

# ARBETSBLAD 2C

## ÖVERSIKT FÖRKLARINGAR SPELPROBLEM

Område	Delförklaring	Exempel	Kommentarer
Bakgrundsfakta		<p>Det officiella namnet för spelberoende är hasardspelsyndrom och det är klassat som ett beroende, precis som alkohol och droger kan ge upphov till beroende.</p> <p>Runt två procent av Sveriges befolkning har någon grad av spelproblem. Varje år tillkommer det tiotusentals och ungefär lika många tillfrisknar.</p>	
Riskfaktorer	Spel i omgivningen	Många med spelproblem umgås också med personer som själva spelar eller är uppvuxna i familjer där spel är vanligt.	
Riskfaktorer	Andra missbruk	Många, men inte alla, med spelproblem kan även ha problem med alkohol, droger eller andra typer av beteenden relaterade till bristande impuls kontroll.	
Sociokulturella förklaringar	Tillgänglighet	Lagstiftning om till exempel reklam eller tillgänglighet på spelautomater kan påverka hur många som utvecklar spelproblem.	
Psykologiska förklaringar	Spelens utformning	Spelen är delvis utformade för att vi människor ska ha svårt att sluta. De ger ofta en slags "belöning" lite då och då för att bibehålla vårt intresse. Det kan bidra till att skapa ett beroende och göra att man har svårt att sluta eller mår dåligt när man försöker sluta spela.	
Psykologiska förklaringar	Tankefällor	Vi har alla svårt att förstå slump och sannolikhet, vilket gör att vi hela tiden luras lite av spelen. Dessutom finns det fenomen som att förluster förkläs till vinster och att vi tenderar att reagera på nästan-vinster på samma sätt som vid vinster något som ställer till det för oss.	
Psykologiska förklaringar	Hantering av negativa känslor	För många kan spelandet vara ett sätt att varva ned, glömma det som känns jobbigt eller gå in en egen "zon".	
Biologiska förklaringar	Dopamin	En substans i hjärnan som heter dopamin verkar ha en stor roll att spela i utvecklingen av beroende, inklusive spelproblem. Den reglerar sådant som motivation och uppmärksamhet. För personer med spelproblem verkar den göra att man blir extra uppmärksam på sådant som är relaterat till spel och det kan skapa ett starkt sug efter spel. Då blir sådant som inte har med spel att göra mindre viktigt och man får ett slags tunnelseende. Sannolikt föds vissa med en större risk för att utveckla spelproblem än andra.	
Förklaringsmodeller	Pathways-modellen	En teori är att man kan dela in personer med spelproblem i tre grupper: vanespelarna som har spelat sig till sina problem; känslospelarna som hade en del problem med kanske ångest och nedstämdhet och som spelar för att dämpa dessa tankar; de impulsiva spelarna som har svårt med impuls kontrollen inom en rad områden och som kanske redan före spelproblemen hade en del annan beroendeproblematik.	