeliongelman muilta läheisiltä. (Pajula 2007, 27-31; Lund 2010.)

Maija ei voinut ymmärtää, miksi Matti oli iloinen ja helpottunut. Maijan mielestä heillä oli iso kriisi ja siihen piti suhtautua vakavasti. Maijasta tuntui kuin Matti olisi vähätellyt ongelmia. Maija koki raivoa ja suuttuikin usein.

Läheinen kokee isoja tunteita ja on ristiriidassa omien tunteidensa kanssa. Kielteisten tunteiden kuten vihan ja raivon kanssa voi olla vaikea elää ja niistä koetaan syyllisyyttä. Lisäksi rahapeliongelman aiheuttamista riidoista pelaajan kanssa koetaan syyllisyyttä. Syyllisyys myös ajaa läheistä vastuun ottoon sekä velvollisuuden tunto kasvaa. Tämän kuorman alla läheisen on vaara uupua ja palaa loppuun. Läheisen onkin hyvä antaa itsensä tuntee kaikkia tunteita, joita tuntee. (Pajula 2007, 27-31.)

Läheinen ja rahapeliongelmainen ovat kriisin eri vaiheissa pelaamisen paljastuttua. Rahapeliongelmainen on salannut pelaamistaan jo pitkään ja paljastuminen on valtava helpotus.

Läheiselle tieto rahapeliongelmaasta tulee usein yllätyksenä kaikkine seurauksineen. Hän on ahdistunut, peloissaan sekä hämmentynyt. Pelaaja katsoo tulevaisuuteen, kun taas läheinen katsoo aikaa taaksepäin. Läheinen peilaa tapahtumia oman havainnointikykynsä kautta. Hän kysyy itseltään; ”miksi en ole huomannut, oliko sekin kerta sellainen, jolloin pelaaja pelasi, epäilin jotain, mutten ymmärtänyt, miksi en puhunut epäilyksistäni, olenko syy rahapeliongelmaan?”. Tämä eriaikaisuus aiheuttaa haasteita vuorovaikutukseen. (Pajula 2007, 27-31.)

Maija on ottanut selvää rahapeliongelmaasta ja selvittänyt, mistä saisi apua. Matti on luvannut hakeutua avun piiriin. Maija tuntee olonsa hyvin uupuneeksi. Hänestä tuntuu, että kaikki on hänen vastuullaan ja toisaalta hän kokee velvollisuudekseen tukea ja auttaa Mattia. Maija on pohtinut omaa jaksamistaan ja ajatellut hakevansa itselleenkin apua.

Maija löysi tiedon Tiltin Perheklubista ja kertoi siitä Matille. Molemmat olivat sitä mieltä, että Tiltin Perheklubiin kannattaisi osallistua. He ottivat yhteyttä tukiohjaajaan ja ilmoittautuivat mukaan. Molempia jännittää, mutta positiivisella tavalla.

Marttisen (2009, 37-47) pro-gradu tutkielman tavoitteena oli selvittää puolisoiden hyvinvointia sekä selviytymistä rahapeliongelmaisen rinnalla. Tutkimusaineistona toimi yhdeksän peliongelmaisten puolisoiden kirjoittamat tarinat. Merkittävimpänä tuloksena oli puolisoiden ahdistava ja vaikea elämäntilanne sekä suuri tarve sosiaaliselle tuelle. Luottamuksen menetys, vuorovaikutuksen väheneminen ja tunneilmaston muuttuminen vaikuttivat kielteisesti parisuhteissa. Tarinoissa korostui erilaiset selviytymiskeinot. Selviytymiskeinot vaihtelivat passiivisista ja tehotomista keinoista aktiivisiin ja päämäärähakuisiin. Tuloksena oli myös puolisoiden tarve tuelle. Puolisot eivät kokeneet saaneensa riittävää tukea lähiverkostoistaan eikä ammatillisilta tahoilta. Marttisen mukaan tehostamalla tukimuotoja, voidaan puolisoiden hyvinvointia kohentaa

Marttisen (2009, 37-47) pro-gradu tutkielmassa selvisi, että rahapeliongelman paljastuttua läheinen on usein aktiivisempi osapuoli. Läheinen unohtaa itsensä ja keskittyy rahapeliongelmaisen auttamiseen, motivoimiseen ja avun piiriin saattamiseen. Lisäksi läheisen energiaa kuluu rahapeliongelman seurauksien korjaamiseen. Monet läheiset hakevat itselleen apua hyvin myöhäisessä vaiheessa, jolloin psyykkinen kuorma on jo erittäin suuri. Läheinen masentuu ja ahdistuu ja se vaikuttaa hänen arkeensa ja jaksamiseensa esimerkiksi lasten kanssa ja työelämässä. Läheinen saattaa myös vältellä sosiaalisia tilanteita johtuen häpeästä.

Marttinen (2009, 74-75) kuvaa pro-gradu tutkielmassa yhtenä puolisoiden selviytymiskeinona vetäytymisen. Hänen mukaansa vetäytymisellä puoliso varmistaa omaa hyvinvointiaan. Marttisen mukaan vetäytyminen ilmenee puolison haluttomuutena osallistua tai tehdä mitään ongelman selvittämiseksi. Itäpuiston ja Pajulan (2015, 19-21) mukaan läheisen on myös turvattava oma taloutensa, mikäli pelaaminen ei lopu. On täysin ymmärrettävää ja inhimillistä auttaa

läheisiämme, joita rakastamme, mutta rahapeliongelman ollessa kyseessä tuon taakan alle saattaa kaatua, jos läheinen ei muista huolehtia itsestään ja ottaa aikaa itselleen.

4 Perheklubi-malli

Perheklubi-malli on kehitetty päihdeongelman ympärille. Englannin kielisessä kirjallisuudessa Perheklubi-toiminnasta käytetään nimitystä Clubs for Alcoholics in Treatment (CAT). Tässä opinnäytetyössä yhtenäisyyden vuoksi käytän Perheklubi-sanaa. Tässä osiossa pyrin kuvaamaan Perheklubi-toimintaa tukemaan opinnäytetyötutkimani kohdetta.

4.1 Perheklubi-toiminta

Perheklubi-toiminta on käyttäjille/ongelma pelaajille ja heidän läheisilleen tarkoitettu ryhmätoiminta. Perheklubi-toiminnan on perustanut päihdepsykiatrian professori Vladimir Hudolin (1922 - 1996). Ensimmäinen Perheklubi perustettiin Zagrebiin vuonna 1964. Italiaan Perheklubi-toiminta levisi vuonna 1979. Nykyään Italiassa arvioidaan olevan yli 2200 Perheklubia ja niissä arvioidaan käyvän noin 24 000 henkilöä. Vasta Vladimir Hudolinin kuoleman jälkeen Perheklubit ovat alkaneet levitä ympäri maailmaa yli 35 maahan. Pohjoismaiden ensimmäiset Perheklubit perustettiin vuonna 2000 Norjaan ja Tanskaan ja Ruotsiin vuonna 2001. (Curzo, Tilli, Mezzasalma, Scalese, Fortunato, Potente, Guidoni & Molinaro 2012, 317-321.)

Vladimir Hudolin laajensi juomiskäsitettä koskemaan juovan henkilön perhettä. Hän painotti lisäksi yhteiskunnallisia sekä paikallisyhteisöön liittyviä tekijöitä, jotka on otettava huomioon perheen muuttaessa elämäntyyliään. Hudolinin mielestä ongelmat syntyvät yhteisössä ja yhteisöllisesti ja ne myös parannetaan ja paranevat yhteisöllisesti. (Hudolin, Lazić, Marinić & Ulemek 2001, 35-41.)

Perheklubi-toiminnassa yhdistyy sosiaalekologinen sekä systeeminen ajattelu. Sosiaalekologinen ajattelutapa korostaa kokonaisnäkemyä, jossa nähdään käyttäytymisongelman kognitiivinen osa isossa roolissa. (Hudolin, Piani & Sforzina 1998, 1-3.) Systeemisessä ajattelussa päihdeongelma on koko perheen ongelma. Perhe nähdään systeeminä, jota parhaiten voidaan muuttaa sisältäpäin. Tässä ajattelumallissa on tärkeää edistää muutosta perheen omia voimia käyttäen. (Hudolin 2001, 112-115.)

Curzio ym. (2012) tukivat vuonna 2006 italialaisiin Perheklubeihin osallistuneita henkilöitä sekä osallistumisen vaikutuksia yksilöön. Tutkimuksessa oli mukana 7522 henkilöä. Tutkimus suoritettiin monivalintakyselynä ja se toteutettiin Perheklubi-tapaamisten yhteydessä. Tutkimuksen mukaan koko perheen osallistumisella on suuri merkitys päihitteettömyyden saavuttamiseen ja elämäntyylin parannukseen. Lisäksi tutkimuksessa todettiin, että Hudolinin sosiaalekologisella menetelmällä on merkittävä rooli alkoholin ongelmakäytöstä toipumisessa. (Curzio ym. 2011, 317-321.)

Perheklubiin osallistuvat myös lapset. Lapset ovat tervetulleita Perheklubi-tapaamisiin vanhempiensa kanssa. Perheklubeissa järjestetään tarvittaessa lastenhoito alaikäisille lapsille. Lastenhoidolla halutaan myös mahdollistaa koko perheen osallistuminen Perheklubi-tapaamisiin. (Perheklubi-tukiohjaajien koulutusmateriaali 2018.)

Kaikki Perheklubiin osallistujat ovat mukana oman itsensä vuoksi ja ovat klubin tasavertaisia osallistujia. Perheklubi ei tarkoita hoitoa. (Kolstad 2005, 23-25.) Tapaamisissa on aina mukana koulutettu tukiohjaaja. Tukiohjaajalta edellytetään toipumista omasta ongelmasta, jotta kykenee ottamaan vastuuta ryhmän ohjaamisesta. (Perheklubi-tukiohjaajien koulutusmateriaali 2018.)

Perheklubeilla on yhteisiä sekä klubikohtaisia sääntöjä ja periaatteita. Jokaista Perheklubia koskevia periaatteita ovat ehdoton luottamuksellisuus, kokoontumiskertojen pituus ja klubien sitoutumattomuus mihinkään uskontoon tai ideologiaan. Luottamuksellisuus koskee klubissa käyvien henkilöllisyyden paljastamiseen ulkopuolisille sekä klubissa puhutuista asioista kertomiseen ulkopuolisille. (Kolstad 2005, 30-39.)

4.2 Perheklubi-toiminta Suomessa

Suomessa Perheklubi-toiminta on saanut alkunsa vuonna 2014 osana kansainvälistä Perheklubi-konseptia ja verkostoa. Suomessa ensimmäinen Perheklubi päihdeiden ongelmakäytön ympärille käynnistyi keväällä 2015 Helsingissä. Perheklubi-toiminta sai alkunsa osana Sininauhaliiton kehittämistyötä Perheklubi-hankkeena. Suomessa Perheklubi-toiminnan kehittymiseen on myös vaikuttanut suuresti yhteispohjoismainen tuki ja verkosto. Tällä verkostolla on yhteinen hallintoelin, Nordiskt Styre, jossa keskustellaan ja päätetään tukiohjaajakoulutuksista sekä muista yhteisistä tapaamisista. Lisäksi tapaamisissa pohditaan eri maiden toiminnassa ilmeneviä haasteita ja tuetaan toisia niiden ratkaisemisessa sekä jaetaan kokemuksia Perheklubi toiminnasta yleisesti. (Perheklubi-tukiohjaajien koulutusmateriaali 2018.)

Suomessa toimii Perheklubeja kuudella eri paikkakunnalla. Kaikki Perheklubit ovat päihdeongelman ympärille perustettuja, paitsi Tiltin Perheklubi, joka on tarkoitettu rahapeliongelmaisille ja heidän läheisilleen. (Sininauhaliitto 2019.)

Kerolan (2018) YAMK-opinnäytetyön kohteena oli vertaisuuden ja vertaistuen merkitys päihdeidenkäyttäjille perustetussa Perheklubissa. Opinnäytetyössä oli kolme haastateltavaa ja he kaikki olivat päihdeiden käyttäjiä. Yksi kolmesta oli myös läheisen roolissa. Haastatteluissa nousi esille vahvoja tunteita, etenkin kun haastateltavat puhuivat perheistään. Vertaistuen sekä uusien ystävien löytämisellä oli positiivinen vaikutus haastateltavien jaksamiseen. Haastateltavat kokivat Perheklubin ensimmäiseksi paikaksi, jossa sai olla oma itsensä.

4.3 Tiltin Perheklubi

Tiltin Perheklubin käynnistettiin syksyllä 2017. Kokoontumiset tapahtuvat Tiltin tiloissa, joka toinen viikko ja kestävät 1,5 tuntia. Tapaamisten ajaksi on hankittu lastenhoitaja, sillä osalla osallistujia on leikki-ikäisiä lapsia. Tiltin Perheklubi noudattaa Hudolinin Perheklubi-mallia.

Tiltin Perheklubissa noudatetaan Tiltin periaatteita. Tämä sovittiin ensimmäisessä tapaamisessa. Periaatteet ovat:

- Luottamuksellisuus. Perheklubissa puhutuista asioista ei puhuta klubin ulkopuolella. Voimme luottaa toisiimme. Lisäksi Tiltin ja Peliklinikan muissa toiminnoissa ei tuoda esille henkilön osallistuvan Perheklubi toimintaan.
- Nimettömyys. Käytämme etunimiä. Kenenkään sukunimeä ei kerrota, mikä henkilö näin toivoo. Sukunimet jäävät vain tukiohjaajan tietoon. Mikäli sähköposti viestittelyä käytetään, lähetetään sähköposti niin, että sähköpostiosoitteet eivät näy muille.
- Suvaitsevaisuus. Kunnioitamme toistemme kokemuksia myös silloin, kun oma kokemuksemme on erilainen. Rahapeliongelman syyt ja ratkaisut voivat olla hyvin erilaisia ja kunnioitamme toistemme kokemuksia. Läheisen suhde rahapeliongelmaiseen voi olla moninainen, joten toimitavat sekä ratkaisut voivat olla erilaisia. Emme tuomitse tai kritisoi.
- Saa kysyä. Vastaaminen on vapaaehtoista. Kerro sen verran, kun haluat ja tunnet tarpeelliseksi. Haluamme pitää kynnyksen matalana osallistua Perheklubi tapaamisiin etenkin, jos tilanne on akuutisti kriisiytynyt ja tuen tarve suuri.
- Anna tilaa. Pidämme huolen siitä, että jokainen saa mahdollisuuden puhua tai olla hiljaa. Joskus on vaikea puhua tai saattaa omia ajatuksiaan sanoiksi. Siksikin hiljaa oleminen on sallittua. Huomioimme muut klubin jäsenet ja pidämme puheenvuoromme sellaisina, että kaikille jää tilaa puhua niin halutessaan.
- Ethän puhu summista. Voitoista ja tappioista saa puhua, mutta ethän puhu summista. Yhdelle pieni summa on toiselle suuri. Sovitusti voidaan summista puhua, mikäli se on tarpeellista ja muut osallistujat sen hyväksyvät. Muistamme, että voitoista puhuminen saattaa laukaista peliajatuksia. Emme halua kilpailuasetelmaa siitä kenellä on esimerkiksi suurimmat velat tai kenen taloustilanne on huonoin.

(Tiltin periaatteet 2019; Tiltin Perheklubin periaatteet 2017.)

Periaatteiden tarkoituksena on luoda tapaamisiin turvallinen ilmapiiri. Lisäksi uusien jäsenten on helpompi tulla mukaan, kun periaatteet ovat selkeät ja kaikki noudattavat niitä. Koska Tiltin

Perheklubi on ainut laatuaan ja kokemusta kertyy ajan kanssa periaatteiden osalta, on sovittu, että periaatteita voidaan muuttaa ja täydentää tarvittaessa.

5 Toipumispääoma

Toipumisella ei tarkoiteta kliinistä paranemista eli, sitä että oireet lieventyvät tai häviävät hoitojen seurauksena. Toipuminen nähdään kuntoutujan omana kokemuksena siitä, että elämä voi olla mielekästä, merkityksellistä ja toiveikasta sairauden olemassaolosta huolimatta. Toipuminen nähdään pidempänä kasvuprosessina - suunta on tiedossa, mutta ei päätepistettä. (Nordling 2017.)

Opinnäytetyöni aineiston analyysivaiheessa ymmärsin aineistosta nousevan yhtenä teemana toipumisresurssit. Tästä syystä pyrin seuraavaksi kuvaamaan sekä toipumispääoma- että toipumisresurssi-käsitteitä.

Toipumispääomalla kuvataan niitä resursseja, joita henkilö tarvitsee käynnistäessään ja ylläpitäessään muutosprosesseja. Toipumispääoma on henkilökohtainen. Toipumispääoma voidaan jakaa toipumisresursseihin. Toipumisresurssien avulla ihminen vahvistaa omaa hyvinvointiaan ja elämän laatuaan ja tukee omaa toipumistaan. (Best & Laudet 2010, 1-3.)

Best ja Laudet (2010, 3-5) jakavat toipumisresurssit viiteen osa-alueeseen: perhe- ja lähiverkostot, fyysinen, yhteisö, psyykinen ja kulttuuri resurssit. Perhe- ja läheisverkosto resursseihin kuuluvat kannustavat ja tukevat lähisuhteet ja läheisten halukkuus olla mukana toipumisprosessissa. Fyysinen resurssi tarkoittaa riittävää terveyttä, taloudellista tilannetta, riittävästi ravintoa, vaatteita sekä mahdollisuus päästä liikkumaan kodin ulkopuolella. Yhteisöön liittyä häpeän vähentäminen, riittävät hoito- ja tukipalvelut, roolimallit ja mahdollisuus vertaistukeen. Psyykinen resurssi koostuu arvoista, tiedosta, koulutuksesta, itsetunnosta, ongelmanratkaisutaidoista, vuorovaikutustaidoista, identiteetistä, toiveikkuudesta, merkityksellisyyden kokemuksesta, näkemyksestä menneisyydestä, nykyhetkestä ja tulevaisuudesta. Opinnäytetyöni kontekstissa kulttuuri tarkoittaa yhteiskunnassamme vallalla olevaa pelikulttuuria ja pelien läsnäoloa arjessa.

Tiltissä puhutaan pelaajien ja läheisten kanssa toipumisresursseista ja autetaan heitä näkemään, missä resurssissa/resursseissa he kokevat vajetta. Tunnistamalla vajeen omissa toipumisresursseissa, sitä voi tietoisesti vahvistaa. Vahvistamalla luodaan paremmat edellytykset toipumiselle. Vaje yhdessä toipumisresurssissa voi vahingoittaa ja pysäyttää koko toipumis- ja muutosprosessin. On hyvin yksilöllistä, kuinka toipumisresursseja arvioidaan. Toiselle perhe ja läheisverkostot ovat toipumisen edellytys ja toiselle taas psyykkiset toipumisresurssit.

Pajulan (2007) mukaan monet pelaajat ja läheiset etäännyvät sosiaalisista verkostoistaan. Syynä voivat olla taloudellinen tilanne ja häpeä. Monille sosiaalisen toipumispääoman vahvistaminen on tärkeää. Sosiaaliseen toipumispääomaan kuuluu muun muassa sosiaaliset verkostot sekä

läheiset ihmissuhteet. Yksi tärkeä asia on avoimuus ja rohkeus puhua rahapeliongelma. Avoimuuden kautta läheisen ja pelaajan on mahdollista saada tukea omista verkostoistaan sekä läheisistä ihmissuhteistaan ja häpeä vähenee. Pajulan (2007, 25) mukaan rahapeliongelman aikana läheiset kokevat jäävänsä yksin, sillä pelaajalla ei ole aikaa perheelle. Hänen mukaansa rahapeliongelman paljastuttua alkaa läheisen toipuminen.

Gavriel-Fried (2018) osoittaa tutkimuksessaan toipumispääoman merkityksen rahapeliongelma toipumisessa. Hän jakaa toipumispääoman sisäisiin ja ulkoisiin resursseihin, joilla käynnistetään ja ylläpidetään toipumisprosessia. Tutkimukseen osallistui 140 henkilöä, joilla oli diagnosoitu (DSM-5) rahapeliriippuvuus. Osa tutkittavista oli toipunut ja osa ei. Tutkimustulokset osoittavat, että toipumispääoman merkitys toipuneiden ja ei toipuneiden kesken on suuri. Gavriel-Friedin mukaan toipuminen on jatkuva prosessi, johon yksilö liittyy useita toipumisen osa-alueita, jotka lopulta sulautuvat yhdeksi. Näitä osa-alueita tulisi käsitellä yhdessä ja esimerkiksi tuki- ja hoitopalveluissa voisi käyttää apuna toipumispääomakartan piirtämistä. Tutkimuksessa pystyttiin osoittamaan, että toipumispääoma on korkeampi, henkilöillä, joilla toipuminen oli alkanut ja niillä, jotka olivat saavuttaneet abstinenssin. Tutkimus osoitti myös, että vakava rahapeliriippuvuus, masennus ja ahdistus oireilla, ei korreloinut toipumispääoman kanssa.

6 Opinnäytetyön toteutus

Opinnäytetyö alkoi haastateltavien rekrytoinnilla Tiltin Perheklubi-tapaamisissa syksyllä 2018. Kerroin kaikille opinnäytetyöni tarkoituksesta ja, että se on osa Peliklinikan tutkimushanketta rahapelaamisesta ja perheestä. Kerroin myös, että kaikkia haastatteluja käytetään aineistona Peliklinikan tutkijan tieteellisessä artikkelissa ja osaa haastatteluista opinnäytetyössäni. Kerroin, että haastattelijoina toimivat Peliklinikan tutkija ja minä. Aikataulun osalta kerroin, että opinnäytetyöni tulevat haastattelut tehdään ensin ja haastattelut jatkuvat, kun opinnäytetyöni on valmis. Kaikki Tiltin Perheklubilaiset ilmoittivat halukkuudestaan osallistua haastatteluihin. Kun, minulla oli tieto haastateltavista, tein päätöksen keitä opinnäytetyöhöni haastattelen. Kerroin yhteisesti päätöksestäni ja sen perusteista. Kaikki ymmärsivät valintani ja kukaan ei sanonut kokeneensa tullee ohitetuksi.

Haastateltaviksi valitsin viisi klubilaista. Yhtenä valintaperusteenani oli haastateltavien pitkä kokemus klubiin osallistumisesta. Pitkällä osallistumiskokemuksella toivoin haastateltavien eh-tineen saada kokemuksia mahdollisista vaikutuksista tai kokemuksista ettei vaikutuksia olla ko-ettu. Pitkään osallistumisella voi perustella myös sitä, että haastateltavat haluavat edelleen käydä klubitapaamisissa.

Haastatteluihin osallistui kaksi pelaajaa ja kolme läheistä. Mukana naisia oli kolme ja miehiä kaksi. Tämän valintani perustuu siihen, että haastateltavat edustavat tilastollisesti klubissa käyviä. Tiltin Perheklubi tilastojen mukaan vuosina 2017 sekä 2018 klubilaisista 60 prosenttia

oli läheisiä ja 40 prosenttia pelaajia. Naisten osuus tapaamisissa oli suurempi (70%) kuin miesten (30%). Käynneistä suurimman osan (60%) tekivät 18-34-vuotiaiden ikäryhmään kuuluvat klubilaiset, toiseksi eniten eli 15 prosenttia käynneistä tekivät 55-64-vuotiaiden ikäryhmään kuuluvat klubilaiset ja 12 prosenttia eli kolmanneksi suurin osuus käynneistä oli yli 65-vuotiaiden tekemiä. (Tiltin Perheklubi 2017; Tiltin perheklubi 2018.)

Opinnäytetyön tekohetkellä Tiltin perheklubissa oli 12 osallistujaa. Anonymiteetin turvaamiseksi en kerro opinnäytetyössäni pelaajista enkä läheisistä yksityiskohtaisempia tietoja esimerkiksi, mihin ikäryhmään he kuuluvat. Edellä mainitusta syystä en myöskään kuvaa onko pelaaja tai läheinen mies vai nainen.

Haastattelut suoritettiin Peliklinikan tiloissa. Kaikki haastateltiin erikseen. Haastattelut kestivät 45 minuutista 1,5 tuntiin. Haastattelut nauhoitettiin sekä nauhurilla että puhelimella. Puhelinta käytettiin varmistamaan haastatteluiden nauhoitus, mikäli nauhurissa ilmenisi ongelmia. Puhelimella nauhoitetut haastattelut tuhottiin litteroinnin jälkeen. Haastateltavat antoivat positiivista palautetta haastattelutilanteista. He kertoivat kokeneensa haastattelut sujuviksi ja mukaviksi tilanteiksi.

6.1 Laadullinen tutkimus

Opinnäytetyössä käytettiin laadullista eli kvalitatiivista tutkimusotetta. Laadullisen tutkimuksen avulla pyritään selvittämään ja ymmärtämään tutkittavan kohteen ominaisuuksia sekä merkityksiä. Tässä tutkimusmenetelmässä käytetään ihmistä tiedonsaantivälineenä. Tärkeimmässä osassa ovat tutkittavien esiin tuomat kokemukset. Koska laadullisessa tutkimuksessa tavoitteena on ihmisten omat kokemukset ja kuvaukset tapahtuneesta, ei tavoitteena ole löytää yhtä totuutta asiaan. Havaintoja tulkitaan siinä kontekstissa, jossa ne on tuotettu. Toisin sanoen ei ole olemassa puhtaita faktoja. Aineistolle esitetyt kysymykset osaltaan määrittävät havaintojen arvoa faktoina. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 22-23.)

Laadullisen tutkimuksen tavoitteita ovat ilmiön ymmärtäminen tutkittavien näkökulmasta, tutkijan osallistuminen tutkimusprosessiin ja tutkimusprosessin joustavuus eli tutkimusasetelma voi muuntua ja muotoutua tutkimuksen aikana. Laadullisessa tutkimuksessa tutkimuksen kohteina ovat esimerkiksi ilmiöt, joita ei tunneta hyvin ja ilmiöt, jotka ovat monimutkaisia. Tutkijan rooli laadullisessa tutkimuksessa on olla hypoteesi vapaa. Tämä tarkoittaa, että tutkijalla ei ole etukäteen määriteltyjä olettamuksia tutkimuskohteesta tai tutkimuksen tuloksista. Laadullisessa tutkimuksessa tutkija voi käyttää vapauttaan tutkimuksen suunnittelussa ja toteuttamisessa. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 22-23; Vilkkä 2015, 120.)

Tuomen ja Sarajärven (2009, 85) mukaan tutkimuksen kohde tulee valita tarkoituksenmukaisesti ja on tärkeää, että henkilöillä, joilta tietoa kerätään, on kokemus asiasta tai he tietävät

tutkittavasta ilmiöstä mahdollisimman paljon. Tutkijan täytyy myös tiedostaa, mitä merkityksiä tutkitaan, kokemusta vai käsitystä.

Laadullinen tutkimus nojaa tutkijan omaan ajatteluun ja päättelyyn. Aineiston analysoinnissa on vapaammat kädet ja tutkija joutuu jatkuvasti pohtimaan tekemiään ratkaisuja. Luotettavuutta arvioitaessa tutkija on itse luotettavuuden kriteeri. (Vilka 2015, 118, 120.)

6.2 Teemahaastattelu

Aineistonkeruumenetelmänä käytin teemahaastattelua. Haastattelut toteutettiin yksilöhaastatteluina. Vilkan (2015, 124) mukaan teemahaastattelu on yleisin käytetty tutkimushaastattelun muoto. Teemahaastattelu on puolistrukturoitu haastattelumenetelmä. Teemahaastattelun kysymykset ovat samat kaikille haastateltaville. Jokainen haastateltava vastaa kysymyksiin halumallaan tavalla ja oman subjektiivisen kokemuksensa pohjalta. Kaikille haastateltaville on yhteistä se, että he ovat kokeneet saman asian. Teemahaastattelussa tutkittavan ääni tuodaan kuuluviin. Haastatteluissa korostuu haastateltavan kyky ja halukkuus keskustella aiheesta.

Teemahaastattelussa käytetään avoimia kysymyksiä. Kysymykset on jaettu teemoihin ja haastattelu etenee teemojen mukaan. Teemoiksi ja kysymyksiksi laaditaan tutkimuskysymysten kannalta tärkeimmät asiat. Haastattelutilanteessa kysymyksiä esitetään haastateltavalle luontevalla tavalla. Tutkija toimii tarkentajana eli kysyy tarkentavia kysymyksiä. Tutkijan tehtävänä on huolehtia, että kaikki teema-alueet käydään haastattelussa läpi. Teema-alueiden järjestys ja laajuus voi vaihdella haastattelusta toiseen. (Hirsjärvi & Hurme 2015, 47-48; Eskola & Suoranta 2014, 175-176.)

Tässä opinnäytetyössä teemoja muodostui kolme; 1. Sinun ja perheesi tilanne, 2. Kokemukset Tiltin Perheklubissa käymisestä, 3. Kokemukset Tiltin Perheklubin vaikutuksista yksilöön ja perheeseen (Liite 1). Teemojen kysymykset laadittiin yhdessä Peliklinikan tutkijan kanssa, jotta hänen tutkimukselleen merkitykselliset kysymykset saatiin luontevasti teemojen alle.

Ennen analyysin aloittamista haastattelut litteroidaan eli nauhoitettu puhe muutetaan tekstimuotoon. Litteroinnissa haastateltavan puhe kirjoitetaan sanasta sanaan. Tässä opinnäytetyössä litteroitiin kaikki nauhalle tallentunut mukaan lukien huokaukset, nauru jne. Haastateltaville ei toimitettu litteroitua aineistoa luettavaksi ja tarkastettavaksi. Tämän perustelen sillä, että autenttiseen aineistoon saattaa olla vaikea palata. Toisaalta haastatteluissa on kerrottu sen hetkisistä kokemuksista ja painotukset saattavat poiketa eri ajankohtina ja näin muuttaa kerätyn aineiston sisältöä.

Käytin aineiston analyysimenetelmänä sisällönanalyysiä. Sisällönanalyysissä aineistoa analysoidaan tasapuolisesti ja järjestelmällisesti. Tavoitteena on saada tutkittavasta asiasta kuvaus tiivistetyssä muodossa. Sisällönanalyysi on tekstianalyysi ja tutkimusaineisto kuvataan sanallisesti. Tuomen ja Sarajärven (2013, 108) mukaan aineisto saatetaan selkeään muotoon

kadottamatta aineiston sisältämää informaatiota. Sisällönanalyysissä aineisto jaetaan pieniin osiin, käsitteellistetään ja lopuksi se järjestetään uudelleenlaiseksi kokonaisuudeksi. Sisällönanalyysi voidaan tehdä teoria- tai aineistolähtöisesti. Tässä opinnäytetyössä analyysi oli aineistolähtöinen. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 91, 97.)

Aineistolähtöisessä analyysissä tutkimuksen pääpaino on aineistossa. Aineistosta pyritään löytämään tutkimuskysymysten kannalta olennaiset asiat ja merkitykset. Aineistosta nostetaan esiin sen keskeisemmät asiat riippumatta, mitä ne ovat tai miten ne suhteutuvat aiempiin tutkimuksiin. Tutkijan tehtävänä on olla avoin aineistolle ja analysoida aineistoa sen omista lähtökohdista käsin ilman teorian tiedon vaikutusta. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 91, 97.)

Aineisto litteroitiin sanatarkasti. Litteroitua aineistoa oli yhteensä 84 sivua. Luin aineiston ensin huolellisesti kertaalleen läpi saadakseni kokonaiskäsityksen sisällöstä. Toisella lukukerralla käytin yliviivaustusseja ja korostin niillä aineistosta tutkimuskysymyksiini vastaavat kohdat. Tutkimuskysymyksiä minulla oli kaksi ja käytin niille eri värejä. Huomasin aineistosta nousevan muitakin mielenkiintoisia asioita, joita merkitsin kolmannella värillä. Värien käytöllä sain tutkimusaineistoni lyhenemään ja sitä oli helpompi havainnoida. Poimin alkuperäisilmaukset erillisille papereille, jolloin niitä oli helpompi myös hallinnoida. Merkitsin alkuperäisilmauksien perään jokaiselle haastateltavalle oman tunnistemerkin, joka helpotti alkuperäisilmauksen löytämistä aineistosta. Poistin myöhemmin tunnistemerkin, jotta anonymiteetti säilyisi ja vastauksia ei voitaisi yhdistää toisiinsa. Tämän jälkeen pelkistin alkuperäisilmaukset. Seuraavaksi lähdin etsimään pelkistetyistä aineistosta samankaltaisuuksia. Kokosin niitä käsin eri papereille. Samankaltaisuuksista muodostin alaluokkia, jotka nimesin luokan sisältöä kuvaavalla nimikkeellä. Alaluokkia syntyi seitsemän. Seuraavaksi yhdistin samankaltaiset alaluokat yläluokiksi, joita syntyi neljä kappaletta. Yläluokkia muodostaessani ymmärsin, että aineistosta nousi uusi teoreettinen käsite, toipumispääoma, joka minun oli lisättävä teoriaperustaani. Neljän yläluokan kautta esitin tulokset.

Kolmannella värillä merkitsemäni muut esille nousseet mielenkiintoiset asiat keräsin alkuperäisilmauksina erilliselle paperille. Nämä alkuperäisilmaukset pelkistin ja etsin niistä samankaltaisuuksia. Samankaltaisuudet olivat helposti löydettävissä ja muodostin niistä alaluokkia. Alaluokat yhdistin yläluokiksi, joiden kautta esittelen tutkimuskysymysten ulkopuolelta nousseet asiat.

Alkuperäinen ilmaus	Pelkistys	Alaluokka	Yläluokka
<i>”Tai ku sä tuut sinne, ku sä moikkaat tai näät et sinne tulee niitä tuiiksi tulleita ihmisiä..”</i>	Moikataan tuttuja klubilaisia	Kiinnostus toisia kohtaan	Toipumisresurssi

<i>”..siinä saa enemmän näkökantaa asioihin, että ehkä ymmärrys kasvaa enemmän..”</i>	Ymmärrys toista kohtaan kasvaa	Näkökantojen laajeneminen	Toipumisresurssi
---	--------------------------------	---------------------------	------------------

Kuvio 1: Esimerkki sisällönanalyysin kulusta

6.3 Opinnäytetyön luotettavuus, eettisyys ja tutkijapositio

Tässä kappaleessa syvennyn kuvaamaan opinnäytetyöni luotettavuutta ja eettisyyttä. Pohdin tutkijapositiota yleisellä tasolla ja itseäni opinnäytetyöntekijänä.

6.3.1 Luotettavuus

Laadullisen tutkimuksen luotettavuuden kriteerit kohdistuvat koko tutkimusprosessiin ja sen kontekstisidonnaisuuteen ja erityisesti aineiston keruuseen, analysointiin ja tulosten raportointiin. Yleistäminen on laadullisessa tutkimuksessa ongelmallista, koska tulokset liittyvät tiettyyn aikaan ja paikkaan. Lopulta on kyse tutkijan rehellisyydestä, sillä kyse on hänen havainnoistaan ja ratkaisuksistaan. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 134-135.) Vilkan (2015, 198) mukaan tutkimuksen luotettavuutta arvioitaessa tulee kiinnittää huomiota tutkijan puolueettomuuteen. Puolueettomuus tarkoittaa tutkimuksen läpinäkyvyyttä ja sen kautta tutkijan arvojen vaikutusta tutkimukseen.

Ennen opinnäytetyöni aloittamista tutustuin HKT-ohjeeseen (Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsitteleminen Suomessa) ja olen pyrkinyt noudattamaan hyviä tieteellisiä käytäntöjä. (HKT-ohje 2012) Edellä mainitut tekijät olen ottanut huomioon kuvatessani analyysiprosessin kulkua ja tuomalla esiin mahdollisimman paljon tutkittavien omaa ääntä. Olen noudattanut avoimuutta ja selkeyttä läpi tämän opinnäytetyön ja kuvannut, mitä missäkin vaiheessa olen tehnyt. Aiemmin olen tuonut esille omaa taustaani. Taustaani ja ammatillisuuttani avaamalla välitän tiedon tutkijapositioistani suhteessa aineiston keräämiseen, analyysiin ja tulokintaan.

Luotettavuuden kannalta parhaaksi aineistonkeruumenetelmäksi valikoitui teemahaastattelu. Esimerkiksi ryhmähaastattelu olisi ollut tulosten luotettavuuden sekä eettisyyden kannalta kyseenalaista. Tämän perustan aiemmin kuvaamani rahapeliongelman ilmiön seurauksiin ja niiden arkaluontoisuuteen.

Tutkimuskysymykset mietin hyvin tarkasti, jotta ne olisivat mahdollisimman avoimia eivätkä rajaisi aineistoa. Tällä pyrin myös varmistamaan aineistonkeruumenetelmän laatua ja luotettavuutta. Rahapeliongelman oli kaikille haastateltaville tuttu ja kaikilla oli siitä omakohtainen kokemus, joka puhuu opinnäytetyön tulosten uskottavuuden puolesta. Opinnäytetyössäni olen huolehtinut teoreettisen viitekehyksen lähdeviitteiden sekä lähdeluettelon asianmukaisesta merkitsemisestä. Tämä lisää omalta osaltaan opinnäytetyöni luotettavuutta.

6.3.2 Eettisyys

Tutkimuksen eettiset kysymykset liittyvät kaikkiin tutkimusprosessin vaiheisiin. Eettisiä kysymyksiä tulee pohtia jo tutkimuksen suunnitteluvaiheessa. Tutkimuksen eettisyys on tutkijan vastuulla. (Vilkka 2015, 42.)

Laadullisen tutkimuksen eettisyyden lähtökohta on ihmisarvon ja yksityisyyden kunnioittaminen. Tutkittavalla on itsemääräämisoikeus, joka tarkoittaa, että he päättävät osallistuvatko tutkimukseen vai eivät. Päätökseen vaikuttaa tutkittaville annettu riittävä tieto tutkimuksesta. Tutkittavien vahingoittumattomuutta tulee välttää ja suojella. Haastattelutilanteissa tutkittavaa kunnioitetaan ja vuorovaikutustilanteet pidetään eettisesti kestävinä. Tutkimuksen tulosten julkistamisessa tulee ottaa huomioon niiden mahdollinen vaikutus tutkittavien elämään. Yksityisyyden kunnioittaminen merkitsee, että yksittäisiä tutkittavia ei ole tunnistettavissa tutkimustekstistä. Tutkijan lupaus koskien aineiston käyttötapaa sekä säilytystä synnyttää luottamusta siihen, että aineistoa käsitellään, käytetään ja säilytetään sovitulla tavalla. (Vilkka 2015, 42-43.)

Opinnäytetyössäni olen noudattanut edellä kuvattuja eettisiä periaatteita. Opinnäytetyölleni on haettu tutkimuslupa Sininauhaliitosta (Liite 2). Tutkimusluvassa pohdin myös eettisiä kysymyksiä. Kaikille haastateltaville annoin etukäteen tietoa tutkimuksesta ja aikaa miettiä haluaako osallistua tai ei. Lisäksi kerroin, että kieltäytyminen ei tule vaikuttamaan avunsaantiin Peliklinikan palveluissa eikä kritiikin esittäminen tule vaikuttamaan työskentelyyni ammattilaisena. Haastatteluiden alussa käytiin läpi saatekirje (Liite 3), joka annettiin haastateltavalle mukaan. Ennen haastattelua kerrottiin, että haastattelun saa keskeyttää, niin halutessaan. Lisäksi kerrottiin, että mikäli haastateltava haluaa muuttaa mielensä, voidaan haastattelu poistaa tutkimuksesta. Heille kerrottiin, että he saavat kertoa sen minkä haluavat ja juuri sen verran, kun kokevat tarpeelliseksi. Tulosten esittelyssä olen anonymiteetin turvaamiseksi tarkoituksellisesti jättänyt sitaateista pois tunnistamiseen mahdollistavia asioita.

Haastateltaville selvitettiin, että tässä opinnäytetyössä mainitaan haastattelujen koskevan Tiltin Perheklubia. Mikäli haastattelutilanteissa tulisi esille tunteita herättäviä asioita, kerrottiin haastateltaville, että haastattelun voi keskeyttää ja asioista voidaan puhua. Tällaisissa tapauksissa roolini muuttuisi opinnäytetyöntekijästä Tiltin Perheklubin tukiohjaajaksi ja Tiltin työntekijäksi. Haastateltaville kerrottiin myös, että heidän on mahdollista keskustella kanssani, mikäli haastattelun jälkeen nousee esille tunteita, joita haluaa käsitellä.

Haastatteluiden nauhoitukseen pyydettiin jokaiselta suostumus. Nauhoituksesta kerrottiin, sen tulevan vain haastattelijoiden käyttöön ja, että nauhoitteita säilytetään lukitussa kaapissa. Litteroinnista kerrottiin, että niistä poistetaan kaikki tunnistamiseen liittyvät seikat ja litteroitua aineistoa analysoivat vain haastattelijat.

Tämän opinnäytetyön haastatteluissa oli paikalla Peliklinikan tutkija ja opinnäytetyöntekijä. Ymmärsimme tämän mahdollisesti vaikuttavan haastatteluihin, sillä toinen oli haastateltaville tuttu ja toinen ei. Pidin tutkijapäiväkirjaa, jossa pohdin jokaista haastattelua ja itseäni opinnäytetyöntekijänä. Kahden haastattelijan läsnäolo mahdollisti reflektoinnin haastatteluiden jälkeen. Ensimmäisen haastattelun jälkeen totesimme, ettei meidän molempien läsnäolo havaintojemme mukaan vaikuta kielteisesti haastateltavan tapaan kertoa kokemuksistaan. Tämän totesimme jokaisen haastateltavan kohdalla. Ensimmäisessä haastattelussa kysyimme kysymyksiä jaottelemaatta niitä keskenämme. Totesimme haastattelun jälkeen, että haastateltava hämmentyi, kun minä kysyin Tiltin Perheklubin rakenteisiin liittyviä kysymyksiä, joista minulla tukiohjaajana oli tietoa. Haastateltava totesi, että on hassua, että kysyn, mitä Tiltin Perheklubitapaamisissa tehdään. Seuraavissa haastatteluissa jaoimme kysymyksiä niin, että minä en kysynyt kysymyksiä, jotka liittyivät Tiltin Perheklubin rakenteisiin.

6.3.3 Tutkijapositio

Tutkijan suhdetta tutkimukseen, aineistoon ja menetelmiin kutsutaan tutkijapositioniksi. Tutkijalla voi olla erityinen suhde tutkimusaiheeseen esimerkiksi henkilökohtaisten kokemusten ja roolin kautta. Tutkijan positioon vaikuttavat tiedostamattomat intressit ja ideologiat. (Vilkkä 2015, 198.)

Tutkijan positio voi myös olla tietoinen valinta. Tutkijan position merkitys ja vaikutus on erilainen eri tutkimuksissa. Joissain tapauksissa tutkijan positio voi vaikuttaa merkittävästi siihen, miten tutkija ymmärtää ja tulkitsee aineistoaan ja millaisia tuloksia tutkija aineistostaan tuottaa. Tutkimuseettisistä näkökulmista tutkijan positio voi aiheuttaa ongelmia. Hän saattaa kokea ristiriitoja esimerkiksi, silloin kun hän tutkii omia asiakkaitaan; tutkija on sekä tutkija että ammattilainen. Tutkijan työtä ohjaa tällöin kaksi eri normistoa, tutkijan ja ammattilaisen etiikka. Nämä etiikat saattavat tukea toisiaan, mutta ristiriita voi syntyä siitä, että tutkijan ja ammattilaisen tehtävät ovat erilaiset. Tutkimuksissa tutkijan tehtävä on tuottaa tietoa eikä tutkijan tehtävä ole puuttua tutkittaviin tilanteisiin. Ammattilaisena taas on puututtava tilanteisiin, jos huomaa asiakkaan esimerkiksi tarvitsevan jotain. (Vilkkä 2015, 198-199.)

Oman objektiivisuuden ja subjektiivisuuden pohtiminen tutkimuksessa avaa eettistä ristiriitaa. On mahdotonta ajatella, että kukaan pystyisi täysin irtautumaan omasta ajattelustaan. Tärkeää on, että tutkija tiedostaa oman positionsa eikä unohda olemassa olevia ristiriitoja ja niiden mahdollisia vaikutuksia tutkimuksen teon aikana. (Vilkkä 2015, 198.)

Olen aiemmin tässä opinnäytetyössä tuonut esille, että olen Tiltin Perheklubin perustaja ja tukiohjaaja, olen Tiltissä työskentelevä ammattilainen ja sen että minulla on oma kokemus rahapeli-ongelmasta. Tämä roolieni moninaisuus oli asia, jota pohdin opinnäytetyöni suunnitteluvaiheesta lähtien. Haastattelutilanteissa haastateltaville kerrottiin, että olen opinnäytetyötutkijaksi tekevä opiskelija. Lisäksi heille kerrottiin, että haastattelun aikana en tuo esille mitään

asioita, joita haastateltavista entuudestaan tiedän. Luottamus haastattelijan ja haastateltavan välillä on hyvin tärkeä. Toisaalta luottamus ammattilaisen ja haastateltavan on vielä tärkeämpää, ja se oli etusijalla haastattelujen toteuttamisessa.

Olen pohtinut sitä, vaikuttiko roolini siihen, mitä haastateltavat haastatteluissa kertoivat. On mahdollista, että roolillani oli vaikutusta kriittisen palautteen antamisessa. Toisaalta kriittistä palautetta on jo annettu Tiltin Perheklubi-tapaamisissa, joten arvioni riskistä sille, että tulokset vääristyisivät kaksoisroolini vuoksi, ei ollut erityisen suuri. Olin myös varautunut siihen, että haastatteluissa saattaa nousta esiin myös kielteisiä asioita työtäni tai Tilttiä kohtaan.

Haastattelutilanteissa haastateltavat kertoivat avoimesti omasta tilanteestaan, eikä minulle tai toiselle haastattelijalle tullut vaikutelmaa, että läsnäolonni olisi vaikuttanut avoimuuteen. Ajoittain haastateltaville oli vaikeaa ajatella minua opinnäytetyön tekijänä, sillä minulta kysyttiin esimerkiksi Tiltin Perheklubin periaatteista ja muistanko, milloin jokin asia tapahtui jne. Tällaisiin kysymyksiin vastaaminen olisi ollut johdattelua, joten vastaamisen sijaan hymyilin.

Ennen haastattelujen aloittamista haastateltavien kanssa juteltiin hetki ja nautittiin kahvia. Kaikissa haastatteluissa huomasimme, että minuun otettiin katsekontaktia enemmän kuin toiseen tutkijaan. Tulkitsimme tämän positiiviseksi asiaksi. Arvelimme läsnäolonni myös vaikuttavan haastateltavien turvallisuuden tunteeseen. Peliklinikan tutkija kuvasi, että myös hänestä tuntui turvalliselta tehdä haastatteluja ammattilaisen kanssa, joka pystyi arvioimaan tilannetta mahdollisen liiallisen kuormittavuuden kannalta.

Haastattelut tehtiin Peliklinikalla, joka on kaikille haastateltaville tuttu ympäristö. Minä olen osa tätä ympäristöä ja minut on totuttu siellä näkemään. Roolini on jo entuudestaan kahdenlainen, olen tukiohjaaja ja ammattilainen. Vaikka Peliklinikan tutkija oli kaikille haastateltaville vieras, uskoimme, että tuttuuden tunne vähensi jännittämistä ja rohkaisi kaikkia puhumaan avoimesti.

Pohtiessani haastattelijan rooliani huomasin sen istuvan hyvin tapaani tehdä työtäni. Kohdatesani työssäni rahapeliongelmaisia ja heidän läheisiään, ajattelen, että he ovat oman elämänsä asiantuntijoita, en minä. Kuten työssäni niin myös haastattelutilanteissa osasin kuunnella ja lisätä ymmärrystäni tarkentavilla kysymyksillä. Huomasin, että kuuntelin uteliaana vastauksia enkä analysoinut niitä tukiohjaajan tai ammattilaisen roolista. Tämä ajatus kantoi minua myös aineiston analyysivaiheessa sekä tulosten esittämisessä.

Kiinnitin erityistä huomiota myös kehoni hallintaan sekä ilmeisiini. Tunnistan olevani vuorovaikutustilanteissa hyvin fyysinen. Reagoin kehollani esimerkiksi toisen ihmisen jännittyneisyyteen ja muutan luonnostaan kehoni asentoa jännityksen vähentämiseksi. Haastattelutilanteissa huomioin kehollisuuteni ja pyrin olemaan neutraali, etten kehollani, eleilläni ja ilmeilläni ilmaise tunteitani tai mielipiteitäni haastattelutilanteissa ja näin vaikuta haastateltavan kertomaan.

Olen edellä kuvannut huomiotani ja tapaani toimia haastattelutilanteissa. Vilkan (2009, 198) mukaan puolueettomuus on asia, johon tutkijan tulee kiinnittää huomiota. Mielestäni se, että olen tiedostanut monet roolini ja suhteeni haastateltaviin, kertoo siitä, että olen tietoisesti kiinnittänyt huomiota puolueettomuuteeni ja pyrkinyt objektiivisuuteen.

7 Tulokset

Esittelen tulokset aineistosta muodostamieni yläluokkien kautta, jotka ovat Tiltin Perheklubi on paikka, jossa voi puhua, avointa ja suoraa puhetta rahapeliongelman seurauksista, Tiltin Perheklubissa puhutaan tunteista, Tiltin Perheklubi toipumisresurssina ja Tiltin Perheklubi muutosvoimana. Henkilöllisyyden suojaamiseksi haastateltavilta ei kysytty perinteisiä taustatietoja. Haastateltavilta kysyttiin, onko hän pelaaja vai läheinen. Sitaattien puhekieltä ja kieliasua en ole muuttanut.

7.1 Tiltin Perheklubi on paikka, jossa voi puhua

Kaikkien haastateltavien tilanne pelaamisen suhteen oli hyvä. Pelaajat kertoivat pelaamattomuuden jatkuneen jo pidemmän aikaa. Läheiset kertoivat voivansa paremmin, sillä pelaaja ei enää pelaa. Tiltin Perheklubi olikin neljälle haastateltavalle muodostunut ainoaksi paikaksi, jossa he puhuvat rahapeliongelmaista. Kolme haastateltavaa kertoi, ettei heillä ole enää tarvetta puhua rahapeliongelmaista päivittäin. Yhden haastateltavan lähipiirissä ei ole ihmisiä, joiden kanssa puhua rahapeliongelmaista ja klubissa hän koki saavansa puhua tästä aiheesta. Kahdelle haastateltavalle säännöllinen rahapeliongelmaista puhuminen toimii muistutuksena rahapeliongelmaista ja tästä syystä myös retkahdusten ehkäisijänä. Yksi haastateltava kuvasi osallistumisen pitävän yllä toivoa. Ryhmää pidettiin tukiverkkona, josta on tullut kiinteä osa elämää.

”.. kyl mä tarviin vähän sitä, tukea ja sellasta et voi keskustella siitäkin että eihän me nyt kotona keskustella hänen peliongelmaistaan niinku juurikaan, mutta, ei sitä nyt saa unohtaakaan että se on siellä.”

”Mut sit tää perheklubi kuitenkin siit tuli semmonen et tää on hyvä muistuttamaan mua pelaamisesta ja että haitoista.”

Kaikki haastateltavat kuvasivat millaista keskustelua Tiltin Perheklubissa käydään. Keskusteluja kuvattiin luonteviksi ja vapaamuotoisiksi. Kaikki pitivät tärkeänä, ettei ketään pakoteta puhumaan, vaan jokainen saa olla äänessä omista tarpeistaan käsin. Keskusteluja kuvattiin itseohjautuviksi ja joustavaksi ja aiheiden kerrottiin liikkuvan paljon rahapeliongelman ja sen ilmiöiden ympärillä. Hyväksi koettiin myös se, että välillä voidaan keskustella kevyemmistäkin aiheista, esimerkiksi opiskeluista, lemmikeistä ja lomasuunnitelmista. Yhdeksi hyvin tärkeäksi teemaksi nousi läheisen ja pelaajan välinen luottamus. Tästä puhumisen kaikki haastateltavat kokivat hyvin tärkeäksi.

”.. ja siellä keskustellaan sitten ihan omasta voinnista ja noista pelimietteistä ja, sitten keskustellaan, vaikka mistä, mutta siis aika lailla luottamuksesta ja omasta jaksamisesta ja peliongelmaista ja mitä kaikkea siihen liittyy.”

”Hyvin paljon meidän keskustelu on just käynyt ehkä, on mun mielestä.. isona se luottamus.”

Tapaamisten ilmapiiriä kuvattiin monin sanoin. Haastatteluissa ei noussut esiin yhtään negatiivista kuvausta ilmapiiristä. Kaksi haastateltavaa mainitsivat, että uusien osallistujien tullessa toimintaan mukaan, saattaa ensikohtaamiseen liittyä jännitettä. Luottamuksellisuus nousi vahvasti esiin. Sen merkityksen kaikki haastateltavat kokivat ensiarvoisen tärkeäksi. He kertoivat jakavansa itsestään paljon asioita ja ilman luottamusta toisiin, jakaminen ei olisi mahdollista. Luottamus liittyi myös yhdessä käyviin pariskuntiin. He kertoivat luottavansa toisiinsa, ettei paikalla oleva toisen poissa ollessa, puhu pahaa toisesta selän takana. Luottamukseen liitettiin turvallisuus. Ryhmä koettiin paikaksi, jossa ei tuomita eikä kritisoida. Turvallisuudentunne lisäsi haastateltavien mukaan rohkeutta puhua henkilökohtaisistakin asioista.

Jokainen koki saavansa olla oma itsensä ja tulleen hyväksytyksi. Kaksi puhui häpeästä ja kuinka sitä ei tarvitse tuntea ja se auttaa puhumaan avoimesti. Kaikki puhuivat tasa-arvosta ja siitä, kuinka jokaisen kokemus on tärkeä. Yksi haastateltavista kertoi kokevansa, ettei ole mitään ongelmaa, vaikka paikalla olisi neljä läheistä ja vain yksi pelaaja tai päinvastoin, ryhmän tasapaino ei järky. Ilmapiiriä kuvattiin myös ajoittain hyvin intensiiviseksi. Intensiivisyys liitettiin vaikeistakin asioista puhumiseen. Kaikki haastateltavat kuvasivat ilmapiiriä myös lämminkiseksi ja ymmärtäväksi, joka vähentää häpeän tunnetta. Yksi haastateltava kuvasi, että konfliktitilanteet selvitetään aina puhumalla.

”Mut kaikista tärkein ehkä on se, et se on turvallinen paikka”

”Siel on hyvä ilmapiiri, tosi semmonen luottavainen, että siellä pystyy kertoo ihan kaikesta, mitä mieleen tulee.. on niiku avoin.”

Tässä opinnäytetyössä on aikaisemmin luvussa 4.3 kuvattu Tiltin Perheklubin periaatteet. Kaksi haastateltavaa koki periaatteiden olevan tärkeitä ja kolme ajatteli periaatteiden merkityksen pienemmäksi. Periaatteista nostettiin esille suvaitsevaisuus, saa kysyä, mutta ei ole pakko vastata, saa olla hiljaa ja luottamuksellisuus. Yksi haastateltavista koki saa olla hiljaa-periaatteen tärkeäksi. Hänen mielestään on hyvä, että voi selittämättä olla hiljaa, jos on tunne, ettei halua tai jaksaa puhua. Saa kysyä, mutta ei ole pakko vastata-periaatetta kuvasi yksi haastateltavista itselleen tärkeäksi. Hänen mielestään on hyvä, että voi itse valita vastaako, jos esimerkiksi kysymyksen kokee liian henkilökohtaisena.

”No se suvaitsevaisuus tulee heti ekana mieleen, koska se on ehkä se tärkein, mikä rakentaa sitä yhteishenkeä.”

”No kyl mun mielestä tärkeätä, varsinkin se et joskus siellä voi tulla sellainen kysymys, johon ei välttämättä halua vastata, ni sitte on se lupa olla vastaamatta ja sanoo vaan ettei halua vastata.”

7.2 Avointa ja suoraa puhetta rahapeliongelman seurauksista

Teemahaastattelurungon ensimmäisen teeman kolmannessa kysymyksessä pyydettiin haastateltavaa kuvaamaan tilannettaan rahapelaamisen suhteen. Kaikki haastateltavat kertoivat avoimesti, kuinka rahapeliongelma oli heitä koskettanut ja millaisia haittoja siitä oli aiheutunut. Pelaajat ja läheiset kuvasivat kokemuksiaan hyvin yksityiskohtaisesti ja kokemukset tuntuivat merkitsevän heille paljon. Opinnäytetyöni tarkoitus ei ollut tarkastella pelaajien ja läheisten kokemuksia rahapeliongelmosta, sillä sitä on tutkittu paljon Suomessa ja maailmalla. Koin kuitenkin tärkeäksi tuoda nämä kokemukset esille kuvaamaan haastateltavien osallistumisen lähtökohtia, sillä klubiin tullaan rahapeliongelman seurausten vuoksi ja rahapeliongelma on tärkeä keskustelunaihe klubitapaamisissa.

Pelaajat kuvasivat tilanteita, joissa peliajatukset olivat vahvoja. He pohtivat tekemiään valintoja pelihimon aikana ja kertoivat valintojen aiheuttaneen syllisyttä ja häpeää. Pelko kiinni jäämisestä sai aikaan valehtelua ja salailua. Pelaajat kertoivat myös tunteistaan ja ajatuksistaan ongelmallisen rahapelaamisen aikana ja sen jälkeen. Itseinho ja minäkuvan romuttuminen korostuivat kertomuksissa. Velkaantuminen ja siitä aiheutuneet seuraukset nousivat esille kaikkien pelaajien puheissa. Pelaajat kuvasivat suomalaista pikavippi-kulttuuria ja sitä, kuinka helposti ja nopeasti voi velkaantua. Rahapelaamisen jatkuminen yhdistettiin mahdollisuuteen saada helposti lainoja omien varojen loputtua. Pelaajat kertoivat, etteivät ymmärtäneet omaa toimintaansa ja sitä miksi rahapelaaminen oli vallannut kaikki ajatukset.

”Mä otin kaikista mahdollisista paikoista pikavipit, ennenku sitte..se räpäytti päälle ku emmä enää pystynyt niitä makselemaan ku alko sit tulla ulosottoa ja muuta.”

”Sit ku nöyrtyy pelaajana, muutenki ylipäänsä, niin ku se lopettaa pelaamisen ja realisoi kaiken, niin se tuntu kuitenkin sillä tavalla et mä oon ansainnu tän kaiken, et mä oon kakkosluokan kansalainen, et tai kolmosluokan, mahdollisimman matalamman luokan kansalainen.” ”.. ja miettii et miten hitossa on ite pystynyt tehä tämmösen asian, tai miten on pystynyt ottamaan tosta vaan lainoja ja tän tyyppistä ajattelua.”

Läheiset kertoivat tunteistaan rahapeliongelman paljastuttua. He kertoivat myös, millaisia seurauksia he kohtasivat. Kaikki läheiset kokivat joutuneensa tilanteisiin tahtomattaan. Läheisten

puheissa korostui ahdistus, epätietoisuus sekä epävarmuus tulevaisuudesta. Luottamuksen menetys oli yksi isoimmista asioista, jonka kaikki mainitsivat. Taloudellisia haittoja olivat kokeneet kaikki. Talouden todellinen tilanne tuli kaikille täysin yllätyksenä. Yksi haastateltava kertoi, että hänen tulevaisuuden haaveensa perheen perustamisesta murskautui rahapeliongelman paljastuttua. Niukuuden kanssa elämisestä kertoi kolme haastateltavaa. He kertoivat, millaista elämä oli ilman rahaa kuvaamalla tilanteita, joissa ei ollut varaa ostaa ruokaa. Yksi läheinen kertoi taloudenhoidon kaatuneen yksin hänen vastuulleen ja hänen tulojensa varaan, jonka hän koki erittäin raskaana.

”Mutta sen jälkeen, kun mä sain tietää, niin se vaikutti luottamukseen heti tosi paljon ja multahan rasahti toi tulevaisuuden haaveet ja kaikki meni...siinä meni kyl ihan koko pakka uusiksi.”

”.. mullakin oli mennyt luottotiedot siinä samassa..”

7.3 Tiltin Perheklubissa puhutaan tunteista

Haastateltavat kertoivat tunteiden olemassaolon tärkeydestä ja siitä, että niitä uskalletaan ilmaista. Turvallisuuden- ja luottamustunne liitettiin uskallukseen ilmaista ja puhua tunteista. Haastateltavat mainitsivat muun muassa seuraavien tunteiden näkyneen tapaamisissa; nauru, itku, suru, ilo, toivo, epätoivo, epäily, luottamus, kiukku, myötätunto ja rohkeus. Tunteina kuvattiin myös oivallukset ja ahaa-elämykset. Yksi haastateltava kuvasi oloaan väsyneeksi tunteikkaan tapaamisen jälkeen, mutta samalla koki voimaantumista. Kaikenlaisten tunteiden kerrottiin olevan sallittuja. Yksi haastateltava kuvasi ahaa-elämystä tunteeksi. Hänen kokemuksensa liittyi siihen, että hän oli ymmärtänyt itsestään huolehtimisen tärkeyden. Pelaajien ja läheisten kokemukset rahapeliongelmaista olivat täynnä tunteita ja he kokivat tärkeäksi päästä puhumaan näistä tunteista.

”Toivoo, epätoivoo, epäilystä, luottamusta, mitähän kaikkee, surua, iloa, onnistumisen kokemuksia, siis laidasta laitaan varmasti kaikkii, vihaa, kiukkua, myötätuntoa, kyllä kaikki laidasta laitaan tunteet siellä käydään.”

Yksi haastateltava toi esille kokeneensa häpeän tunnetta lähtiessään mukaan Tiltin perheklubi-toimintaan. Häpeää aiheutti, se ettei hänen puolisonsa ollut halukas lähtemään mukaan Perheklubi-tapaamisiin. Häpeää lisäsi se, että ensimmäisessä tapaamisessa oli mukana vain pariskuntia. Tämän vuoksi haastateltava jäi hetkeksi pois tapaamisista, kunnes hänet saatiin houkuteltua uudelleen mukaan.

”.. mulle tuli sellainen olo et, se hirveesti kyseenalaisti mua.. mut mä koin häpeää et mä en saa sitä mukaan ja mä haluan vaan itteeni auttaa.. Ni sit tuli vähän semmonen ulkopuolisuuden tunne ja semmonen.. et en mä sit tuu enää.”

7.4 Tiltin Perheklubi toipumisressina

Pelaajien ja läheisten osallistuminen samaan ryhmään koettiin yhdeksi tärkeimmistä asioista koko Tiltin Perheklubitoiminnassa. Haastatteluissa korostui ymmärtäminen ja oppiminen. Läheiset kertoivat saaneensa ymmärrystä, mitä pelaajat kokevat ja pelaajat kertoivat saaneensa ymmärrystä, mitä läheiset kokevat. Haastateltavat puhuivat siitä, kuinka on ollut merkittävää huomata, että sama asia saa eri merkityksen eri osapuolten kokemana. Kaikki haastateltavat puhuivat siitä, kuinka ovat oppineet kuuntelemaan vastakkaista puolta. Eri näkökantojen kuuleminen on auttanut kaikkia näkemään rahapeliongelmia laajemmasta näkökulmasta. Yksi haastateltava kertoi ymmärtävänsä paremmin, mitkä asiat liittyvät pelaamiseen ja mitkä pelaajaan persoonana.

”Se toisen ymmärtäminen, mikä on hyvin tärkeä siihen, että se ees millään tavalla pystyttäis kehittämään itse itseämme, itsenään.”

”Ja erityisesti ekan kerran jälkeen tajus sen läheisen näkökulman, koska siis kirjaimellisesti en vieläkään varmaan ennen ensimmäistä Perheklubii tiennyt mitä läheinen ajattelee. Siis ei, en osannut vieläkään prosessoida sitä, et läheisellä se voi olla niin rankkaa.”

Tiltin Perheklubi-tapaamiset alkavat siitä, kun ihmisiä saapuu paikalle, kaikki tervehtivät toisiaan ja kertovat kuinka mukavaa on jälleen tavata. Kaikista haastatteluista nousi esille kiinnostus toisiaan ja toistensa hyvinvointia kohtaan. He kuvasivat, kuinka mukavalta tuntuu tavata toisiaan ja kuulla, mitä muille kuuluu. Haastateltavat kertoivat iloitsevänsä muiden aikaansäämistä muutoksista ja ihailevansa toisten klubilaisten rohkeutta muutoksenteossa.

”.. et se mikä ryhmäs on myös, et ku kaikil on oikeesti aidosti kiinnostus kaikkien hyvinvointia kohtaan.”

”..silleen, tosi kiva nähdä aina ja kuulla että mitä kuuluu ja näin pois päin.”

Kolme haastateltavista vertaili aiempia kokemuksiaan muista tukimuodoista, joita he olivat käyttäneet. Heillä oli kokemusta pelaajille ja läheisille tarkoitetuista erillisistä ryhmistä Tiltistä ja Pelirajat`on-toiminnasta. Kaikki kolme nostivat esille kokemuksensa siitä, että yksipuolinen vertaisuus ei enää ole antanut riittävästi. Vertaisuutta ei koettu syntyvän pelaajan ja läheisen välille, vaan siinä ajateltiin syntyvän laajempaa ymmärrystä ja kykyä nähdä asioita itsensä ulkopuolelta.

”Mä yritin käydä niissä läheistenilloissa, mut sit mä ehkä koin, et ei niissä oo mulle enää annettavaa, et nää on jotenkin nähty ja jotenkin tuntu, että niissä toistuu ne samat teemat. Et se on ehkä vähän raskasta, ku sinne tulee aina uusia ihmisiä ja käydään aina ne samat asiat läpi.”

Perheklubi-tukiohjaajakoulutukseen oli osallistunut haastateltavista kolme. He kokivat koulutuksen erittäin antoisana ja kertoivat saaneet sieltä muun muassa uusia ystäviä. Yksi haastateltava kertoi saaneensa puolisoltaan tukea ja kannustusta päättäessään lähteä koulutukseen. Yksi kertoi puolestaan saaneensa yhden syyn ylläpitää pelaamattomuuttaan.

”No mä kävin semmosen Perheklubi tukiohjaajan koulutuksen, joka oli ihan mah-tava. Siel oli porukkaa Pohjoismaista ja seki oli ihan mieletöntä.”

”Ja on se ollu tosi ylpee, että oon lähtenyt Perheklubin tukiohjaajaksi.”

Kaikki haastateltavat kertoivat saaneensa voimia Tiltin Perheklubi-tapaamisista. Lisääntyneet voimavarat liitettiin arjessa jaksamiseen, omien ajatusten selvittelyyn ja omien tunteiden kä-sittelyn oppimiseen. Yksi haastateltava kertoi erityisesti oppineensa käsittelemään omia tun-teitaan. Haastatteluissa nousi esille kyky nähdä oman hyvinvoinnin vaikutus laajemmin esimer-kiksi koko lähipiiriä koskevaksi. Yhdeksi voiman lähteeksi nousi ryhmän antama tuki ja kannus-tus. Rohkeus puhua asioista ryhmässä ja saada omille mielipiteille ja teoille kannustusta/kri-tiikkiä, auttaa haastateltavien mielestä selkeyttämään omia ajatuksia sekä toimintaa ja se ko-ettiin voimavarana.

”No mä luulen että, se on varmasti ainakin auttanut jaksamaan, eteenpäin, ja ollu semmonen, yhdistävä voimavara.”

7.5 Tiltin Perheklubi muutosvoimana

Oppiminen nousi esille kaikissa haastatteluissa. Haastateltavat kuvasivat oppineensa vuorovai-kutustaitoja sekä avoimuutta. Oppimiseen liitettiin se, että ryhmässä uskalletaan puhua avoi-mesti ja kaikki luottavat toisiinsa. Haastateltavat kertoivat oppimisen liittyneen myös ymmär-tämiseen. Oppiminen on haastattelujen perusteella saanut aikaan muutosta. Kaikki muutokset kuvattiin positiivisiksi ja osalla haastateltavista muutos näkyi konkreettisina toimintatapojen ja asenteiden muutoksina. Yksi haastateltava kuvasi aiemmin kokeneen vaikeaksi puhua avoimesti sillä pelkäsi vastapuolen reaktioita. Hän kertoi oppineensa avoimuutta osallistumalla Tiltin Per-heklubi-tapaamisiin ja avoimuuden ulottuvan nykyään kaikille hänen elämänsä osa-alueille.

Kaksi haastateltavaa nosti esiin luottamuksessa tapahtuneet muutokset. He kuvasivat luotta-muksen lisääntyneen avoimuuden ja ymmärryksen kautta. Yksi haastateltava kertoi itseluotta-muksensa lisääntyneen paljon ja sen myötä hän on uskaltanut tehdä isoja päätöksiä elämässään. Yksi haastateltava kertoi saaneensa puolisoltaan kehuja siitä, että osaa suhtautua asioihin eri tavalla. Hänen mukaansa suuttumus ei tule enää ensimmäisenä vaan hän osaa keskustella rau-hallisesti.

”.. niin luottamus on se mikä on todella paljon kehittynyt, jopa ehkä nyt XX kerto, tossa muutama aika sitten jopa et se saatto olla vahvimmillaan mitä se oli ennen ees, sitä pelaamisen ilmituloo.”

Haastateltavat kertoivat muutoksiin liittyvän myös ryhmästä saadut käytännön vinkit. Käytännön vinkkejä on toteutettu omassa arjessa. Eräs läheinen kertoi olleensa jatkuvasti epävarma, sillä epäili pelaajan pelaavan, mutta tämä ei sitä myöntänyt. Tämä on hyvin tavallinen tilanne, jota olen aiemmin kuvannut teoreettisessa viitekehyksessä. Hän kertoi pohtineensa asiaa ääneen klubi tapaamisessa, josta ehdotettiin seuraamaan pelaajaa joskus tämän lähtiessä ulos. Tämä on yksi esimerkki käytännön kokemuksista, joita Tiltin Perheklubissa jaetaan. Tällainen toimintatapa ei sovi kaikkiin tilanteisiin ja saattaa jopa joskus aiheuttaa suurempia ristiriitoja, jos pelaaja kokee yksityisyyttään loukattavan. Tässä tapauksessa läheinen kuvasi lopputuloksen olleen myönteinen, kun hän oli löytänyt pelaajan pelaamasta. Kyse ei siis ole niinkään siitä, mitä konkreettista voi eri tilanteissa tehdä, vaan siitä, että saa muulta ryhmältä rohkeutta toimia ja kohdata myös ikäviä seurauksia.

8 Johtopäätökset

Tämän opinnäytetyön kohteena oli rahapeliongelmaisille ja heidän läheisilleen, vuonna 2017 perustettu Tiltin Perheklubi. Tutkimuskysymysten avulla selvitin Tiltin Perheklubiin osallistuneiden kokemuksia osallistumisen vaikutuksista sekä sitä, miksi he haluavat osallistua Tiltin Perheklubi-tapaamisiin.

Tutkimuskysymykseni eivät liittyneet kokemuksiin rahapeliongelmaista. Kuten aiemmin luvussa 7.2 olen kuvannut, klubiin tullaan rahapeliongelman seurausten vuoksi ja ne ovat tärkeä keskustelunaihe tapaamisissa. Otin haastateltavien kokemukset rahapeliongelmaista mukaan taustoitamaan heidän lähtökohtiaan Tiltin Perheklubi-toimintaan osallistumiselle.

Pelaajat kertoivat avoimesti rahapeliongelmaistaan ja siitä aiheutuneista seurauksista. Taloudelliset seuraukset nousivat esille vahvasti. Haastateltavat kertoivat velkaantuneensa ottamalla pikavippejä. Lopulta velkaa oli niin paljon, että siitä ei selvitty ja ajaututtiin ulosoton piiriin. Lund (2010, 72-73) on todennut saman, että usein pelaaminen lisääntyy ja omat varat loppuvat ja pelaaja turvautuu lainarahaan. Pelaamisen ollessa pakonomaista, pelaajan ainoa ajatus on saada jostain rahaa ja jatkaa pelaamista. Haastateltavat kertoivat myös, että pelaamisen paljastuttua heidän oli vaikea ymmärtää, mitä heille oli tapahtunut. Pelaajat kuvasivat kokeneensa itseinhoa, häpeää ja syyllisyyttä. Lund (2010, 212-222) kuvaa sanoen pelaajan oma toiminta aiheuttaa hänelle häpeää ja syyllisyyttä. Häpeää koetaan siitä, ettei omaa toimintaa olla kyetty hallitsemaan. Pelaaja kokee epäonnistuneensa. Lund (2010, 125) puhuu myös arvoista. Pelaajan toimiminen omia arvojaan vastaan aiheuttaa ristiriidan sen kanssa, mitä hän haluaisi olla ja mitä hän on. Opinnäytetyöni alussa kuvasin pelaajan kokemuksia

rahapeliongelma. Haastattelut osoittivat, että pelaajien kokemukset ovat samankaltaisia kuin yleisesti kuvatut pelaajien kokemukset rahapeliongelma.

Griffiths (2009, 111) näkee rahapeliongelman oppimisen tuloksena. Hän kyseenalaistaa ajatuksen pelaamisen motiivien vakiintumisista. Pelaamisen hauskuus ja jännitys muuttuvat voiton tavoitteluun ja yritykseen saada pelaamalla hävityt rahat. Rahapeliongelmiin ei hänen mukaansa joudu ihmiset, joilla on pakonomainen voiton halu, vaan pelaajat, jotka alun perin ovat vain halunneet pitää hauskaa ja kokea jännitystä.

Läheiset kertoivat myös avoimesti omista kokemuksistaan rahapeliongelmaisen lähellä. Läheiset kuvasivat rahapeliongelman paljastumista shokilla. Marttisen (2009, 38) mukaan läheiset kuvaavat tunteitaan järkytyksen ja shokin sanoilla. Haastatteluissa taloudellisia seurauksia kokivat kaikki läheiset. Taloudelliset seuraukset nousivat myös Marttisen (2010, 38) tutkimuksessa. Hänen mukaansa läheisten järkytys liittyy taloudellisten menetysten suuruuteen. Luottamuksen menetys nousi haastatteluissa läheisten kokemuksista merkittävänä asiana. Marttinen (2010, 39) kuvaa myös tutkimuksessaan luottamuksen menetyksen yhtenä merkittävimmistä läheisen kokemista seurauksista.

Tässä opinnäytetyössä haastatellut läheiset kuvasivat myös elämää niukkuuden kanssa sekä negatiivista ilmapiiriä parisuhteessa ja kotona. Myös Pajulan (2010, 22, 26) mukaan taloudelliset vaikeudet ovat rahapeliongelmassa ensimmäinen näkyvä ja mitattavissa oleva asia. Hänen mukaansa luottamus on tärkein elementti läheissuhteissa ja luottamuksen mennessä läheissuhde joutuu koetukselle. Lisäksi läheisenä olona on merkittävää, pystyykö läheinen palauttamaan luottamuksen pelaajaan. Luvussa 3.4 olen pyrkinyt kuvaamaan läheisen kokemuksia rahapeliongelmaista ja tämän opinnäytetyön tulosten perusteella läheiset ovat kokeneet rahapeliongelman samankaltaisiksi kuin aiemmissa tutkimuksissa kuvataan. Tähän perustuen läheisten kokemukset voidaan yleistää ja käyttää kuvaamaan ymmärryksen lisääntymisen merkitystä Tiltin Perheklubissa.

Langham, Thorne, Browne, Donaldson, Rose & Rockloff (2009, 16) kuvaavat tutkimuksessaan läheisten kokeneen luottamuksen menettämisen yhdeksi suurimmista seurauksista. Tutkijoiden mielestä luottamusta on vaikea määritellä ja mitata ja se liittyy enemmän määrin subjektiiviseen kokemukseen sekä pelaajan ja läheisen väliseen suhteeseen. Heidän tutkimuksessaan läheiset kokivat pelaajan olleen fyysisesti läsnä, mutta henkisesti muualla.

8.1 Kokemukset Tiltin Perheklubiin osallistumisen vaikutuksista

Aineistossa kuvattiin eri tavoin sitä, että Tiltin Perheklubi-toiminnan koettiin edistäneen pelaajien ja läheisten keskinäisen luottamuksen rakentumista. Haastattelut osoittivat luottamuspulan olevan yksi merkittävimmistä rahapeliongelman seurauksista. Pajulan (2010, 25) mukaan luottamus on eniten huomiota kaipaava asia ja sen korjaamiseen tarvitaan aikaa. Kaikki

haastateltavat ovat käyneet klubissa jo pitkään ja tulosten perusteella voidaan todeta, että toipumista on tapahtunut. Luottamuksen rakentumisen merkitystä kuvataan myös tutkimuksissa yhdeksi läheissuhteiden eheyttämisen kulmakiveksi.

Rahapeliongelmaan liittyy häpeä. Haastattelujen perusteella häpeän voidaan sanoa vähentyneen. Häpeän vähentymistä edesauttoi rahapeliongelmaasta puhuminen. Pajulan (2010, 25) mukaan pelaajan ja läheisen halu puhua rahapeliongelmaasta auttaa lisäämään ymmärrystä rahapeliongelma ilmiöstä. Pelaajilla häpeän väheneminen näkyy itsetunnon kohoamisena, kuten Lundkin (2010, 108) toteaa: häpeän kokemus on tunne, joka on vahva ja saa aikaan vetäytymistä. Haastatteluiden perusteella läheisten häpeä liittyy omiin negatiivisiin tunteisiin. Marttisen (2009, 20) mukaan puoliset kokevat häpeää vihan ja katkeruuden tunteestaan. Tämän opinnäytetyön tulosten perusteella häpeän väheneminen on yksi erityisesti merkittävä asia, johon Tiltin Perheklubi-tapaamisissa saa apua.

Tunteista puhuminen ja niiden osoittaminen nousi esille kaikissa haastatteluissa. Ilmaisemalla tunteita niitä opitaan tunnistamaan ja käsittelemään. Tämä osoittautuu tässä opinnäytetyössä tulosten kautta hyvin tärkeäksi asiaksi. Kyky osoittaa tunteita kuvaa ihmisen vahvuutta, ei heikkoutta. Haastatteluista ilmeni, että tunteiden käsittelyä oli opittu osallistumalla Tiltin Perheklubiin. Kokkonen (2010, 51-53) kirjoittaa myös, että tunteiden säätelyssä on kyse siitä, että omiin tunteisiin voi vaikuttaa. Kyky vaikuttaa omiin tunteisiin vahvistaa myönteisiä tunteita ja laimentaa kielteisiä tunteita. Opinnäytetyön tulosten perusteella voidaan osoittaa, että klubitapaamiin osallistumalla voi oppia tunteiden käsittelyä. Tunteiden käsittely on myös toipumisresurssi ja se toteavat myös Best ja Laudet (2010, 3-5). Heidän mukaansa tunteiden käsittely liittyy ongelmanratkaisutaitoihin, joka on toipumisresurssi.

Haastattelujen perusteella läheiset ja pelaajat kokivat tärkeäksi sen, että he ovat samassa ryhmässä. He kuvasivat, että pelaajat ja läheiset saavat ymmärrystä siitä, kuinka toinen osapuoli kokee rahapeliongelman. Lisäämällä ymmärrystä toista osapuolta kohtaan, luodaan mahdollisuus toipumiselle yhdessä ja erikseen. Yksin tapaamisissa käyville tämä ymmärrys antoi työkaluja ymmärtää omia läheisiään, jotka eivät osallistu tapaamisiin. Ymmärryksen lisäämisellä oli vaikutusta myös sosiaalisissa tilanteissa. Aineiston perusteella ymmärryksen lisääntyminen on auttanut rahapeliongelmaasta puhumisessa esimerkiksi ystävien kanssa. Parisuhteissa ymmärrys vaikutti kykyyn puhua keskenään ja astua oman kokemusmaailmansa ulkopuolelle. Toisen osapuolen näkökannan ymmärrykseen liittyi itsetunnon koheneminen ja minäkuvan parantaminen. Ymmärtämällä toisia oppii ymmärtämään myös itseään. Tämän opinnäytetyön tulosten perusteella voidaan todeta Tiltin perheklubin toimivan Perheklubi-mallin mukaisesti ja saavuttaneen sille asetetun tavoitteen lisätä ymmärrystä pelaajien ja läheisten välille. Edellä kuvattujen perusteella voi todeta toisen osapuolen näkökannan ymmärryksen lisääntymisen toimivan klubilaisille toipumisresurssina. Bestin ja Laudetin (2010, 3-5) kuvaamiin toipumisresursseihin kuuluu läheisten halukkuus olla mukana toipumisprosessissa. Molemmilla niin läheisellä

kuin pelaajallakin on oma toipumisprosessinsa. Se, että nähdään tarpeelliseksi tukea toisen toipumista, on niin tukijalle kuin tuettavallekin toipumisresurssi.

Myös Tiltin Perheklubin sosiaalinen konteksti ja vuorovaikutus voidaan nähdä toipumisresursseina. Tulokset kertovat, että vuorovaikutustaidot olivat kehittyneet ja, että haastateltavat olivat oppineet keskustelemaan toista osapuolta arvostavasti. Klubilaisten ystäväystymisellä oli tärkeä merkitys sosiaalisen toipumisresurssin karttumisessa. Rahapeliongelma syrjäyttää usein sosiaalisista suhteista sen kielteisten seurausten vuoksi. Monet kertoivat, etteivät ole puhuneet rahapeliongelmasta kovinkaan monelle. Salaisuuden pitäminen syö energiaa ja estää toipumista. Tiltin Perheklubi tarjoaa ystäviä ja yhteenkuuluvuuden tunnetta. Toipumisesta kertoo myös ryhmäläisten kuvaama kiinnostus toisiaan kohtaan. Iloitaan toisten onnistumisista ja ollaan kiinnostuneita toisten hyvinvoinnista. Kun asioita opitaan näkemään itsensä ulkopuolelta, voidaan puhua toipumisesta. Kaikki haastateltavat ovat hakeneet apua ja tukea myös muista palveluista, jotka on suunnattu joko pelaajille tai läheisille. Toipumisesta kertoo se, että heillä oli tarve muunlaiselle tuelle ja he lähtivät mukaan Tiltin Perheklubi-toimintaan. Eteenpäin menemisen tarve kuvaa toipumista. Kuten Best ja Laudetkin (2010, 3-5) kuvaavat toipumisresursseiksi läheissuhteilta saatavan tuen, vuorovaikutustaidot sekä näkemyksen menneisyydestä, nykyhetkestä ja tulevaisuudesta. Edellä kuvattujen toimiminen toipumisresursseina nojaa samankaltaiseen kuvaukseen tutkimuksissa.

Granfield ja Cloud (2001) toteavat, että ne, joilla on iso sosiaalinen toipumispääoma, saattavat toipua ilman hoitoa. Heidän mukaansa toipumispääoman kasvu implikoi esimerkiksi ongelmallisen toiminnan kääntö pistettä. He näkevät sosiaalisen toipumispääoman laajasti ja ajattelevat sen koskevan myös yksilön yhteisöä ja elämisspiiriä. Halu osallistua ja vaikuttaa omassa yhteisössä nähdään toipumisresurssina. Tukiohjajakoulutukseen osallistuminen tukee tätä ajatusta. Kolme haastateltavista oli osallistunut Perheklubi-tukiohjajakoulutukseen. Heille oli merkityksellistä osallistua koulutukseen ja tukea toisia. Tukiohjaajana oleminen voi myös toimia syynä olla pelaamatta. Myös Best ja Laudet (2010, 3-5) kuvaavat merkityksellisyyden kokemuksen olevan toipumisresurssi.

Tiltin Perheklubin kuvattiin myös olevan voimavara. Haastateltavat kokivat saavansa voimia tapaamisista; he saivat voimaa tehdä päätöksiä ja jaksaa eteenpäin, voimia muutokseen ja voimia oman hyvinvoinnin edistämiseen. Bestin ja Laudetin (2010, 3-5) mukaan toipumisresursseja on myös riittävä oma terveys, identiteetin vahvistuminen ja tiedon lisääntyminen. Haastateltavat kuvasivat voimavarat hyvin samaan tapaan kuin Best ja Laudet kuvaavat toipumisresursseja, joten Tiltin Perheklubin voidaan ajatella toimivan toipumista edistävänä.

8.2 Syitä, miksi Tiltin Perheklubissa käydään

Haastatteluista selvisi, millainen ilmapiiri Tiltin Perheklubissa vallitsee. Ilmapiiriä kuvattiin avoimeksi, luottamukselliseksi, hyväksyväksi ja turvalliseksi. Luottamuksellisuus ja turvallisuus

koettiin tärkeimmiksi. Ilman niitä ei tapaamissa olisi mahdollista keskustella mistä tahansa aiheesta, haastateltavat totesivat. Hiekka (2015, 97-99) kuvaa pro-gradu tutkielmassaan luottamuksen kasvavan ihmisten välisissä suhteissa ja se saa voimansa suhteen toisen osapuolen arvoista, asenteista ja käyttäytymisestä. Hän toteaa myös, että luottamus vaatii uskoa ja halua sitoutua yhteiseen tekemiseen. Tiltin Perheklubin voidaan todeta tämän opinnäytetyön tulosten perusteella toimivan luottamuksellisena ja turvallisena ryhmänä. Ryhmän turvallisuus ja luottamuksellisuus on syy osallistua tapaamisiin. Perheklubi-toiminnan periaatteissa kuvataan luottamuksen olevan ehdoton vaatimus Perheklubi-toiminnalle. Tiltin Perheklubissa tulosten perusteella tämän vaatimus toteutuu.

Haastatteluista ilmeni, että osalle vastaajista Tiltin Perheklubista on muodostunut ainoa paikka, jossa he käsittelevät rahapeliongelmia ja sen seurauksia. Haastateltavat kuvasivat, ettei heillä ole enää tarvetta muunlaiselle tuelle. Edellä sanottu osoittaa Tiltin Perheklubin toimivuuden ja sen, että klubissa käyvät saavat tapaamisista itselleen merkityksellisiä asioita. Kolme haastateltavista kertoi kokemuksistaan muista tukimuodoista ja vertasivat niitä Tiltin Perheklubiin. He kokivat Tiltin Perheklubin vastaavan siihen tarpeeseen, joka heillä tällä hetkellä on. Eivätkä he enää kokeneet tarvetta muunlaiselle ryhmätoiminnalle. Tämän voi osoittaa kuvastavan myös Perheklubi-mallin toimimisesta Tiltin Perheklubin tausta-ajatuksena.

Tiltin Perheklubissa on periaatteet, joita noudatetaan. Haastatteluissa periaatteiden merkitys osoittautui ajan kuluessa pienentyneen. Kaikki kuitenkin kertoivat periaatteiden toimivan raameina, joiden puitteissa toimitaan. Kaksi haastateltavaa mainitsivat periaatteiden olevan itselleen tärkeitä ja niiden turvin olo tuntuu turvalliselta. Haastattelujen perusteella Tiltin Perheklubin periaatteet toimivat tapaamisten taustalla ja niihin tukeudutaan tarvittaessa. Periaatteet luovat tilaa olla oma itsensä. Haastateltavat osasivat luetella periaatteita ja kuvasivat niiden merkitystä. Yhdessä laaditut periaatteet edesauttavat niihin sitoutumista.

Matti ja Maija ovat osallistuneet Tiltin Perheklubiin ja ovat hyvin tyytyväisiä, että uskaltautuivat mukaan. Matista ja Maijasta tuntuu, että he ovat saaneet ymmärrystä toistensa näkökulmista ja kokemuksista. Maija ymmärtää, että Matti ei ole tahallaan velkaantunut, vaan se johtuu siitä, että Matille rahapelaamisesta tuli pakonomaista. Matti puolestaan on oppinut ymmärtämään Maijan ahdistusta ja huolta muun muassa talousasioista ja tulevaisuudesta. He jatkavat yhdessä Tiltin Perheklubissa käyntiä ja rakentavat välillään rikkoutunutta luottamusta vähitellen takaisin.

Heidän mielestään on hyvin tärkeää, että klubissa on luottamuksellinen ilmapiiri ja he kokevat klubin turvallisesti paikaksi jakaa omia ajatuksiaan ja kokemuksiaan. Klubitapaamisissa on myös mukavaa tavata tutuiksi käyneitä ihmisiä ja kuulla, kuinka heillä menee. Tästä syystä he käyvät tapaamisissa.

Matti ja Maija toteavat yhteen ääneen, että Tiltin Perheklubi-toimintaan kannattaa tulla mukaan.

9 Pohdinta

Opinnäytetyön kohteena oli rahapeliongelmaisille ja heidän läheisilleen tarkoitettu Tiltin Perheklubi. Tarkoituksena oli selvittää klubilaisten kokemuksia osallistumisen vaikutuksista ja miksi he haluavat osallistua klubitapaamisiin.

Tutkimuskysymysten ulkopuolelta olen nostanut haastateltavien kokemukset rahapeliongelmaista. Nämä kokemukset auttavat ymmärtämään haastateltavien lähtökohtia klubiin tullessaan. Lisäksi ne kuvaavat pelaaja ja läheisen erilaisia kokemuksia rahapeliongelmaista ja heidän tarvettaan saada ymmärrystä toistensa kokemuksista. Kokemusten kuvauksen kautta pyrin vahvistamaan opinnäytetyöni teoreettista viitekehystä, luotettavuutta, yleistettävyyttä sekä uskottavuutta.

Opinnäytetyön keskeisin tulos on Tiltin Perheklubiin osallistuvien kokemukset ymmärryksen lisääntymisestä toista osapuolta kohtaan. Haastattelujen perusteella vaikutuksiksi koettiin myös luottamuksen rakentuminen pelaaja ja läheisen välillä, häpeän väheneminen, lisääntynyt kyky ymmärtää ja käsitellä omia tunteita, vuorovaikutustaitojen paraneminen sekä toipumista tukevien voimavarojen saaminen.

Haastateltavat kertoivat, että Tiltin Perheklubi-tapaamisiin halutaan osallistua, sillä ryhmä koetaan turvalliseksi paikaksi puhua ja siellä vallitsee luottamuksellinen ilmapiiri. Toiminnan periaatteet toimivat taustalla ja antavat raamit sille, kuinka klubissa toimitaan. Haastattelujen mukaan periaatteet antavat myös tilaa jokaisen olla oma itsensä. Aineistosta kävi ilmi, että klubitapaamisista on tullut ainoa paikka, jossa enää puhutaan rahapeliongelmaista, sillä toipuminen on siinä vaiheessa, ettei muunlaiselle tuelle koeta tarvetta.

Validiteetilla tarkoitetaan tutkimusmenetelmän pätevyyttä. Pätevyydellä tarkoitetaan tutkimusmenetelmän kykyä mitata, sitä mitä sillä on tarkoitus mitata. Tutkimusmenetelmät voidaan jakaa kahteen alaosiin, aineiston keruumenetelmät sekä aineiston analyysimenetelmät. Nämä ovat välineitä, joilla saadaan vastauksia tutkimuskysymyksiin. Pätevyyden perustelu aloitetaan jo opinnäytetyön teorianmuodostuksen yhteydessä. (Eskola & Suoranta 2014, 214.) Tässä opinnäytetyössä tulokset kertovat siitä, mitä pitikin eli tulosten avulla saatiin vastaukset tutkimuskysymyksiin. Tutkittavan ilmiön osalta opinnäytetyössä käytetyt aineiston keruu- sekä analysointimenetelmät osoittautuivat oikeanlaisiksi. Teemahaastatteluun kuuluva joustava tapa edetä kysymysten kanssa antoi haastateltaville mahdollisuuden kertoa ajatuksistaan ja kokemuksistaan dialogisesti. Aineiston analyysimenetelmänä sisällönanalyysi soveltui hyvin aineistolähtöiseen opinnäytetyöhöni. Sisällönanalyysin koin olleen aineistoa arvostava menetelmä.

Opinnäytetyöni on toistettavissa. Huomiota mielestäni tulee kiinnittää siihen, että opinnäytetyöni kohteena on ihmisten kokemukset. Kokemuksemme elävät ajassa ja paikassa ja ne saattavat muuttaa muotoa muistimme muokkaamina. Toisaalta rahapeliongelmasta toipuminen vie aikaa ja jokaisen toipumispolku on erilainen. Retkahduksia saattaa tapahtua, jotka palauttavat pelaajan ja läheisen lähelle lähtötilannetta. Tämä muuttuja on hyvä ottaa huomioon toistettavuutta tarkasteltaessa.

Opinnäytetyöntekijänä minulla oli moninainen rooli ja sitä kysymystä olen pohtinut todella laajasti opinnäytetyön tekemisen yhteydessä. Olen kuvannut, mitä roolien moninaisuus on ja kuinka se on voinut vaikuttaa opinnäytetyöni tekemiseen aineistonkeruun ja tulosten käsittelyn osalta. Kuvaamalla ja pohtimalla eettisiä haasteita, olen pyrkinyt lisäämään opinnäytetyöni luotettavuutta. Tunnistamalla roolieni olemassaolon olen ne sisäistänyt ja saanut ymmärryksen, mihin asioihin minun tulee erityisesti kiinnittää huomiota opinnäytetyötäni tehdessäni. Itselleni yksi tärkeimmistä asioista oli haastateltavien hyvinvoinnin sekä anonymiteetin turvaaminen. En ole ainoastaan ajatellut opinnäytetyötäni, vaan myös sitä, että jatkan Tiltin Perheklubin tukiohjaajana ja Tiltin asiakastyöntekijänä. Yhtenä tärkeänä tavoitteenani oli varmistaa haastateltavien ja itseni välisen luottamuksen säilyminen. Tekemäni reflektoinnin avulla olen myös pyrkinyt osoittamaan opinnäytetyöni uskottavuutta.

Olisi mielenkiintoista tutkia Tiltin Perheklubia-toimintaa lisää. Yhtenä lähestymiskulmana voisi olla toipumispääoma ja tutkia Tiltin Perheklubia toipumisresurssina. Opinnäytetyön aineistosta olisi voinut myös analysoida vertaisuutta ja sen erilaisten määritelmien ja sisältöjen kautta. Tarkastellessani opinnäytetyöni tuloksia herää ajatus, olisiko aineistoa voinutkin lähestyä Grounded theory-menetelmällä ja jatkaa näin analyysiä kohti teorian muodostamista.

Opinnäytetyöni tuloksia voi käyttää Tiltin Perheklubi-toiminnan levittämässä, kuvaamaan toiminnasta koettuja vaikutuksia. Lisäksi tuloksista voi poimia niitä piirteitä, joita tällaiseen ryhmätoimintaan onnistuessaan kuvataan siirtyvän ja toistaa ne jossain toisessa ryhmässä. Tällöin puhutaan esimerkiksi luottamuksellisen ilmapiirin rakentamisesta. Tiltin Perheklubin periaatteet tukevat edellä mainittua. Tulosten perusteella Tiltin Perheklubi osoittautui vaikuttavaksi toiminnaksi, sillä tässä opinnäytetyössä etsittiin juuri niitä asioita, jotka ryhmätoiminta oli saanut osallistujien elämässä muuttumaan. Vaikuttavuuden osalta tuloksia voidaan hyödyntää, kun mietitään eri ryhmien vaikuttavuuden mittaamista ja todentamista.

Tätä opinnäytetyötä tehdessäni opin ymmärtämään itseäni paremmin. Ymmärrykseni kasvoi moninaisen roolini suhteen. Havaitsin voivani ajatuksissani vaihtaa roolia hyvinkin nopeasti ja rohkeasti jakaa myös kokemuksiani rahapeliongelmasta entisenä ongelmapelaajana. Ymmärrän myös, että ammatillisuuteni ei kärsi uskottavuuspulaa, jos avaan taustaani. Päinvastoin se tuo vapautta olla oma itseni kaikkine kokemuksineni. Opinnäytetyöni rajauksessa roolieni moninaisuus oli ajoittain haitaksi. Koin vaikeana jättää asioita pois, koska kaikki tuntui yhtä

merkittävältä. Prosessina opinnäytetyöni oli intensiivinen ja työntäyteinen, päivistä tuli pitkiä ja öistä lyhyitä. Välillä tuntui usko loppuvan, mutta sinnikkyydellä ja saamani kannustuksen voimin sain opinnäytetyöni maaliin.

Lähteet

Painetut

Alho, H. & Lahti, T. 2015. Rahapeliongelmat, käsitteet ja yleisyys. Teoksessa Alho, H., Heinälä, P., Kiianmaa, K., Lahti, T. & Murto, A. (toim.). Rahapeliriippuvuus. 1. painos. Helsinki: Duodecim, 10-14.

Blaszynski, A. & Nower, L. 2002. A pathways model of problem and pathological gambling. *Addiction*, vol 97, 487-499.

Castrén, S. & Lahti, T. 2015. Rahapeliongelman tunnusmerkit, vaiheet ja pelaamisen motiivit. Teoksessa Alho, H., Heinälä, P., Kiianmaa, K., Lahti, T. & Murto, A. (toim.). Rahapeliriippuvuus. 1. painos. Helsinki: Duodecim.

Curzio, O., Tilli, A., Mezzasalma, L., Scalese, M., Fortunato, L., Potente, R., Guidoni, G. & Molinaro, S. 2012. Characteristics of Alcoholics attending "Club of Alcoholics in Treatment" in Italy: A National Survey. *Alcohol and Alcoholism*, vol. 47. 317-321.

Eskola, J. & Suoranta, J. 2014. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Tampere: Vastapaino.

Granfield, R. & Cloud, W. 2001. Social context and "natural recovery": The role of social capital in the resolution of drug-associated problems. *Substance use & misuse*, vol 36, issue 11. England: Informa UK limited.

Griffiths, M. 2009. Great Britain. Teoksessa Meyer, G., Hayer, T. & Griffiths, M. (toim.). Problem gambling in Europe. Challenges, prevention and interventions. New York: Springer.

Heikkilä, J., Laine, J. & Salokoski, T. 2009. Rahapeliin haitta-arviointi. THL. Helsinki: Yliopistopaino Oy.

Hiekka, M. 2015. Luottamuksen rakentuminen urheilujoukkueessa. Pro-gradu- tutkielma. Itä-Suomen yliopisto, yhteiskuntatieteiden laitos. Kuopio.

Hirsjärvi, S. & Hurme, H. 2015. 1. painos. Tutkimushaastattelu. Teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki: Yliopistopaino.

Hudolin, V. 2001. The social ecological system in the programmes for the alcohol related problems. 2001. Teoksessa Hudolin, V., Hudolin, Vi., Gosparini, P., Guidoni, G., Kohl, N., Kolstad, H., Marcomini, F., Piani, F., Pitacco, G. & Sforzina, M. 2001. Club for treated alcoholics. A guide of work in Clubs of treated alcoholics (social-ecological approach) with works of Vladimir Hudolin. Trieste: Scuola Europea di Alcologia e Psichiatria Ecologica, 112-115.

Hudolin, Vi., Piani, F. & Sforzina, M. 1998. Club of treated alcoholics. Social ecological approach (Hudolin's method). Manual for the work in the Clubs of treated alcoholics. European School of alcoholology and ecological psychiatry. IOGT.

Hudolin, Vi., Lazić, N., Marinić, Ž. & Ulemek, L. Development of the Clubs of treated alcoholics since 1964. Teoksessa Hudolin, V., Hudolin, Vi., Gosparini, P., Guidoni, G., Kohl, N., Kolstad, H., Marcomini, F., Piani, F., Pitacco, G. & Sforzina, M. 2001. Club for treated alcoholics. A guide of work in Clubs of treated alcoholics (social-ecological approach) with works of Vladimir Hudolin. Trieste: Scuola Europea di Alcologia e Psichiatria Ecologica, 35-41.

Itäpuisto, M. & Pajula, M. 2015. Suhteet pelissä. Tietoa ja tukea rahapelaamisesta huolestuneille läheisille. Pelihaitat - tukiaineisto. 4. muuttumaton painos. THL. Lahti: Esa Print Oy.

Järvinen-Tassopoulos, J. 2018. Suomalaisen rahapelaamisen tilannekatsaus 2017. Helsinki: Suomen Yliopistopaino Oy.

Kaasien, V., Kuoppamäki, M. & Salonen, R. 2015. Kun peli pelaa pelaajaa: pelihimo, riippuvuus ja lääkkeit. Duodecim 23/2015, 131.

Kerola, S. 2018. ”Aina tervetullut ja hyväksytty.” Vertaistuen merkitys Perheklubi-toiminnassa. YlempiAMK-opinnäytetyö. Diakonia-ammattikorkeakoulu.

Kiianmaa, K. 2015. Rahapeliongelmalta altistavat tekijät. Teoksessa Alho, H., Heinälä, P., Kiianmaa, K., Lahti, T. & Murto, A. (toim.). Rahapeliiriippuvuus. 1. painos. Helsinki: Duodecim.

Kokkonen, M. 2010. Ihastuttavat vihastuttavat tunteet: Opi tunteiden säätelyn taito. Jyväskylä: PS-kustannus.

Kolstad, H. 2005. Handbok för Stödjande lärare. Familjeklubbar i Sverige. Stockholm.

Lund, P. 2010. Rahapeliongelma. Yksilölle jätetty taakka. Juva: WS Bookwell Oy.

Marttinen, J. 2009. Puolison kokemuksia peliongelma. Pro gradu- tutkielma. Itä-Suomen yliopisto, Sosiaalipolitiikan ja sosiaalipsykologian laitos. Kuopio.

Mustonen, S. 2015. ”Ensin sitä halusi uskoa että se on ohimenevää”. - Ongelmapelaajien läheisten kokemuksia ongelmapelaamisen merkityksistä heidän hyvinvoinnilleen. Opinnäytetyö. Karlia-ammattikorkeakoulu. Joensuu.

Nikkinen, J. 2008. Sosiaalieettinen näkökulma rahapeliongelmien ehkäisyyn ja hoitoon. Työpapereita 30/2008. Helsinki: Stakes.

Pajula, M. 2007. Ongelmapelaajan läheinen: sairas vai selviytyjä. Stakes. Helsinki: Valopaino Oy.

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

Salonen, A. & Raisamo, S. 2015. Suomalaisten rahapelaaminen. Rahapelaaminen, rahapeliongelmat ja rahapelaamiseen liittyvät asenteet ja mielipiteet 15-74- vuotiailla. Raportti 16/2015. THL. Tampere: Suomen Yliopistopaino Oy, 5-7.

Vilkkä, H. 2015. Tutki ja kehitä. 4. uud. p. Jyväskylä: PS- kustannus

Sähköiset

Best, D. & Laudet, A. B. 2010. The potential of recovery capital. RSA. London. Viitattu 30.4.2019. <http://farronline.org/wp-content/uploads/2014/06/potential-of-recovery-capital.pdf>

Heiskanen, M. 2017. Problem gamblers and money: Unbalanced budgets and financial recovery. Väitöskirja. Helsingin yliopisto valtiotieteellinen tiedekunta. Helsinki. Viitattu 27.4.2019. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-951-51-3284-0>

Langham, E., Thorne, H., Browne, M., Donaldson, P., Rose, J. & Rockloff, M. 2016. Understanding gambling related harm: A proposed definition, conceptual framework and taxonomy of harms. BMC Public Health. Viitattu 27.4.2019. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4728872/>

Nordling, E. 2017. Toipumisorientaation periaatteet toipumisen ja mielekkään elämän näkökulmasta. Viitattu 29.4.2019. <https://www.slideshare.net/Mielenterveystutkimus/esa-nordling-toipumisorientaation-periaatteet-toipumisen-ja-mielekkään-elämän-näkökulmasta>

WHO. 2019. ICD- 11 for Mortality and Morbidity Statistics. 4/2019 version. Viitattu 23.3.2019. <https://icd.who.int/browse11/l-m/en#/http://id.who.int/icd/entity/1041487064>

Sininauhaliitto. 2019. Perheklubi. Tukea samassa ryhmässä sekä päihteitä käyttävälle että hänen läheisilleen. Viitattu 1.4.2019. <https://www.sininauhaliitto.fi/toimintamme/laheiset-ja-perhe/perheklubi/>

Kansainväliset tautiluokitukset. 2018. THL. Viitattu 12.3.2019. <https://thl.fi/fi/web/alkoholi-tupakka-ja-riippuvuudet/rahapelit/rahapeliongelma/kansainvaliset-tautiluokitukset>

Tiltin periaatteet. 2019. Viitattu 16.3.2019. <https://www.tiltti.fi/toiminta/tiltin-periaatteet>

Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2012. Hyvä tieteellinen käytäntö. Viitattu 30.4.2019. https://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/HTK_ohje_2012.pdf

Julkaisemattomat

Kävijätilasto Tiltin Perheklubi. 2017. Webropol.

Kävijätilasto Tiltin Perheklubi. 2018. Webropol.

Perheklubi tukiohjaajien koulutusmateriaali. 2018.

Tiltin Perheklubin periaatteet. 2017.

Kuviot

kuvio 1: Esimerkki sisällönanalyysin kulusta	27
--	----

Liitteet

Liite 1: Teemahaastattelurunko.....	50
Liite 2: Tutkimuslupahakemus.....	51
Liite 3: Saatekirje haastateltaville	53

Liite 1: Teemahaastattelurunko

Sinun ja perheesi tilanne

- oletko pelaaja vai pelaajan läheinen
- kuvaa lyhyesti oma sekä perhetilanteesi
- kerro lyhyesti tilanteenne pelaamisen osalta
- onko perheessäsi lapsia, minkä ikäisiä lapset ovat
- miten arvioit, että tilanne mahdollisesti näkyy lapsille
- oletko tai oletteko yhdessä puolisoasi kanssa keskustelleet tilanteesta lasten kanssa: miten tilanne meni, miltä se tuntui
- mitä olette perheenä yrittänyt tehdä ongelmalle aikaisemmin

Kokemukset Tiltin Perheklubissa käymisestä

- kertoisitko, miksi olet tullut mukaan Tiltin Perheklubi toimintaan
- mitä Perheklubissa tapahtuu, kun tapaatte
- millaisista asioista puhutte tapaamisissa
- kauanko olet käynyt Perheklubissa
- kerrotko kenen kanssa käyt Perheklubissa vai käytkö yksin, onko tämä vaihdellut ja miten tähän on tultu
- jos sinulla on lapsia, kuinka usein he ovat mukanasimiten koet sen, että tapaamisissa on pelaajia ja läheisiä
- kuvaa tapaamisten ilmapiiri
- kertoisitko, millaisia tunteita koet tapaamisissa olevan läsnä
- mikä merkitys on yhdessä sovitulla periaatteilla, joilla toimitte

Kokemukset Tiltin Perheklubin vaikutuksista yksilöön ja perheeseen

- miten koet sinun tilanteesi muuttuneen Perheklubin aloittamisen jälkeen
- miten koet perheenne tilanteen muuttuneen Perheklubin aloittamisen jälkeen
- millaiset asiat yleisesti ovat saaneet aikaan muutosta sinun tai perheesi tilanteessa (jos muutosta on ollut)
- jos olet hakeutunut muihin palveluihin, mihin olet hakeutunut ja mikä oli se asia, joka rohkaisi näin tekemään
- mitä kaikkea koet, että Perheklubissa käyminen on tuonut elämääsi
- millaisia eväitä Perheklubissa käyminen on antanut käsitellä asiaa lasten kanssa
- miksi sinulle on tärkeää käydä Perheklubissa
- millaisia muutoksia kaipaisit Tiltin Perheklubi toimintaan
- mitä kertoisit Perheklubista henkilölle, joka miettii mukaan tuloa
- haluatko vielä lopuksi sanoa jotain Perheklubista

Liite 2: Tutkimuslupahakemus

Tutkimuslupahakemus: Kokemuksia Tiltin Perheklubista

Opinnäytetyö: ”Se kun me ollaan kaikki samassa ryhmässä rahapeliongelmaiset ja läheiset”.
Kokemuksia Tiltin Perheklubista. (Laurea AMK, sosionomi)

Tieteellinen artikkeli: Perhe yhdessä ja erikseen kohti rahapeliongelmista toipumista: kokemuksia Perheklubitoiminnasta (tarjotaan kirjaan riippuvuuksista ja perheistä, jota toimittavat Johanna Järvinen-Tassopoulos, THL ja Henna Pirskanen, Jyväskylän yliopisto)

Hanna Karmakka-Asare (Tiltti, Sininauhaliitto)

Maria Heiskanen (Peliklinikka, Socca / HUS)

Haemme Sininauhaliitolta tutkimuslupaa toteuttaa tutkimus Tiltin Perheklubista. Lupaa haetaan Tiltissä kerättyjen tilastojen käyttöön ja osallistujien haastattelujen toteuttamiseksi. Aineistoja käytetään yhdessä opinnäytetyössä (Karmakka-Asare) ja yhdessä tieteellisessä artikkelissa (Heiskanen & Karmakka-Asare). Näillä kahdella julkaisulla on hieman toisistaan eroavat tutkimuskysymykset. Tässä tutkimuslupahakemuksessa eritellään aineistojen käyttöä kummassakin. Liitteenä ovat tutkimussuunnitelmat opinnäytetyöhön (Liite 1) ja tieteelliseen artikkeliin (Liite 2), jotka ovat osin päällekkäisiä. Tutkimussuunnitelmissa on eritelty tarkemmin tutkimuksen tausta.

Haastatteluaineisto

Haemme lupaa pyytää Perheklubitoimintaan osallistuneita tutkimushaastatteluun kertomaan kokemuksistaan rahapeliongelmasta ja Perheklubista toipumisen tukena. Tutkimukseen haastatellaan 10-14 henkilöä, jotka ovat osallistuneet Perheklubitoimintaan vuosien 2017-2018 aikana. Opinnäytetyössä käytetään osaa haastatteluista ja artikkelissa koko aineistoa. Perheklubiin on voinut osallistua pelaajat tai läheiset yksin tai yhdessä. Haastattelut toteutetaan erikseen osallistujien kanssa. Haastattelut toteuttavat Karmakka-Asare ja Heiskanen yhdessä. Haastattelut pyritään toteuttamaan Tiltin / Peliklinikan tiloissa Helsingin Hakaniemessä huhtikuun aikana. Haastateltavilta on alustavasti kysytty mahdollisuutta osallistua haastatteluihin. Haastattelut toteutetaan puolistrukturoituina teemahaastatteluina. Teemat käsittelevät (1) haastateltavan ja tämän perheen tilannetta, (2) kokemuksia Tiltin Perheklubissa käymisestä sekä (3) kokemuksia Tiltin Perheklubin vaikutuksista haastateltavan ja tämän perheen tilanteeseen. Haastattelukysymykset ovat liitteessä 3. Haastatteluissa pyydetään osallistujia kuvaamaan heidän perhettään ja myös piirtämään suhdeverkosto. Heitä pyydetään myös kuvaamaan aikajanan avulla perheessä koettuja ylä- ja alamäkiä. Haastatteluissa keskustellaan sekä perheen toipumisesta rahapeliongelmasta yleisesti ja millaisia toipumisresursseja siihen tarvitaan, että Tiltin Perheklubissa käymistä erityisesti ja sen vaikutuksia toipumiseen. Opinnäytetyössä keskitytään analysoimaan Perheklubiin osallistumisen vaikutuksia haastateltavien näkökulmasta ja sitä miksi Perheklubissa halutaan käydä. Artikkelissa keskitytään

siihen mitä kaikkea liittyy perheen toipumiseen rahapeliongelmaista ja miten Perheklubitoiminta voi toipumista tukea. Molemmat analyysit toteutetaan sisällönanalyysillä.

Haastatteluihin osallistujille kerrotaan suullisesti rekrytointitilanteessa tutkimuksen sisällöstä ja tavoitteista. Jokaisen haastattelun aluksi nämä vielä kerrataan. Kaikille tutkimukseen pyydettyville annetaan kirjallisesti tutkimuksen aihe ja tavoite sekä tietoa aineistonkeruun toteuttamisesta ja mitä osallistujilta odotetaan ja lisäksi annetaan tutkijoiden yhteystiedot. Haastateltaville painotetaan, että tutkimukseen osallistuminen on vapaaehtoista eikä osallistuminen tai osallistumatta jättäminen vaikuta mahdollisuuksiin saada palveluja. Mikäli osallistuja haluaa, voi hän keskeyttää haastattelun tai pyytää poistamaan itseään koskevan tiedon tutkimuksen käytöstä.

Alkuperäinen tutkimusaineisto säilytetään lukitussa kaapissa Peliklinikalla muistitikulla. Haastattelut nauhoitetaan ja litteroidaan sanatarkasti. Litterointivaiheessa poistimme kirjallisesta aineistosta kaikki tunnistamisen mahdollistavat tiedot. Osallistujille kerrotaan, jos tutkimuksessa käytetään ulkopuolista litteroijaa. Kirjallista aineistoa ilman tunnistettavia tietoja säilytetään ja käsitellään vain tutkijoiden tietokoneilla. Opinnäytetyöstä ei ole mahdollista tunnistaa osallistujia. Opinnäytetyössä kuitenkin kerrotaan, että aineisto on kerätty Tiltin Perheklubista. Tämä kerrotaan haastateltaville etukäteen. Aineisto tuhotaan sen jälkeen, kun sekä opinnäytetyö että tieteellinen artikkeli on julkaistu.

Tilastot

Lisäksi haetaan lupaa käyttää Tiltin Perheklubista kerättyä kävijätilastoa. Tätä tilastoa hyödynnetään kuvaamaan Tiltin perheklubiin osallistuvien käyntitiheyttä, sukupuolijakaumaa, ikäjakaumaa sekä jakaumaa rahapeliongelmaisten ja läheisten kesken.

Liite 3: Saatekirje haastateltaville

Tutkimuksen sisältö ja tarkoitus

Tutkimuksessa haastatellaan Tiltin Perheklubitoimintaan osallistuneita henkilöitä. Tavoitteena on tarkastella perheen toipumista rahapeliongelmistä, ja tutkia erityisesti Perheklubi-toimintaan osallistuneiden kokemuksia tämänkaltaisesta tuen muodosta. Tutkimustulosten avulla on mahdollista ensinnäkin arvioida Perheklubitoimintaa ja toiseksi suunnitella parhaita mahdollisia palveluja rahapeliongelmiä kohdanneiden perheiden tueksi.

Haastattelun toteuttaminen

Osallistujat haastatellaan yksin, vaikka Perheklubiin olisi osallistuttu yhdessä perheenjäsenen kanssa. Tällä tavalla saadaan esiin kaikkien kokemukset ja näkemykset. Tässä myös painottuu Perheklubin luonne tutkimuotona: sinne voi tulla yksin tai yhdessä perheenjäsenen kanssa. Haastatteluissa kysytään haastateltavan ja tämän perheen tilanteesta (pyydämme aluksi haastateltavaa kuvaamaan perheensä itse), kokemuksista Tiltin Perheklubissa käymisestä sekä pohdintaa siitä, onko Perheklubissa käyminen jollain tapaa vaikuttanut haastateltavan tai tämän perheen tilanteeseen.

Haastattelijat tutkijoina

Haastattelussa on kaksi haastattelijaa: asiakastyöntekijä Hanna Tiltistä ja tutkija Maria Peliklinikalta. Haastattelijat ovat haastattelutilanteissa tutkijan roolissa ja kysyvät haastattelukysymyksiä tutkimusta varten.

Jos haastattelun aikana haastateltavalle tulee sellaisia ajatuksia tai tunteita, joita hän haluaisi käydä läpi Hannan tai jonkun muun asiakastyöntekijän kanssa, on mahdollista keskeyttää tutkimushaastattelu tai sopia että asiasta jutellaan haastattelun jälkeen.

Luottamuksellisuus

Haastatteluja käsitellään anonyymeinä eikä henkilötietoja tallenneta haastattelujen yhteyteen. Haastattelut kirjoittaa tekstimuotoon ulkopuolinen litteroija. Tässä yhteydessä kirjoitetuista haastatteluista poistetaan kaikki henkilön tunnistamisen mahdollistavat sitaatit. Haastattelunauhoja eivät käsittele muut kuin haastattelijat ja litteroija. Alkuperäinen tutkimusaineisto säilytetään luottamuksellisesti lukitussa kaapissa muistitikulla Peliklinikan tiloissa. Julkaistuihin analyyseihin ja raporteihin ei ole mahdollista tunnistaa osallistujia. Raportissa kuitenkin kerrotaan, että aineisto on kerätty Tiltissä toimivassa Perheklubissa ja kuvataan Perheklubia toimintamuotona.

Yhteystiedot

Maria Heiskanen

Hanna Karmakka-Asare

Poistettu puhelinnumero sekä toisen tutkijan yhteystiedot