

Stödlinjen

Stödlinjen för spelare och anhöriga

Årsrapport 2016

Centrum för psykiatrforskning



Karolinska
Institutet



Centrum för psykiatrforskning

Norra Stationsgatan 69, SE-113 64 Stockholm

www.psykiatrforskning.se, www.stodlinjen.se

Innehåll

Sammanfattning	4
English summary.....	5
Del 1. Stödlinjens verksamhet	6
Rapportens upplägg	6
Behandling av spelproblem – aktuell forskning	6
Metaanalyser om effekterna av behandlingsmetoder	6
Telefonstöd	7
Hinder och motivatorer för att söka behandling	8
Stödlinjens arbetssätt.....	9
Hänvisning	9
Tjänster	10
Information och rådgivning på andra språk.....	10
Bemanning	10
Kvalitetssäkring	11
Kommunikation, seminarier och extern fortbildning under 2016.....	11
Metodutveckling.....	13
Hemsida.....	13
Ny statistikdatabas.....	13
Del 2. Inkommande kontakter	15
Telefoni enligt den tekniska databasen	15
Telefonsamtal per månad och dag.....	16
Telefoni enligt statistikdatabasen	18
Begränsningar i datakvalitet.....	18
Övergripande information om de registrerade samtalen	19
Vem har ringt?.....	19
Vad vet vi om spelaren?	19
Kön.....	19
Ålder	20
Sysselsättning.....	21
Spelformer	21
Spelrelaterade negativa konsekvenser	22
Ekonomiska konsekvenser	22
Konsekvenser för den psykiska hälsan	23
Konsekvenser för relationer	23
Aktuellt spelande	24
Anhöriga	24

Anhörigas situation	25
Ekonomiska konsekvenser för anhöriga	26
Hälsomässiga konsekvenser för anhöriga	27
Relationella konsekvenser för anhöriga	27
Andra problemområden	28
Dataspelande	28
Inkommande e-kontakter	29
Chatt.....	30
Vem tar kontakt.....	30
Spel om pengar	31
Konsekvenser	32
Åtgärder spelare	33
Motivation till förändring.....	33
Nöjdhet med chattar	35
E-post	35
Del 3. Självtest och självhjälp.....	36
Screening	36
Självhjälpsprogrammet: risker och alternativa beteenden.....	36
Del 4. Avslutande diskussion	38
Stödlinjens siffror i nationellt perspektiv.....	38
Allvaret i spelproblemen och problemspelen.....	39
Självhjälpsprogrammet.....	39
Verksamhetsutveckling	40
Forskning och utvärdering	41
Slutord	42
Referenser.....	43

Sammanfattning

Stödlinjen är den enda nationella stödinsatsen i Sverige för personer som spelar om pengar och deras anhöriga. Stödlinjen har funnits sedan 1999 och övergick i offentlig regi 2011, när den övertogs av Centrum för psykiatriforskning och drevs på uppdrag av Folkhälsomyndigheten mellan 2011 och 2015. Sedan hösten 2015 ingår Stödlinjen i Stockholms läns landstings förebyggande arbete, tillsammans med Alkohollinjen, Sluta-röka-linjen och alkoholhjalpen.se. Stödlinjen drivs av Centrum för psykiatriforskning vid Stockholms läns landsting och Karolinska institutet, på uppdrag av Socialdepartementet.

Stödlinjens primära uppgift är att ge råd och stöd till personer med spelproblem och deras anhöriga. Genom att systematiskt tillämpa metoden motiverande samtal (MI) försöker Stödlinjen stödja och stärka motivation till förändring bland de som kontakter oss. MI är en klientfokuserad samtalsmetod där bärande element är att uttrycka empati, samarbeta, identifiera livsvärden, och uppmuntra klientens egna idéer om lösningar. I Stödlinjens uppdrag ingår även att sprida kunskap om spelproblem och förmedla information om utvecklingen på spelmarknaden från spelarnas och de anhörigas perspektiv.

Stödlinjens rådgivare finns tillgängliga via telefon, chatt och e-post, vardagar mellan 9-21. Telefonnumret till Stödlinjen är 020 81 91 00, webbadressen är www.stodlinjen.se och e-postadressen är info@stodlinjen.se. Under 2016 var det totala antalet inkommande kontakter 5094¹, varav 2815 besvarades personligen och registrerades av rådgivarna i Stödlinjens uppföljningsdatabaser. Stödlinjen besvarade 1473 telefonsamtal, 822 chattar och 520 e-brev, från 1447 spelare, 1125 anhöriga och 243 övriga (skolor, vårdsektorn, frivilligorganisationer, eller media).

I följande rapport redovisas statistik från 2016 års arbete på Stödlinjen.

¹ Inklusive felringningar och oidentifierade samt ej registrerade kontakter.

English summary

Stöddlinjen is the sole nationwide support service available in Sweden for individuals with gambling problems and others affected by problem gambling. Stöddlinjen, the Swedish National Gambling Helpline, was established in 1999. In 2011, it began operating at the Stockholm Center for Psychiatry Research, part of Stockholm County Council and Karolinska Institutet. Between 2011 and 2015, Stöddlinjen was operated under the aegis of the National Public Health Agency. In the autumn of 2015, Stöddlinjen became part of the preventive efforts of the Stockholm County Council, together with the national alcohol helpline, Alkoholhjälp, the national tobacco helpline, Sluta-röka-linjen, and the national online alcohol support service, alkoholhjalpen.se. Stöddlinjen continues to be run by the Center for Psychiatry research at Stockholm County Council and Karolinska Institutet, on behalf of the Swedish Ministry of Health and Social Affairs.

The principal function of Stöddlinjen is to provide support and information to gamblers and their families. Through the systematic use of Motivational Interviewing (MI), Stöddlinjen attempts to support and strengthen the motivation to change among those who contact us. MI is a client-focused conversational method resting on empathy, collaboration, identification of life values, with the aim of encouraging the client's own ideas and solutions and building on principles of equality between clients and counselors. Stöddlinjen's mandate also includes spreading knowledge about gambling problems and communicating about developments in the gambling marketplace, from the perspective of individuals who gamble as well as their concerned significant others.

The counselors at Stöddlinjen are available via telephone, chat and e-mail, every weekday between 9 a.m. and 9 p.m. The telephone number to Stöddlinjen is 020 81 91 00, the website is at <http://www.stodlinjen.se> and the e-mail address is info@stodlinjen.se. In 2016, Stöddlinjen was contacted by 5094 persons, where 2815 received personal attention and were registered by counselors in the Stöddlinjen data registration system. Stöddlinjen responded to 1473 telephone calls, 822 chats and 520 e-letters, from 1447 gamblers, 1125 concerned significant others and 243 other agencies (schools, the health care sector, NGOs, and the media).

Stöddlinjen's activities during 2016 are presented in the following report, with a focus on statistics.

Del 1. Stödlinjens verksamhet

Stödlinjen är en hjälplinje för personer med problem med spel om pengar och deras närstående. Linjen är också en informationsresurs för vård- och omsorgssektorn, arbetsgivare och personer som är allmänt intresserade av spelproblem. Stödlinjens uppdrag omfattar även att spegla utvecklingen på spelmarknaden. Vid sidan om uppdraget om råd och stöd vid spel om pengar ger Stödlinjen även rådgivning kring dataspelproblem.

Stödlinjen har funnits sedan 1999 och har sedan 2011 drivits av Centrum för psykiatriforskning vid Stockholms läns landsting och Karolinska institutet. Linjen drevs på uppdrag av Folkhälsomyndigheten fram till oktober 2015, när uppdraget överfördes till Stockholms läns landsting. Ett samarbetsavtal finns med Folkhälsomyndigheten för tiden efter oktober 2015. All verksamhet vid Stödlinjen finansieras av Socialdepartementet.

Rapportens upplägg

Rapporten innehåller fyra delar, där den första delen sammanfattar det aktuella forskningsläget vad gäller professionell behandling av spelproblem, telefonstöd för problemspelare, samt även de hinder och motivatorer som personer med spelproblem anger när de söker hjälp för sina spelproblem. Därefter beskrivs Stödlinjens arbetssätt och olika tjänster, inklusive metodutveckling. Rapportens andra del beskriver Stödlinjens inkommande telefon och e-kontakter, både vad gäller antalet kontakter samt vilka som tagit kontakten med beskrivande statistik över deras egenskaper. Tredje delen i rapporten visar data från ytterligare två tjänster som finns på Stödlinjens hemsida: självtesten samt självhjälpsprogrammet. Rapporten avslutas med en diskussionsdel och referenser.

Behandling av spelproblem – aktuell forskning

Metaanalyser om effekterna av behandlingsmetoder

De behandlingsmetoder vid spelproblem som i forskning utvärderats är kognitiv beteendeterapi (KBT), motiverande samtal (MI) samt i viss mån andra metoder. KBT är ett samlingsnamn för behandlingsformer som handlar om hur beteende, tankar och känslor påverkar varandra. Behandlingen fokuserar främst på samspelet här och nu mellan människan och dess omgivning [1]. MI är en samarbetsfokuserad samtalsform som går ut på att stärka och framkalla en individs motivation till förändring [2].

Två tidigare metaanalyser har rapporterat sammanställningar om behandling av spelproblem. En metaanalys från 2009 av Gooding [3] visade att beteendeterapier (BT) och MI var effektiva vid spelproblem och att beteendeterapier som innehöll kognitiva element (KBT) var något mer effektiva än beteendeterapier som inte innehöll det. En metaanalys från 2012 av Cowlshaw m fl [4] kom fram till att KBT är effektivt för att minska spelproblem på kort sikt, men att det är okänt huruvida behandlingseffekterna består över tid. Under 2016 genomförde Statens beredning

för medicinsk utvärdering (SBU) en metaanalys om effekter över längre tid, upp till 12 månader, av psykologiska och läkemedelsbehandlingar för spelproblem.[5]. Resultaten för psykologiska behandlingar visade att studiedeltagarna förbättrades oftast över tid oavsett om de fick någon behandling eller stod på väntelista. Samtidigt var evidensen tillräcklig för att konstatera att KBT, både fristående respektive i kombination med Motivational Enhancement Therapy (MET, en manualbaserad variant av MI) *möjligen* har effekt på skattad svårighetsgrad av spelproblemen jämfört med kontrollinsatser. Inga övriga slutsatser kunde dras vad gäller behandlingsmetoder som olika former av beteendeterapi, partnerbehandling eller kort rådgivning. Generellt konstaterades att ytterligare forskning är nödvändig för att med större säkerhet fastställa vad som kan vara effektiv behandling för spelproblem.

Samtidigt som forskningsläget för behandling är således oklart, är det viktigt att komma ihåg att forskningsfältet är ungt, och en nyligen publicerad kritisk granskning av fältet pekar på att KBT och korta interventioner möjligen kan ha effekter, ofta på kort sikt, men att det finns stort utrymme och behov av att framöver undersöka nya kombinationer av behandlingar samt webbaserade behandlingar [6].

Telefonstöd

Det finns i dagsläget ett litet antal studier om hur stöd från en hjälplinje för problemspelare kan påverka spelbeteende och angränsande problem. Här redovisas resultaten från tre studier.

En naturalistisk, observationsstudie beskrev könsskillnader bland 86 kvinnor och 64 män efter kontakt med en hjälplinje i Nya Zeeland, med uppföljningsmätningar 3, 6 och 12 månader efter kontakten med hjälplinjen. Resultaten visar att kvinnor upplevde större känslomässigt lidande och lägre livskvalitet än män, men att män tog kontakt med behandlingsinstanser oftare än kvinnor efter hjälplinjekontakten. Både män och kvinnor rapporterade signifikanta förbättringar över tid, i spelbeteenden och i psykosocial hälsa, och detta gällde oavsett behandlingskontakter utöver kontakten med hjälplinjen. Kvinnorna verkar ha uppnått förbättringar enbart med stöd av hjälplinjen, medan män alltså i större grad sökte ytterligare behandling efter kontakten med hjälplinjen [7].

I ytterligare en studie från en hjälplinje på Nya Zeeland som publicerats i rapportform randomiserades hjälpsökande till en av fyra olika behandlingsgrupper: 1) rådgivande samtal (utan MI-komponenter), 2) ett MI-samtal, 3) ett MI-samtal plus en arbetsbok och 4) ett MI-samtal med upp till fyra uppföljande MI-samtal plus en arbetsbok. Alla grupperna förbättrades med avseende på speldagar, pengar nedlagt på spel och behandlingsmålsuppfyllelse vid uppföljningen efter 12 månader, utan någon skillnad mellan grupperna. Subgruppsanalyser visade att personer med mer omfattande problem gynnades av att vara i gruppen som fick ett MI-samtal med möjlighet till upp till fyra uppföljande MI-samtal [8].

En tredje studie av Tse m fl från 2013 jämförde psykologisk rådgivning via telefon respektive personligen. Nittiotvå deltagare med självupplevt problemspelande

rekryterades till studien via annons och lottades till intervention via telefon eller personligen. Båda grupperna förbättrades i samma utsträckning vid tremånaders uppföljning, med avseende på spelbeteende, mätt i pengar spenderade på spel, tid nedlagt på spel och andel av inkomst nedlagt på spel [9].

Författarna i Tses studie från 2013 drar slutsatsen att både telefon- och personlig behandling kan vara lika effektiva. Som jämförelse kan påpekas att resultaten från SBU-rapporten pekar på effekter över tid för alla behandlingar, men utan att några skillnader generellt uppstått mellan dessa. Detta kan innebära att något annat än behandlingen leder till effekterna, till exempel deltagarnas motivation, att de deltar i ett forskningsprojekt, eller tidens gång. Samtidigt bör noteras att effekterna i dessa studier är positiva i den bemärkelsen att spelbeteendena går ner över tid. Detta tyder på att deltagande i behandlingarna inte verkar leda till några negativa effekter, utan att behandling i kombination med motiverade individer är förknippad med positiv beteendeförändring vad gäller problemspelande. I väntan på ytterligare forskning respektive samhällelig utvärdering av läget för forskning och praktik, är MI och KBT fortfarande de metoder som ligger närmast till hands att tillämpa för personer med problemspelande.

Hinder och motivatorer för att söka behandling

Trots att problem med spel om pengar ofta leder till omfattande negativa konsekvenser för den enskilde söker endast 10 % av de som bedöms vara i behov av vård hjälp för sina spelproblem [10]. Några studier har undersökt vilka faktorer som påverkar om man väljer att söka respektive inte söka hjälp för sina spelproblem. Här beskrivs utvalda resultat.

I en studie kontaktades 143 personer två månader efter att de hade ringt en hjälplinje för personer med spelproblem, och tillfrågades om de sedan dess sökt behandling för sina problem. Det visade sig att finansiella problem och tidigare erfarenheter av behandling för sina spelproblem predicerade vem som sökte behandling efter samtalet med hjälplinjen [11]. Vad som motiverar och hindrar spelare från att söka hjälp var fokus för en tidigare studie med 77 deltagare. Hjälpseekande beteende drevs främst av att individen hade hamnat i en krissituation och inte av ett gradvist erkännande av att man har spelproblem. Författarna identifierade skam, förnekelse och sociala faktorer som främsta faktorer till att individen inte söker hjälp för sina spelproblem [12]. Liknande faktorer har identifierats i en studie som jämförde 125 hjälpseekande från en hjälplinje med icke-104 hjälpseekande [13] och en som undersökte 730 personer med spelproblem från allmänna befolkningen [14]. Dessa konstaterar att de vanligaste anledningarna till att individen inte söker hjälp för sina spelproblem är att den vill lösa problemet på egen hand eller är för stolt för att söka hjälp, känner skam inför sig själv eller familjen, eller att inte upplever att problemet är tillräckligt omfattande och därför motiverar behovet av extern hjälp. Faktorer som däremot motiverar spelare till att söka hjälp för sina spelproblem är negativa ekonomiska konsekvenser och oro för att de nuvarande spelproblemen ska utveckla sig till mer omfattande problem.

Stödlinjens arbetssätt

Stödlinjen erbjuder rådgivning utifrån ett förhållningssätt som i huvudsak baseras på MI, genom telefon, chatt och e-post. Linjen erbjuder inte återkommande kontakter, men den inringande uppmanas vid framtida behov ringa tillbaka till linjen.

De konkreta råd som ges i kontakten med linjen skiljer sig beroende på om det är en person som själv har spelproblem eller om det är en person som tar kontakt med linjen med anledning av en närstående persons spelande.

Råden till spelare brukar handla om:

- Självbegränsande åtgärder, så som självavstängning eller installation av spelblock.
- Hur individen kan hantera spelsug och tankar på spel
- Hur individen kan hantera sin ekonomi
- Hur individen kan hitta alternativa spelfria aktiviteter
- Hänvisning till behandling och/eller självhjälsgrupper

Råden till anhöriga brukar handla om:

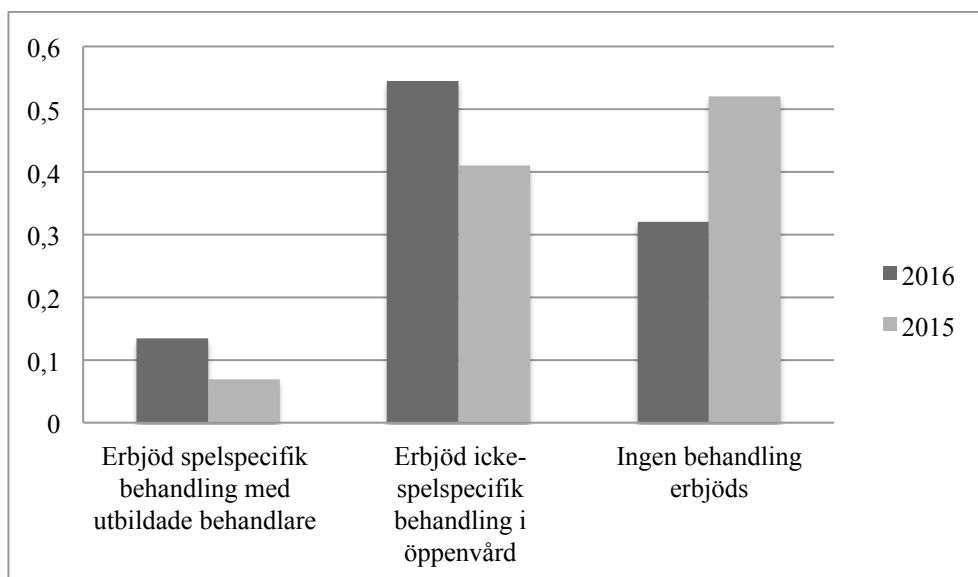
- Kommunikationsfärdigheter
- Ekonomi
- Att uppmuntra alternativa spelfria aktiviteter hos den som spelar
- Att ta hand om sig själv
- Hänvisning till anhörigstöd och/eller självhjälsgrupper

Hänvisning

En del av Stödlinjens arbete innefattar att hänvisa personer med spelproblem och deras anhöriga/närstående till externa hjälpinsatser. För att kunna göra detta så effektivt som möjligt har Stödlinjen upprättat ett register över tillgängliga hjälpinsatser, framförallt inom ramen för offentlig vård via kommuner och landsting. Kartläggningen av hjälpinsatserna omfattar dels olika behandlingsalternativ i öppenvård, dels det som erbjuds via brukarföreningar samt också budget- och skuldrådgivning. Registret uppdateras regelbundet för att kunna ge så bra hänvisningar som möjligt.

I mars 2016 blev den senaste *fullständiga* uppdateringen av kommunernas behandlingsutbud klar, avseende utbudet under 2015. Då erbjöd 7 % av landets kommuner behandling för spelproblem, där behandlarna hade utbildning i spelberoendeproblematik. Utöver dessa erbjöd 41 % av kommunerna allmän behandling för problemspelare inom befintlig öppenvård, utan att denna var specifik för spelproblem. Ytterligare 52 % erbjöd inte någon behandling alls till personer med spelproblem. Kartläggningen omfattade 286 av landets 290 kommuner. I mars 2017 blev denna information uppdaterad avseende utbudet under 2016 för 182 av landets kommuner, och vid denna skrivning är det 13 % (39 kommuner) som erbjuder specifik spelbehandling, 54 % (158 kommuner) som erbjuder någon form av övrig behandling, och 32 % (93 kommuner) som inte

erbjuder någon behandling alls till personer med spelproblem. Således är det nästa dubbelt så många kommuner som enligt senast tillgängliga uppdateringen i mars 2017 erbjuder spelspecifik behandling jämfört med tidigare, men det kan konstateras att den breda majoriteten - 87 % - inte erbjuder någon spelspecifik behandling. Se figur 1 för en jämförelse mellan 2015 och 2016.



Figur 1. Fördelning av vårdutbud under 2015 och 2016 bland landets kommuner (i andelar).

Tjänster

Stödlinjen har under 2016 erbjudit rådgivning via telefon, chatt och e-post. Under vardagar är telefon- och chattservicen öppen mellan 9-21. Dag före helgdag är telefon- och chattservicen öppen mellan 9-18. E-post har besvarats inom 24 timmar på vardagar och nästkommande vardag för meddelanden som kommit in under helgtid. Via webbplatsen erbjuds sedan två år tillbaka ett självtest med återkoppling på spelvanor samt ett 10-veckors självhjälpsprogram baserat på MI, KBT och återfallsprevention.

Information och rådgivning på andra språk

Rådgivning via tolk erbjuds på 100 språk/dialekter. Tolksamtal bokas in i förväg.

Bemanning

Vid denna skrivning i mars 2017 bemannas Stödlinjen med 12 rådgivare som arbetar i olika omfattning, dock arbetar ingen mer än 50 % i linjen för att försäkra en god psykosocial arbetsmiljö. Rådgivarna är folkhälsovetare, beteendevetare, socionomer och psykolog-, läkar- eller sjuksköterskekandidater. Linjen bemannas med två rådgivare mellan klockan 9 och 21, alla vardagar, med kortare öppettider dagen före helgdag. En jourfunktion finns också, där en tredje rådgivare tjänstgör vid tillfällen under månaden eller dagen då det är känt att belastningen vid linjen är

hög. I skrivande stund pågår en nyrekrytering på en omsättning som härrör från utexaminering från pågående utbildningar, förestående föräldraskap, mm.

Kvalitetssäkring

Alla rådgivare får vid nyanställning grundläggande utbildning i MI med anpassning till spelproblematiken. Utbildningen omfattar också övriga relevanta områden som till exempel bemötande av personer med suicidtankar, skuld- och budgetrådgivning, och anhörigstöd. Utöver den teoretiska utbildningen tillkommer inskolning vid minst 15 handledda pass på linjen. I Stödlinjens program för bibehållande av kompetens och dess utveckling får alla rådgivare regelbunden handledning i MI samt särskild fallhandledning i övriga frågor som uppstår kring rådgivningen. Under denna fallhandledning, som sker i grupp, diskuteras specifika klientfall i lärandesyfte och för att stärka rådgivarnas gemensamma förhållningssätt till de som kontakter linjen. Regelbunden fortbildning sker också om särskilt aktuella ämnen, som till exempel fördjupad kunskap om bemötande av suicidbenägna personer samt bemötande av anhöriga till personer som uppfattas spela för mycket dataspel.

Ett viktigt led i kvalitetssäkringen av MI-samtalen är den regelbundna samtalskodningen. Samtalen skickas in för kodning till MIQA-gruppen (Motivational Interviewing Quality Assurance-gruppen, <https://www.miqagruppen.org/>), vid Kompetenscentrum för psykoterapi vid Centrum för psykiatriforskning. Kodningen avser i vilken utsträckning rådgivaren varit till effektivt stöd för att främja beteendeförändring utifrån klientens uttryckta behov. Samtalen bedöms bland annat utifrån de relationella variablerna *empati* och *samarbetsanda* samt de tekniska variablerna *främja förändringstal* och *dämpa vidmakthållandet*. Varje rådgivare skickar in minst fyra samtal för kodning per termin, varav minst två ska vara godkända utifrån kodningsförfarandet. Återkoppling lämnas till rådgivarna i samband med handledningstillfällena angående i vilken utsträckning samtalet kan sägas vara förenliga med MI. I handledningen ingår stöd till rådgivaren för att utveckla sina färdigheter i MI och rådgivare med icke-godkända samtal får ytterligare handledning. Handledningen genomförs av medarbetare vid Stödlinjen som genomgått utbildning för att lära ut MI genom Motivational Interviewing Network of Trainers (MINT).

Kommunikation, seminarier och extern fortbildning under 2016

Januari

Representant från Stödlinjen påbörjade sitt årlånga deltagande i Socialstyrelsens kunskapsgrupp om identifiering och behandling av spelproblem.

Representant från Stödlinjen fortsatte sitt deltagande i referensgruppen kring den aktuella departementsutredningen om reglering av spelmarknaden.

April

Stödlinjen presenterade 2015 års statistik för SPER:s styrelse.

Stödlinjen deltog i Oberoende Spelsamverkans årliga möte och presenterade 2015 års statistik.

Stödlinjen deltog i möte inom nätverket MIKE, vars syfte är att utbyta erfarenheter och kompetens inom MI, med fokus på utbildning, övningar och handledning. Ett sekundärt fokus är att uppdateras om ny forskning, relevanta rapporter, artiklar mm. Deltagare är främst MI-tränare som arbetar med utbildning och/eller handledning i MI och har anställning på Centrum för epidemiologi och samhällsmedicin (CES) eller CPF, båda inom Stockholms läns landsting.

Maj

Stödlinjen deltog i nätverksmöte för GARN (Gambling Research Network).

Juni

Stödlinjen publicerade tertialrapporten för januari-april 2016.

September

Stödlinjen deltog i panel på Spelakademin samt intervjuades i Visby (länk <http://spelakademin.se/filmer-spelakademin/>, scrolla längst ner på sidan för ett antal intervjuer inklusive med projektledaren).

Oktober

Stödlinjen deltog i seminarium för myndighetsstödda hjälplinjer anordnat av Nationellt centrum för kvinnofrid vid Uppsala universitet.

Stödlinjen föreläste om ”Vägen till spelproblem, hur hjärnan påverkas och stöd-/behandlingsmöjligheter” på Drogfokus konferensen i Uppsala.

Stödlinjen publicerade tertialrapporten för maj-augusti 2016.

Stödlinjen publicerade ett pressmeddelande genom Stockholms läns landsting, om ökat nätkasinospel enligt tertialrapporten för maj-augusti 2016.

Stödlinjen deltog i möte för nätverket MIKE, se ovan under april.

Utbildning

Två medarbetare deltog på Svenska spels forskningsdag.

November

Stödlinjen föreläste om verksamheten på spelbehandlarutbildningen anordnad av Centrum för psykiatriforskning.

Projektledaren för Stödlinjen intervjuades om spelberoende i Mediaplanet bilaga till Aftonbladet om Beroende & missbruk, där även de andra hjälplinjerna vid Stockholms läns landsting deltog.

December

Representant från Stödlinjen tillfrågades om deltagande i expertgrupp för rekommendationer om stöd och behandling för spelproblem, som Socialstyrelsen kommer att sammanställa under 2017.

Under hela året

Många kontakter förekom med studenter på gymnasienivå och högskola/universitet som i sina studier skriver om spelproblem på olika sätt. Stödlinjen svarade på frågor utifrån aktuella kunskaper och erfarenheter.

Metodutveckling

Hemsida

En genomgående uppdatering gjordes i januari 2015 av Stödlinjens hemsida, med anpassning för mobila enheter och helt nytt utseende. Innehållet delades upp i riktad information för personer som själva har spelproblem, närstående till personer med spelproblem och allmän information inklusive för yrkesverksamma. Samtidigt tillkom ett självtest med individuell återkoppling samt ett 10-veckors självhjälpsprogram baserat på MI, KBT och återfallsprevention.

Under hösten 2016 fattades beslut om ny grafisk profil för Stödlinjens hemsida, med lansering i mars 2017.

Ny statistikdatabas

Under 2016 slutfördes arbetet med att skapa Stödlinjens nya, ändamålsenliga statistikdatabas för det löpande arbetet. Bakgrunden till detta projekt är att Stödlinjens rådgivare registrerar information om varje telefon-, chatt- eller mejlkontakt i en databas. Denna information ligger till grund för den statistisk som presenteras i Stödlinjens årsrapport och tertialrapporter. En ny statistikdatabas har behövts eftersom data om de tre olika typer av kontakter som sker vid Stödlinjen – telefoni, chatt och mejl – har till och med 2016 av rådgivarna matats in i tre olika databaser. I den nya databasen matar rådgivarna in information från alla typer av kontakter i en enda databas som täcker hela behovet av datainsamling.

Årsrapporten för 2016 är den sista som bygger på den gamla databasen, då den nya databasen infördes den 1 januari 2017 enligt plan.

Information ges här om de tre databaser som ligger till grund för årets rapport. Databasen för *telefoni* togs fram av Folkhälsomyndigheten tillsammans med dåvarande Spelinstitutet 2009. Frågorna i databasen påminner i stort om det som används i folkhälsoundersökning SWELOGS avseende demografi, spelformer och negativa konsekvenser på grund av för mycket spelande. Utifrån Stödlinjens verksamhet och samtalen karaktär har antalet frågor upplevts vara för många, och en del är irrelevanta. Eftersom svarsfrekvensen varierar kraftigt mellan olika frågor har det också varit svårt att ta fram beskrivande statistik från insamlad data.

Databasen för *chattar* har funnits i ett separat system och baseras på färre frågor som inte är samstämmiga med frågorna för telefoni. Informationen från *mejl* har inte registrerats i samband med mejlet utan sammanställts i efterhand med enbart översiktlig information om huruvida det är spelare, anhöriga eller andra personer som tagit kontakt och vad mejlet handlat om.

I den nya databasen förekommer identiska frågor för alla typer av kontakter, oavsett om dessa kommer via telefoni, chatt eller mejl. De nya registreringarna sparas alla i samma databas. Insamlade data ska möjliggöra beskrivande statistik som kan spegla utvecklingen på spelmarknaden och ge ett tillförlitligt kunskapsunderlag till Stödlinjens intressenter. Mer information om tillvägagångssättet vid etablerandet av den nya databasen finns i Stödlinjens förra årsrapport avseende 2015.

Del 2. Inkommande kontakter

Under denna rubrik beskrivs alla inkommande kontakter via telefoni, chatt och mejl. Som framgått ovan registreras den information som framkommer i kontakterna till Stödlinjen manuellt av rådgivarna i en av tre statistikdatabaser.

Utöver de manuella statistikdatabaserna finns ytterligare en källa till statistik, nämligen tekniska databaser där alla inkommande kontakter till Stödlinjen registreras helt automatiskt. Det är viktigt att observera att en diskrepans uppstår varje år mellan antalet inkommande kontakter som automatiskt registreras i de tekniska databaserna, och de som registreras manuellt. Kontakterna består nämligen delvis av felringningar för telefoni, oidentifierade kontakter för chattar och oregistrerat innehåll i mejl.

Det totala antalet inkommande kontakter för år 2016 bestod av 3084 telefonsamtal, 1446 chattar och 564 e-brev, d v s 5094 kontakter. Av dessa besvarades 2815 kontakter personligen av rådgivarna vid Stödlinjen och registrerades i databaserna. Dessa ”genuina” kontakter sammanfattas i tabell 1.

Tabell 1. Sammanfattning av personligen besvarade inkommande kontakter för 2016

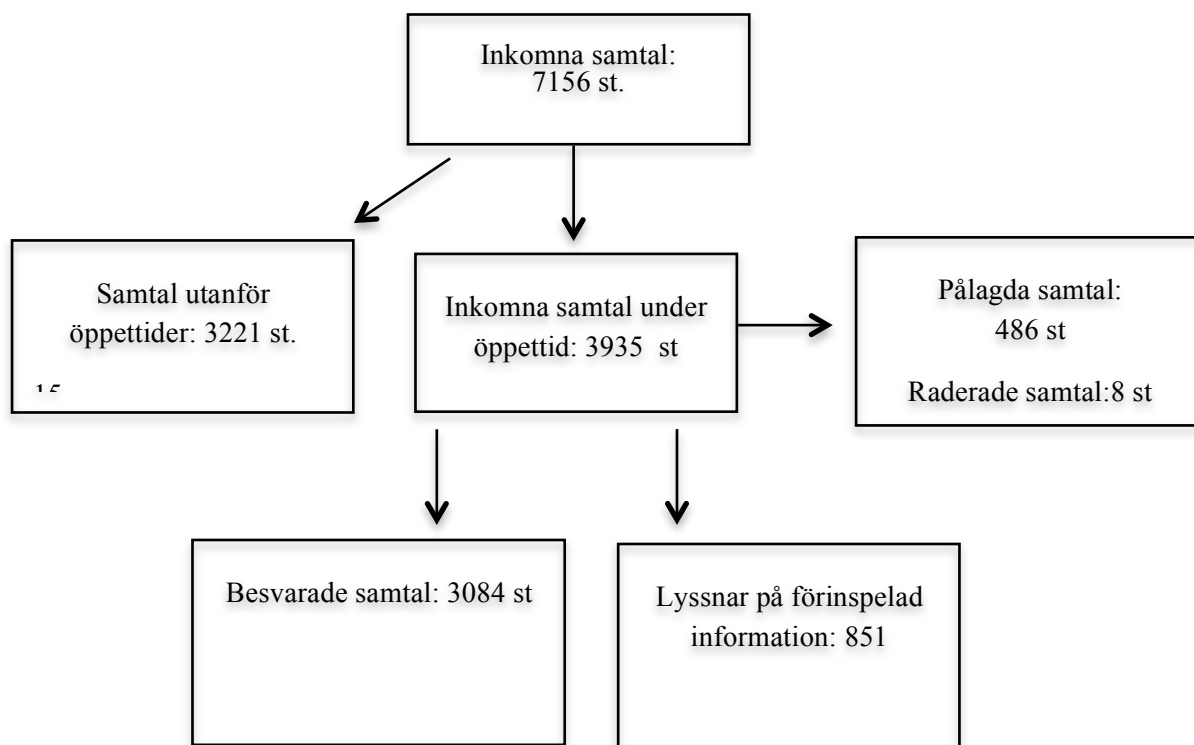
	Telefoni (n,%)	Chatt (n, %)	e-Brev (n, %)	Totalt ^a
Spelare	709 (48 %)	493 (60 %)	245 (47 %)	1447
Anhöriga	694 (47 %)	267 (32 %)	164 (32 %)	1125
Övriga	70 (5 %)	62 (8 %)	111 (21 %)	243
Totalt	1473 (52 %)	822 (29 %)	520 (19 %)	2815 (100 %)

a. Fördelningen mellan spelare, anhöriga och övriga kontakter är 51 %, 40 % respektive 9 %.

Telefoni enligt den tekniska databasen

Följande siffror härstammar från den tekniska databasen över samtalen, som ingår i telefonisystemet. Under 2016 inkom 7650 samtal till Stödlinjen, där 486 samtal var pålagda och 8 raderades. Därmed ringdes 7156 samtal in till Stödlinjen varav 3935 samtal under öppettiderna och 3221 utanför öppettiderna. Av samtalen på dagtid lyssnade 851 på förinspelat innehåll i telefonsvararen. Därmed ledde de 3084 besvarade samtalen till någon form av åtgärd (se figur 2). De besvarade samtalen var 4 % färre 2016 jämfört med 2015, då 3216 samtal besvarades (se tabell 2). Ett stort antal samtal inkom utanför öppettiderna, 3221 under 2016, att jämföra med 4092 år 2015 respektive 2876 under år 2014 (se tidigare årsrapporter).

En separat analys visar fördelningen per månad respektive dag (se fig. 3-4 nedan).



Figur 2. Inkommande samtal under 2016.

Tabell 2. Inkommande samtal 2013-2016

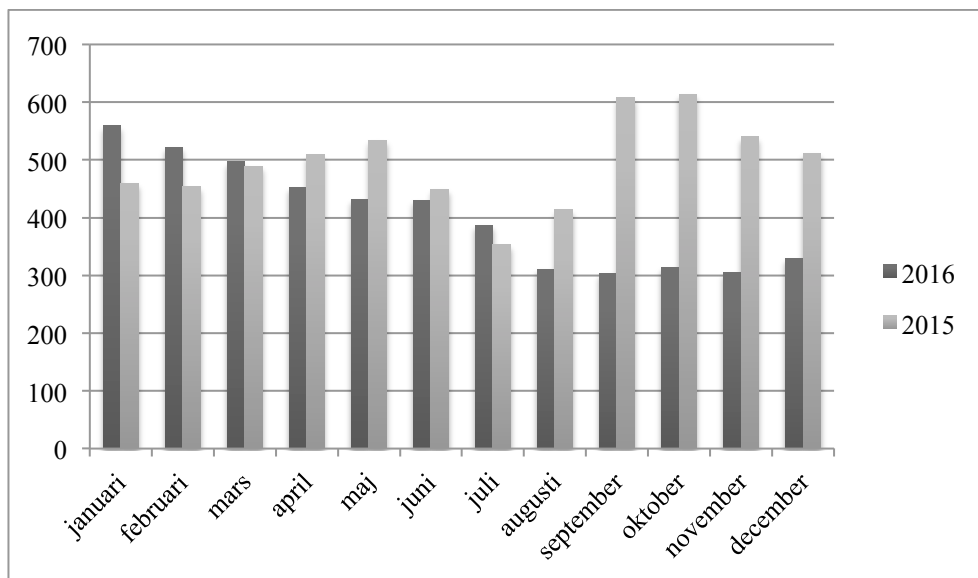
	2016	2015	2014	2013
Inkomna samtal (totalt)	7650	8 339	8 504	8 141
Inkomna samtal under öppettider	3935	4247	5 608	5 981
Besvarade samtal	3084	3216	3 913	2 776

Telefonsamtal per månad och dag

Statistiken över telefonsamtalsflödet går också att följa per dygn och månad genom den tekniska databasen. Här redovisas inkommande samtal under Stödlinjens öppettider mellan 9 och 21 för varje månad (fig. 3), veckodag (fig. 4), samt för varje veckodag uppdelat i förmiddags-, eftermiddags- och kvällspass (fig. 5).

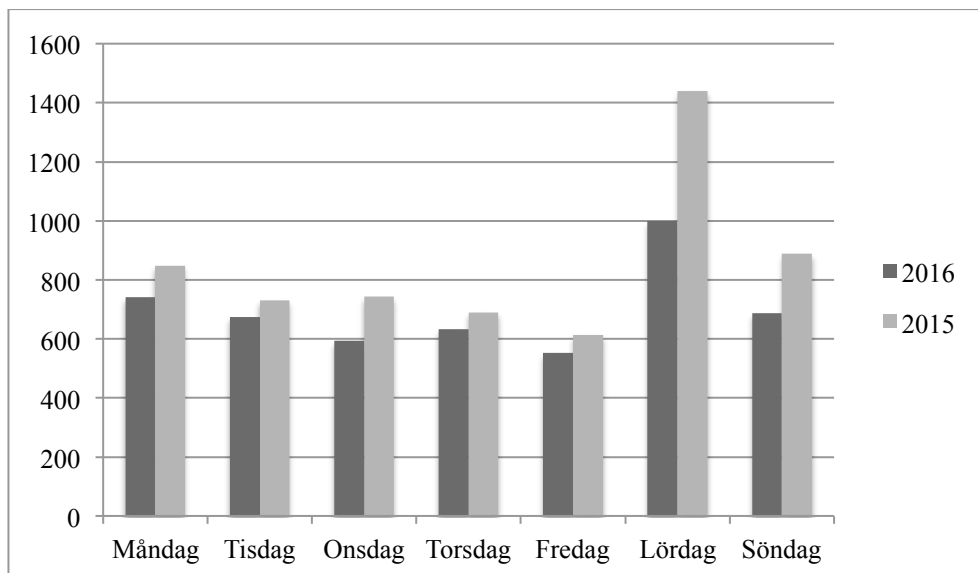
Vad gäller månadsstatistiken var den högsta belastningen för 2016 i månaderna januari och februari drygt 500 samtal per månad. Vanligen är de månader med

minst samtal juli och augusti varje år, med drygt 300 samtal per månad. Under 2016 skedde en uppenbar förändring från och med augusti 2016, då antalet inkommande samtal för 2016 gick ner med 23 % jämfört med 2015. Som jämförelse skedde ökningen för hela 2016 vad gäller inkommande chattar (23 % mer) och e-brev (8 % mer), se nedan under Inkommande e-kontakter.



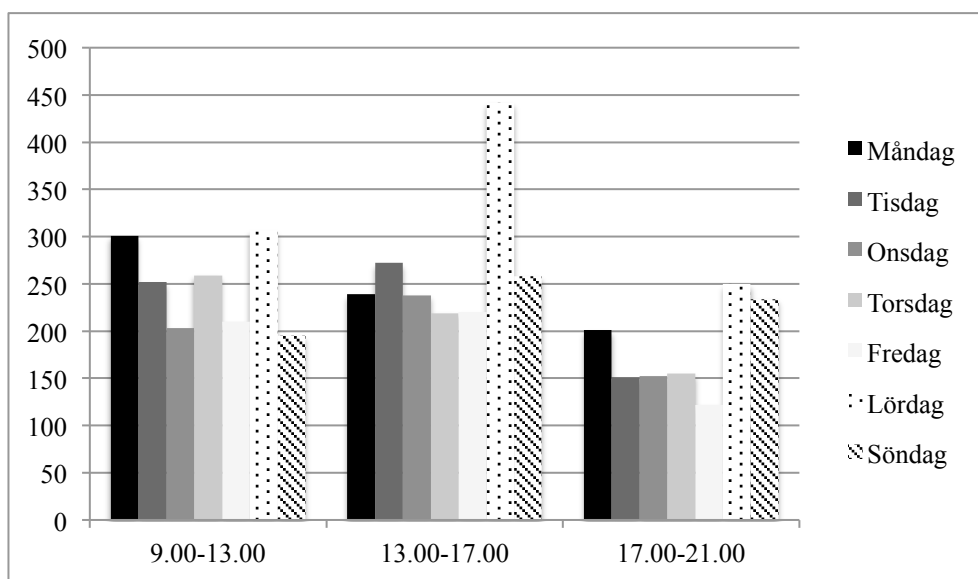
Figur 3. Inkommande samtal under 2015 (n=5934) och 2016 (n=4840), fördelade per månad

När det gäller samtal per dag, framgår det i figur 4 att den största belastningen av samtal är på lördagar, då ca dubbelt så många samtal inkommer jämfört med vardagar. På lördagar och söndagar har Stödlinjen dock stängt.



Figur 4. Inkommande samtal under 2016, fördelade per veckodag, totalt n=5952 för 2015 och n=4880 för 2016.

I figur 5 visas telefonistatistiken per veckodag och linjepass. Belastningen är allra högst på lördagseftermiddagar mellan 13 och 17.



Figur 5. Inkommande samtal under 2016, fördelade på morgon, eftermiddag och kväll under öppettiderna, veckodag, n=4880 för 2016.

Telefoni enligt statistikdatabasen

I detta avsnitt presenteras den information som registrerats i statistikdatabasen, som rådgivarna således matat in manuellt. Särskilt fokus läggs på variabler som rör spelaren och den anhörige samt de negativa konsekvenser som spelandet leder till. En viss andel av samtalen handlar också om dataspelande.

Begränsningar i datakvalitet

Informationen som av rådgivarna matas in i statistikdatabasen bygger i första hand på information som explicit uttalats av den som har kontaktat Stödlinjen. Frågor om till exempel huruvida spelandet har påverkat det psykiska måendet eller om det har inneburit försämrade relationer till anhöriga har i viss mån varit beroende av rådgivarens kvalitativa bedömning.

Vid kontakt med Stödlinjen är den som ringer in anonym, vilket innebär att rådgivarna inte nödvändigtvis vet om den som kontaktar Stödlinjen gör det för första gången eller har gjort det tidigare. Dessutom kan både den som själv spelar och den som är anhörig kontakta Stödlinjen och lämna information om samma person, vilket kan alltså innebära en dubbelregistrering av samma person i databasen. Därför är det troligt att en del registrerade svar har inkommit från samma individ eller via anhöriga vid flera olika tillfällen. Oftast saknas information när frågan inte har berörts i samtalet.

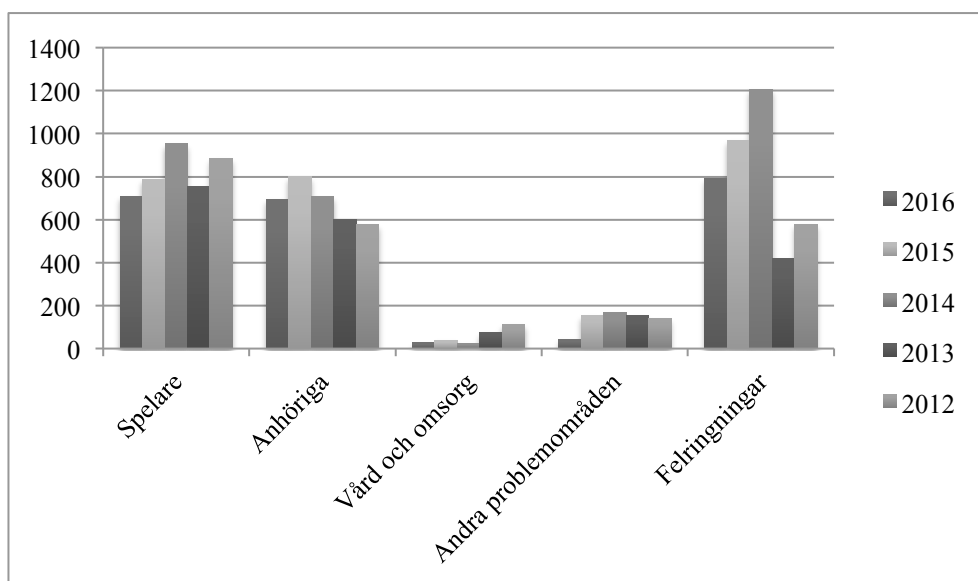
Vissa frågor har en högre svarsfrekvens än andra, exempelvis är antalet registrerade svar högre för kön än för spelvanor. En fråga med hög svarsfrekvens i jämförelse med det totala antalet individer i den specifika gruppen som ringer Stödlinjen bör ge ett bättre underlag till att uttala sig om hur det ser ut för hela gruppen. Få registreringar i en fråga leder till osäkerhet runt hur man ska se på registrerade data. Att en fråga inte kommer upp i så många samtal betyder inte att

den saknar relevans för spelare och anhöriga. Svaret på sådana relevanta frågor samlas dock inte in systematiskt eftersom det är inringarens behov som styr innehållet i samtalet.

Övergripande information om de registrerade samtalen

Vem har ringt?

De som ringer till Stödlinjen och berör spelrelaterade frågor kan delas in i fem huvudkategorier: spelare, anhöriga, behandlare från vård och omsorgssammanhang, andra personer med frågor om spel om pengar, samt felringningar. Under 2016 har sammanlagt 3084 besvarade samtal registrerats i den tekniska databasen för telefoni. Av statistikdatabasen, där rådgivare registrerat samtalen, framgår att 709 av dessa samtal kom från spelare, 694 var anhörigsamtal, 26 var samtal från vård- och omsorgssektorn, 44 rörde andra problemområden, och 792 var felringningar. Utöver dessa fanns 819 oregistrerade samtal. Felringningarna har gradvis minskat sedan oktober 2015 då telefonsvararen anpassades till att hänvisa till flera olika spelbolag, därför att många felringningar handlat om önskan att komma i kontakt med spelbolag, inte med Stödlinjen. De i statistikdatabasen registrerade spelar- och anhörigsamtalen minskade med 17 % mellan 2015 och 2016. En översikt av fördelningen under åren 2012-2016 visas i figur 6.



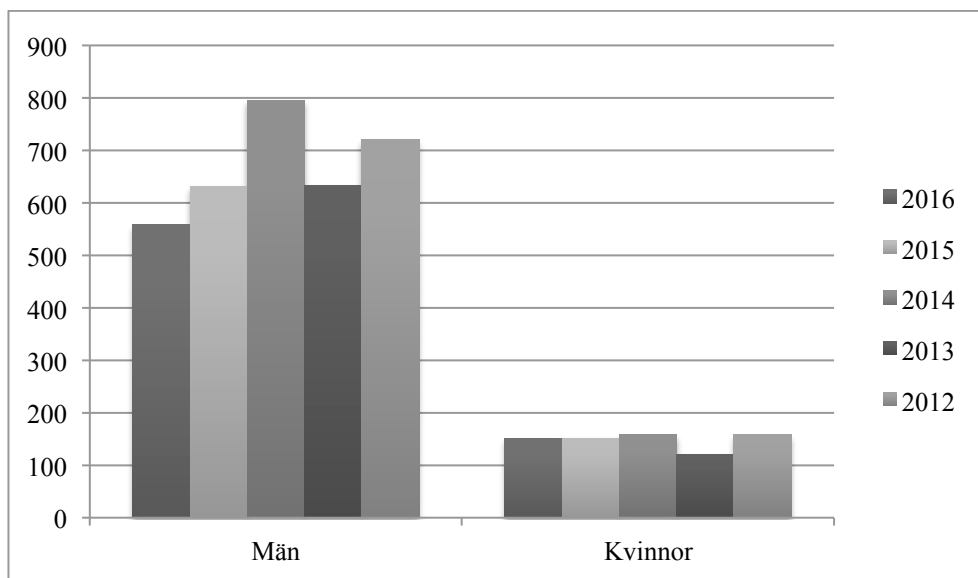
Figur 6. Typ av samtal till Stödlinjen 2012-2016 (i antal)

Vad vet vi om spelaren?

Kön

Män var i majoritet (79 %) bland de spelare som kontaktade Stödlinjen under 2016 och 21 % var kvinnor. Som framgår av figur 7 sjunker antalet män under åren medan antalet kvinnor är stabilt. Källan till det lägre antalet samtal till Stödlinjen

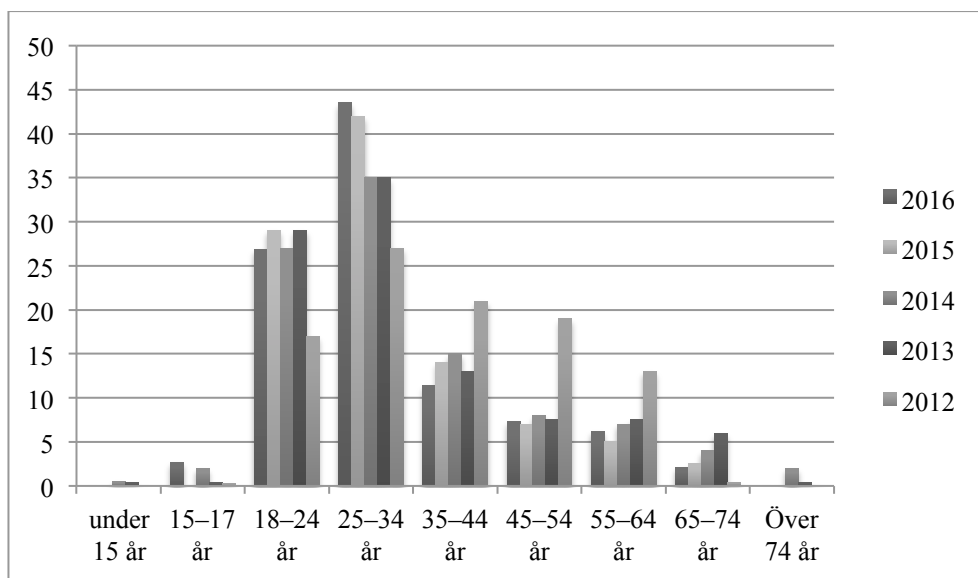
tycks därför bero på att antalet inringande män gradvis sjunkit under åren. När det gäller andelen kvinnor och män över tid, ökar andelen kvinnor som ringer in, t ex från 17 % 2014 till 21 % under 2016.



Figur 7. Könsfördelning bland inringande spelare 2012-2016 i antal per år (n=709 för 2016)

Ålder

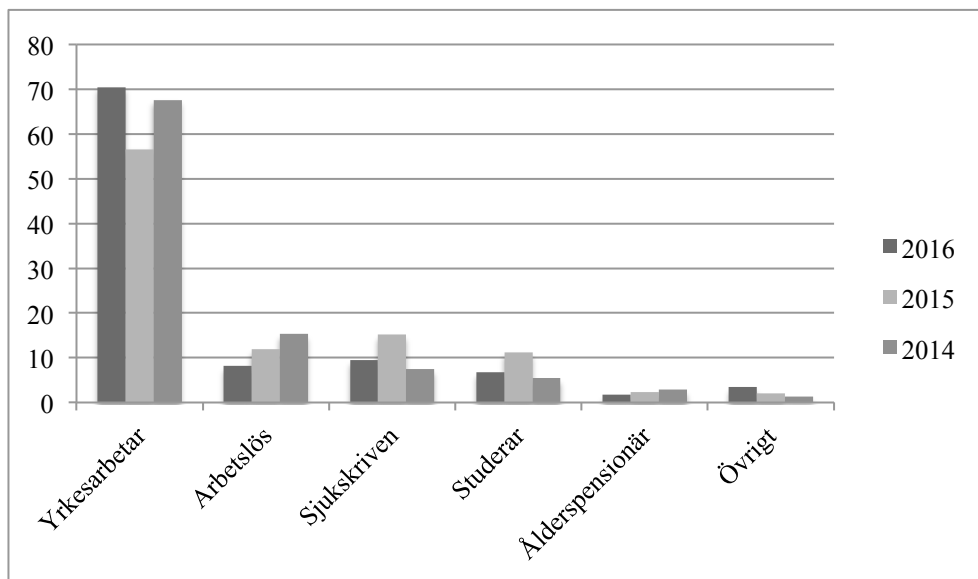
Ålderskategorin 25 – 34 år (44 %) var mest representerad bland spelarna under 2016 och andelen spelare i denna ålderskategori ökade från 35 % 2014. Se figur 8.



Figur 8. Åldersfördelning bland inringande spelare 2012-2016 (andelar i %), n=193 för 2016.

Sysselsättning

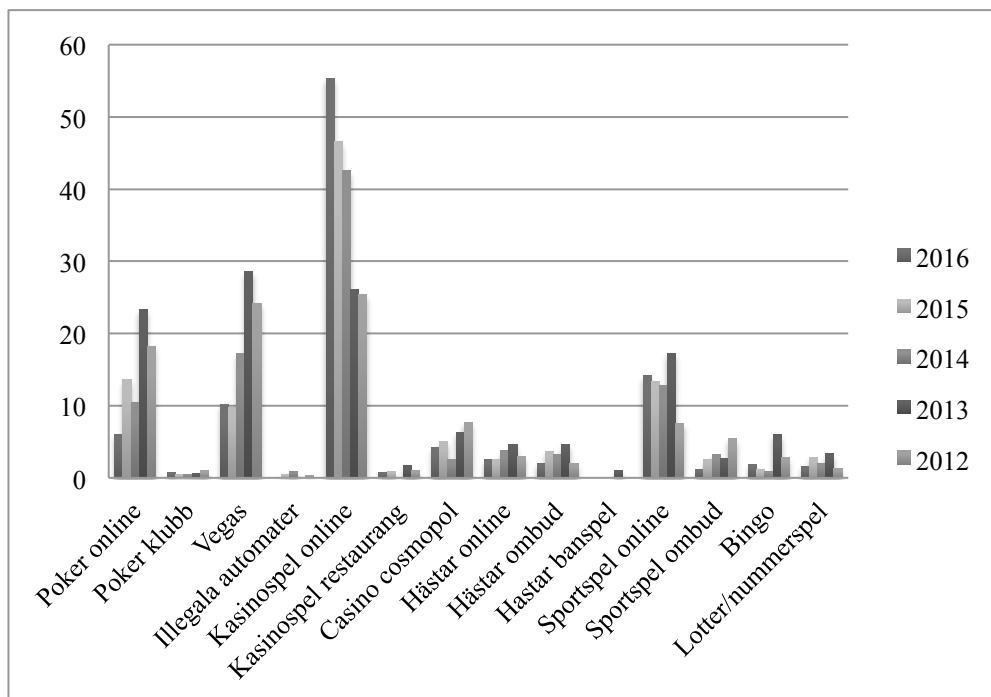
En majoritet (70 %) av de som kontaktar Stödlinjen om egna spelproblem uppger att de yrkesarbetar på heltid. Bland de övriga uppger drygt 9 % att de är sjukskrivna och 8 % att de är arbetslösa. Ytterligare 7 % uppger att de är studenter, knappt 2 % att de är pensionärer, och drygt 3 % ”övrigt”. Andelen yrkesarbetande är lite högre 2016 jämfört med 2014, efter en dipp med 11 % för 2015 jämfört med 2014. För att summera har andelen yrkesarbetande, bland de som uppger sysselsättning, ökat för 2016. Se figur 9.



Figur 9. Sysselsättning bland inringande spelare 2014-2016, andelar i %, n=294 för 2016

Spelformer

Figur 10 visar huvudsakligt problemspel i de spelarsamtal där detta har framgått (430 personer). De tre vanligaste spelformerna är i fallande ordning: kasinospel online (55 %), sportspel online (14 %) och Vegas (10 %). Mellan 2012 och 2016 har andelen som anger kasinospel online som sitt primära problemspel ökat från 25 % till 55 %. Under samma period har andelen som angett Vegas som sitt primära problemspel minskat från 24 % till knappt 10 %.



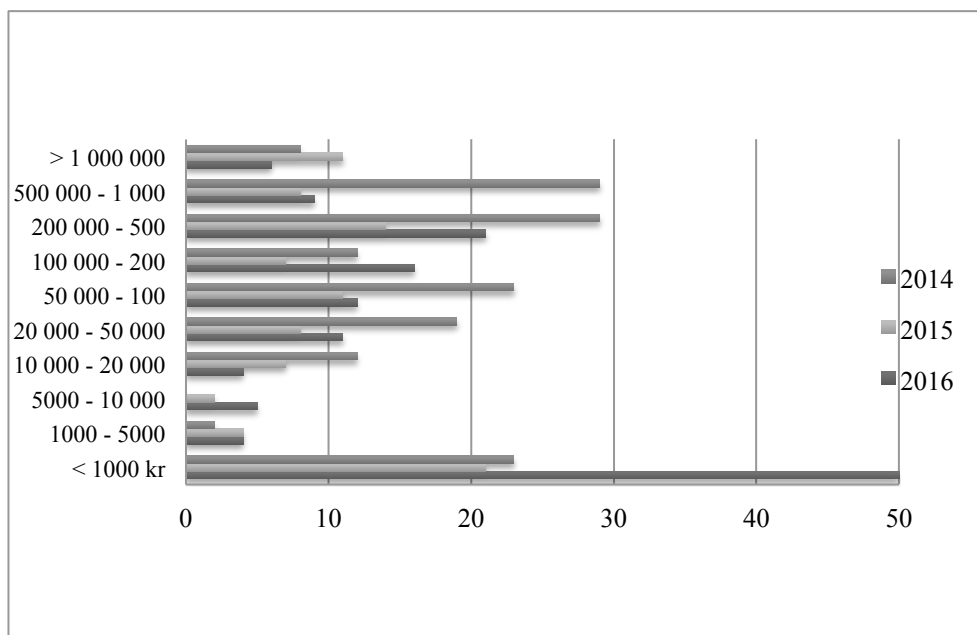
Figur 10. Spelformer 2012-2016 (andelar i %), n=430 för 2016

Spelrelaterade negativa konsekvenser

Ekonomiska konsekvenser

Negativa ekonomiska konsekvenser är vanliga bland de som kontaktar Stödlinjen om sitt eget spelande. Bland de 124 som uppgett information om ekonomiska konsekvenser berättade 48 % att de fått betalningsanmärkningar på grund av sitt spelande. Dessutom uppgav 48 % att spelandet lett till inställda köp och aktiviteter för familjen.

Den totala andelen spelare som uppgett storleken på sin spelrelaterade skuld, 138 personer, motsvarar 19 % av de spelare som ringt in. Bland dessa har 36 individer nämnt att de har en skuld över 200 000 kr och upp till över en miljon svenska kronor. En översikt visas i figur 11.



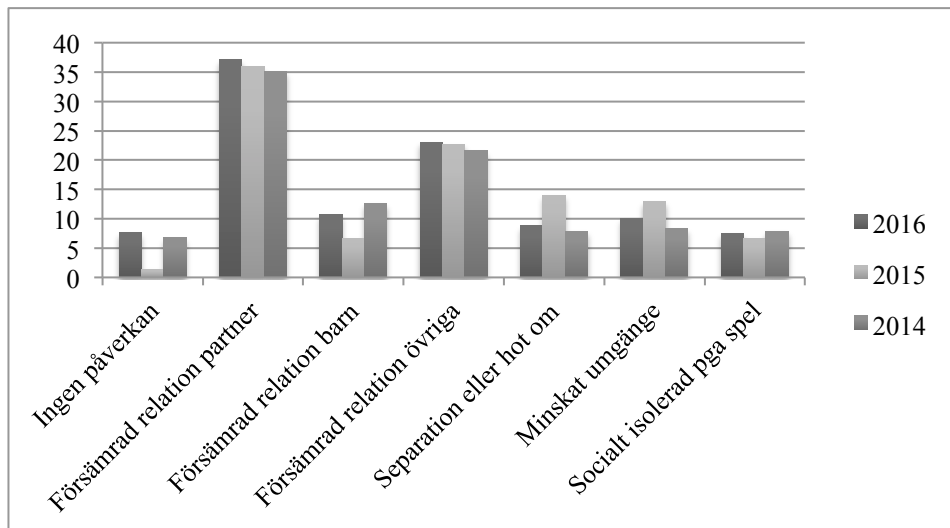
Figur 11. Spelrelaterade skulder i kronor bland inringande spelare 2014-2016 i antal, n=138 för 2016.

Konsekvenser för den psykiska hälsan

Av de 709 spelare som registrerats i Stödlinjens manuella statistikdatabas under 2016 har 192 individer uppgett information om hur de uppfattar sin psykiska hälsa. Av dessa 192 uppgav 2 % att hälsan var god, 6 % att den varken var bra eller dålig och drygt 92 % uppgav att den var dålig.

Konsekvenser för relationer

I figur 12 redovisas de svar som angivits gällande spelarnas relationer. Det är möjligt att ange flera svarsalternativ vilket innebär att basalet är baserat på det totala antalet svar inom kategorin. Försämrade relationer till sin partner, anhöriga och vänner har varit de mest frekvent förekommande under alla år som redovisas, 2014-2016.



Figur 12. Sociala konsekvenser för inringande spelare 2014-2016 (andelar i %), n=318 för 2016.

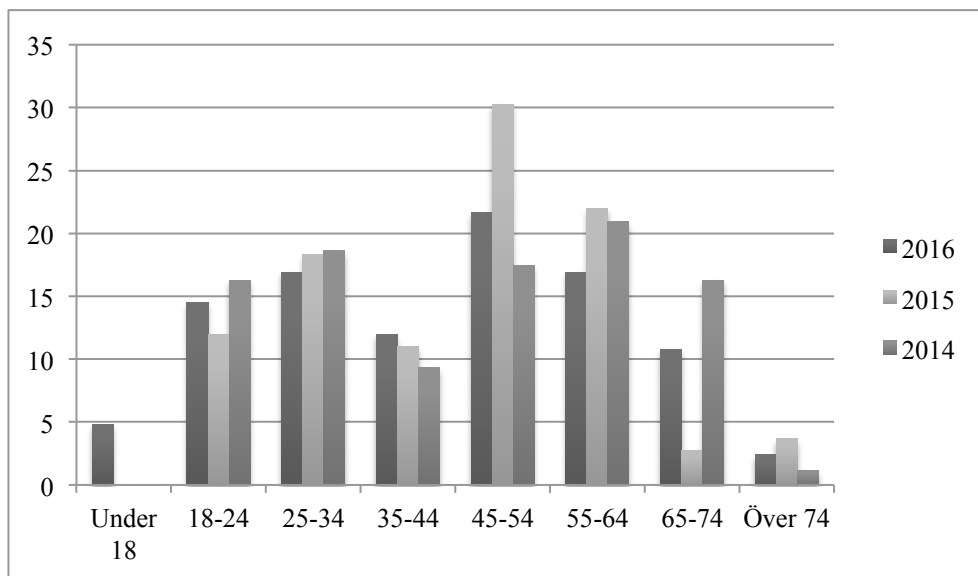
Aktuellt spelande

I kontakten med Stödlinjen under 2016 har 245 spelare förmedlat information om huruvida de förändrat sina spelvanor innan de kontaktat linjen. Bland dessa uppgav 49 % att de inte förändrat sina spelvanor, 19 % att de minskat på sitt spelande, 3 % att de minskat på sitt problematiska spelande men fortsatt med annat spelande och 28 % uppgav att de slutat spela helt.

Anhöriga

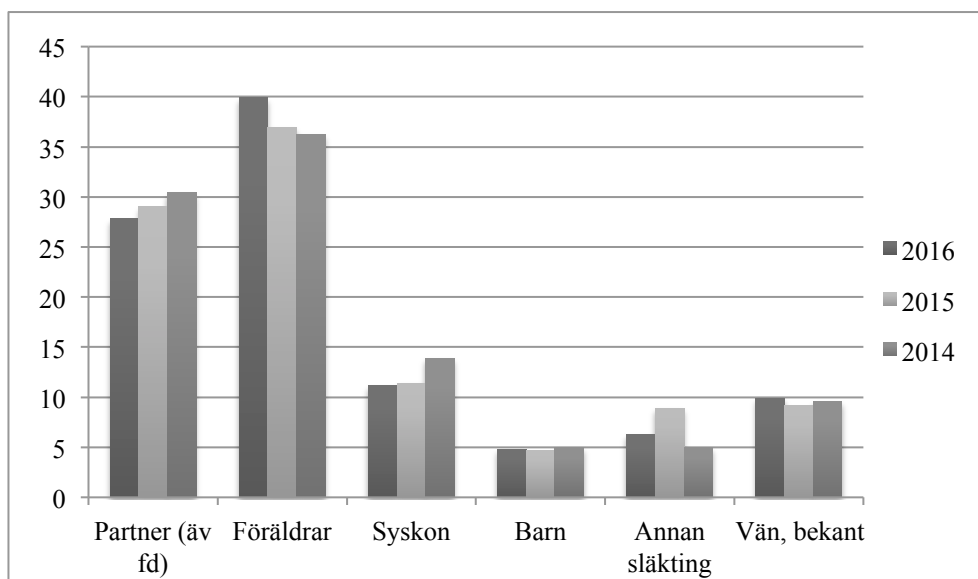
Under 2016 registrerade Stödlinjen 694 samtal från anhöriga till spelare, således 22,5 % av de inkommande besvarade och registrerade samtal. För 689 av anhörigsamtalen registrerades kön på den inringande och i 69 % av fallen var den anhöriga en kvinna.

För åldersfördelning bland anhöriga se figur 13. Ungefär hälften av de anhöriga är 45 eller äldre, och hälften yngre. Nytt för 2016 är att 4 anhöriga personer under 18 år hört av sig till Stödlinjen.



Figur 13. Åldersfördelning bland inringande anhöriga 2016, 2015 och 2014 (andelar i %), n= 83 för 2016.

I figur 14 visas vilken relation den anhörige har till spelaren. Mest förekommande är föräldrar (40 %) och partners (28 %) till spelare. Det tycks finnas en trend mot att en större andel föräldrar ringer medan andelen partners respektive syskon minskar under åren 2014-2016.

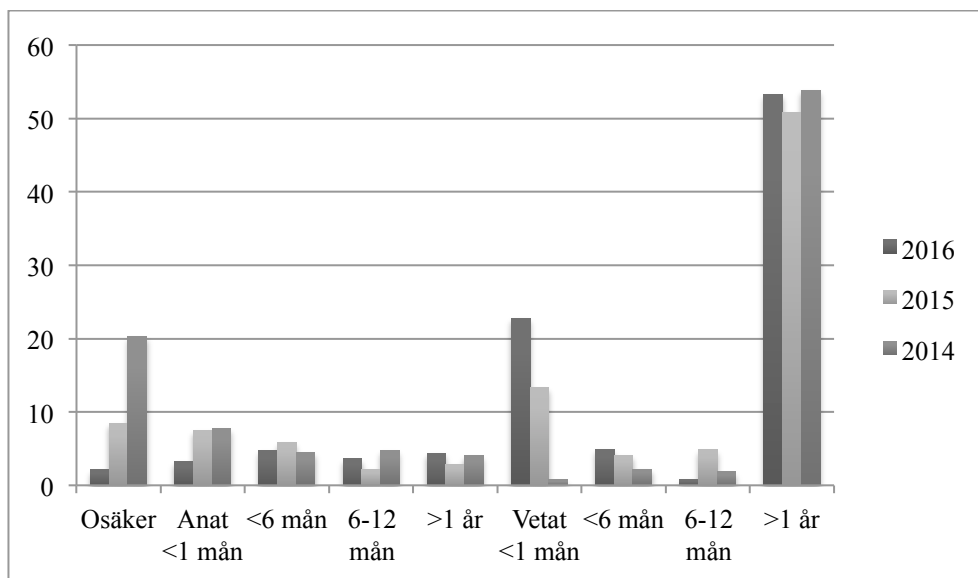


Figur 14. Anhörigrelation bland inringande anhöriga 2014-2016 (andelar i %), n= 694 för 2016.

Anhörigas situation

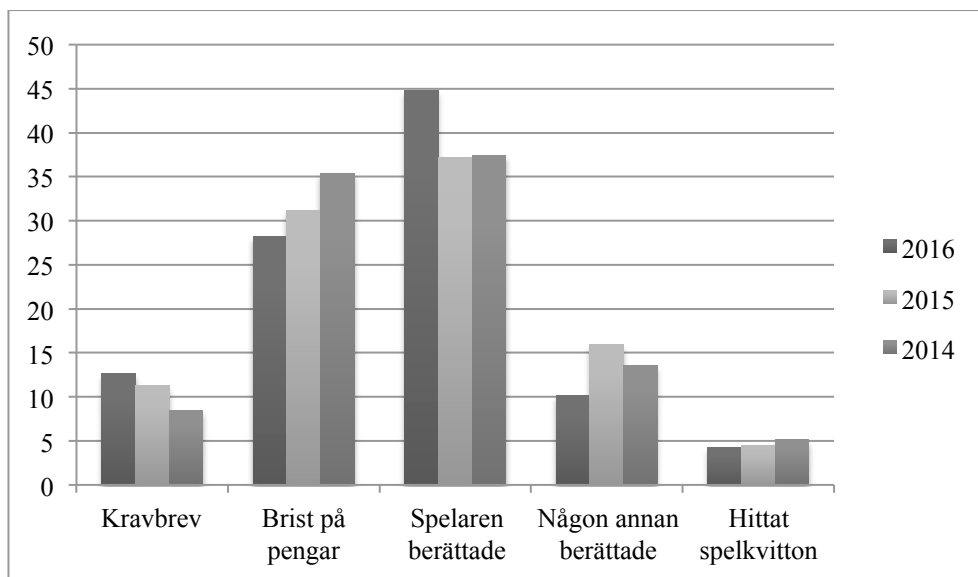
I samtalen med anhöriga framkommer såväl information om vilka konsekvenser de anhöriga upplevt i samband med spelandet, som uppgifter om till exempel hur länge den anhöriga vetat om att spelandet pågått och vad man önskar för hjälp. Dessa uppgifter kan möjligtvis ge en indikation på hur de anhöriga upplever sin situation samt hur konsekvenser ser ut för dem. Under åren 2014-2016 har över

hälften av de anhöriga, som uppgett hur länge de känt till problemet, vetat om det problematiska spelandet i mer än ett års tid (se figur 15).



Figur 15. Hur länge anhöriga känt till spelproblemen (andelar i %), n= 364 för 2016.

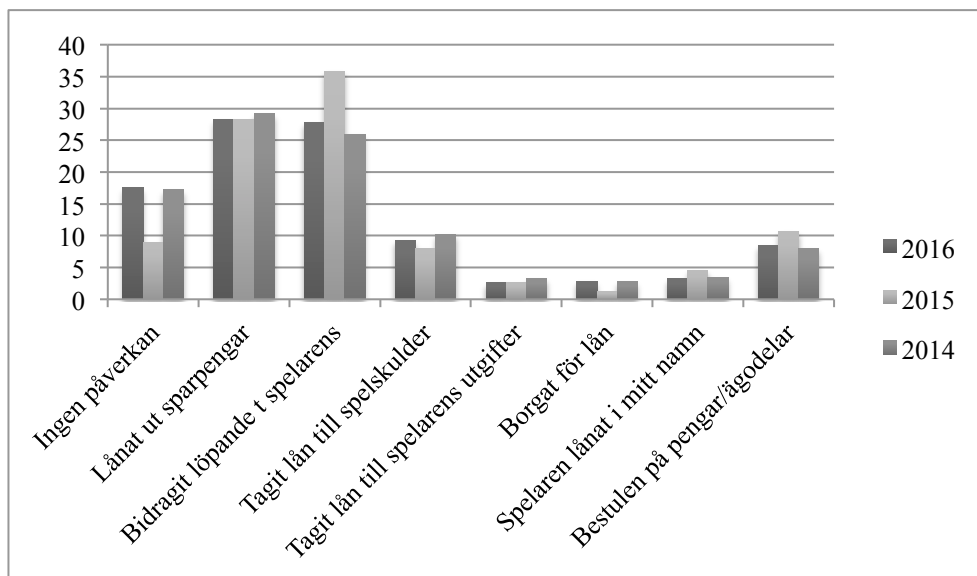
Att spelaren själv berättat (45 % för 2016) eller att det på något sätt blivit brist på pengar (28 % för 2016) är de vanligaste svaren på hur de anhöriga förstätt att spelandet blivit ett problem. Se figur 16 för en översikt.



Figur 16. Hur anhöriga fick kännedom om spelandet (andelar i %), n= 397 för 2016.

Ekonomiska konsekvenser för anhöriga

Att löpande ha bidragit till spelarens försörjning eller att ha lånat ut sparpengar till spelaren (28 % vad gäller båda för 2016) är de vanligaste ekonomiska konsekvenser som anhöriga uppgivit under 2014-2016. Se översikt i figur 17.



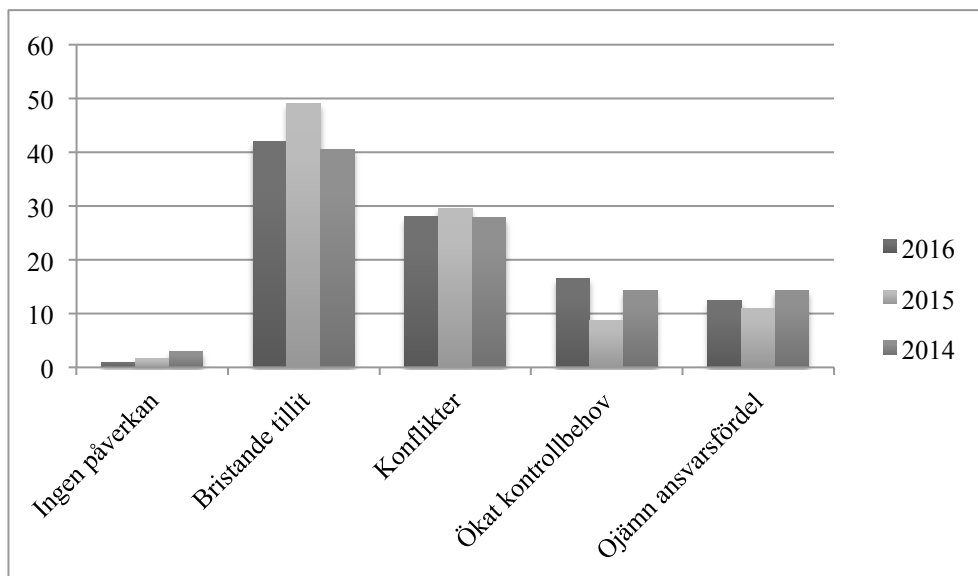
Figur 17. Ekonomiska konsekvenser för anhöriga (andelar i %), n=503 för 2016.

Hälsomässiga konsekvenser för anhöriga

Av de 142 anhöriga som i samtalet med Stödlinjen uppgett någon information om sin psykiska hälsa, uppgav enbart 9 % att den psykiska hälsan var god, 15 % att den varken var bra eller dålig och 76 % uppgav att de upplevde den psykiska hälsan som dålig.

Relationella konsekvenser för anhöriga

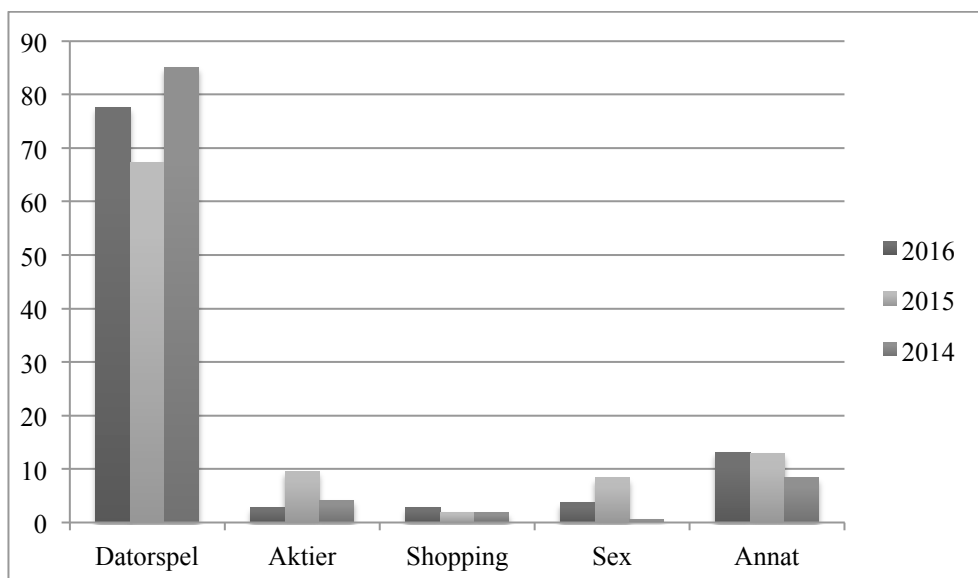
De anhöriga beskriver också i hög grad de relationella konsekvenser som uppkommer i samband med spelandet. De mest frekvent förekommande konsekvenserna för relationerna handlar om att den anhöriga upplever bristande tillit och att det blir konflikter och irritation gentemot den som spelar (42 % respektive 28 % för år 2016). Observera att som vid andra områden som rör konsekvenser, är det vanligt att de anhöriga uppger flera konsekvenser av spelandet under ett telefonsamtal. Procentandelarna ger således en indikation om hur stor andel av de som berör ämnet, som drabbas av vissa specifika konsekvenser. Se figur 18.



Figur 18. Konsekvenser för relationen till spelaren för anhöriga (andelar i %), n=795 för 2016.

Andra problemområden

Det registrerades 107 samtal om andra problemområden än spel om pengar. En majoritet av dessa, 78 %, rörde dataspelsrelaterade samtal. Dessa siffror täcker *alla* samtal som inkom om andra problemområden. Därför går det att med större säkerhet än för andra siffror notera att andelen samtal som rör helt andra problemområden än dataspel (inklusive dataspel) ligger på 22 % för 2016, jämfört med 33 % för år 2015, och 15 % för år 2014. Statistiken sammanfattas i figur 19.



Figur 19. Andra problemområden (antal inkommande kontakter), n=107 för 2016.

Dataspelande

Av de 100 dataspelsrelaterade samtal där relationen till spelaren registrerats var det 88 % anhöriga som ringde. Vad gäller kön fanns det 101 samtal där denna uppgift förekom – av dessa var 95 män och 6 kvinnor.

Inkommande e-kontakter

Här redovisas de e-kontakter som Stödlinjen har haft under 2016. Stödlinjens e-tjänster erbjuds via www.stodlinjen.se. Under 2016 inkom 1446 chattar och 564 e-brev. Antalet chattar fortsätter att öka stadigt. Under 2016 förekom 23 % fler chattkontakter än under 2015, att jämföra med en ökning på 19 % 2015 i relation till 2014 och på 31 % 2014 jämfört med 2013. För att summera, har antalet chattar fördubblats mellan 2016 och 2013. Vad gäller e-brev har dessa också ökat, med 8 % 2016 jämfört med 2015, och med 31 % under 2015 jämfört med 2014 (som jämförelse kom 987 chattar och 400 e-brev 2014).

De data som presenteras baseras på de som valt att ta kontakt med Stödlinjen via chatt och e-post. Anonymitet säkerställs genom att personuppgifter inte efterfrågas eller sparas och att kopplingen mellan Stödlinjen och den som tar kontakt krypteras.

Informationen i chattsamtalen och e-posten sammanställs i separata databaser. Information runt de konsekvenser som nämnts i chattsamtalen har kategoriserats på så sätt att om en viss konsekvens nämnts har rådgivaren markerat alternativet ”Ja” i databasen för den kategorin av konsekvenser. Detta för att säkra mer objektiva bedömningar från rådgivarens sida angående mer specifika konsekvenser av spelandet.

De data som sammanställts från chattarna är:

- Kategori: spel om pengar, dataspel, övrigt eller oidentifierat
- Vem som tar kontakt: spelare eller anhörig
- Kön
- Ålder
- Spelformer:
 - Automater (t ex. Vegas)
 - Nätspel (t ex. nätpoker, casino på nätet, sportspel på nätet)
 - Spelombudsspel (ATG, Svenska Spel)
 - Casino Cosmopol
- Längd på spelproblem: mindre än 6 månader, mellan 6 månader och ett år eller mer än ett år
- Ekonomiska konsekvenser
- Hälsomässiga konsekvenser
- Sociala konsekvenser

Med ekonomiska konsekvenser avses alla negativa konsekvenser som rör ekonomi. Gällande hälsomässiga konsekvenser avses konsekvenser för den psykiska och fysiska hälsan. Med sociala konsekvenser avses konsekvenser för interpersonella relationer, arbete och fritid.

Data från chattarna med höga bastal kan ses som mer tillförlitlig än data med låga bastal. Viss information framkommer mer frekvent i chattsamtalen än andra.

Exempelvis framkommer information om vem som tar kontakt oftare än information om aktuella spelformer och ålder på den som tar kontakt. Stödlinjens rådgivare har under 2016 inte ställt några direkta frågor om t.ex. kön, ålder och spelformer.

Nedan redovisas först data för chattsamtalen och sedan för e-brev.

Chatt

Vem tar kontakt

Under 2016 har 786 registrerade chattar rört spel om pengar, där 483 (62 %) initierats av spelare, 169 (31 %) av anhöriga och 59 (7 %) av ”annan”. Ytterligare 37 chattar har rört dataspel, där 10 har kommit från spelare och 23 från anhöriga. Av alla 1446 chattar har 591 chattar varit oidentifierade, vilket i praktiken innebär att det inte varit någon på andra sidan när chatten besvarats av rådgivaren. Ytterligare 33 chattar har varit test av personal. Totalt har alltså 822 chattar besvarats och registrerats. I tabell 3 visas fördelningen per kategori samt vem som tar kontakt.

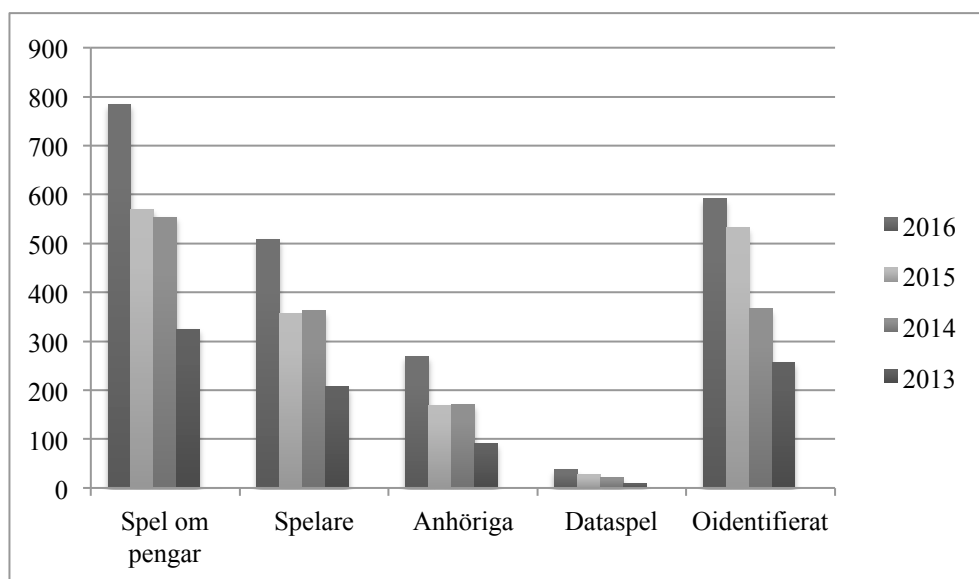
Tabell 3. Typ av kontakt och antal kontakter 2016, n=1446.

Typ av kontakt	Vem som tar kontakt			
	Spelare	Anhörig	Annan	Totalt
Spel om pengar	483	244	58	785
Dataspel	10	23	4	37
Oidentifierat	16	2	573	591
Testchatt	0	0	33	33
Totalt	509	269	668	1446

En rejäl ökning av antalet chattar har skett under 2016, efter ganska jämnt inflöde under 2015 och 2014. Antalet chattar ökade rejält 2014 jämfört med 2013 (se figur 20). Dubbelt så många spelare som anhöriga kontaktar Stödlinjen via chatt, att jämföra med telefonkontakter där fördelningen mellan spelare och anhöriga är betydligt jämnare.

Beträffande ökningen över tid kan man se att av det totala antalet chattar som förekommit om spel om pengar sedan 2013, kom 35 % under 2016, 25 % under 2015 respektive 2014, och 15 % under 2013. Av det totala antalet chattar som kommit från anhöriga sedan 2013, kom 38 % under 2016, att jämföra med 48% under 2014 och 2015 tillsammans, och enbart 13 % under 2013. Andelen oidentifierade chattar av det totala antalet var 15 % för 2013, 21 % 2014, 30 % 2015 och 34 % under 2016. Sammanfattningsvis ökar antalet chattar som inkommer till Stödlinjen.

Se figur 20 för fullständig överblick över chattutvecklingen.



Figur 20. Typ av chattkontakter 2013-2016 (i antal).

Spel om pengar

I 35 % av chattarna med spelare har kön angivits. Bland dessa var 61 % män, en lägre andel än 2015, när 75 % av chattarna uppgav sitt kön som manligt. Bland anhörighchattarna framkom kön i 43 % av fallen, och av dessa var 81 % kvinnor. Se tabell 4.

Tabell 4. Fördelning av spelare och anhöriga 2016, n=286

Kategori	Antal	Män	Kvinnor
Spelare	170	104	66
Anhöriga	106	20	86

Ålder

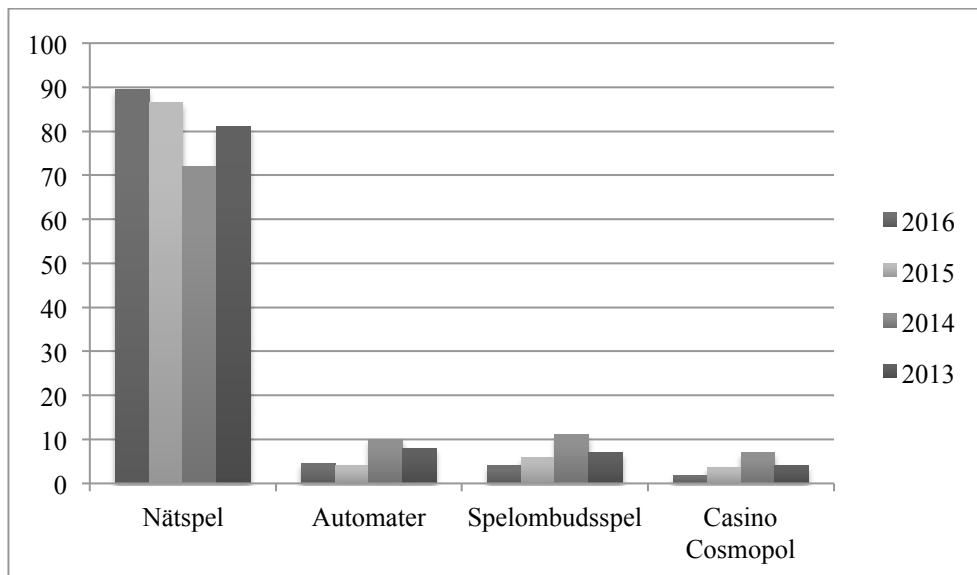
Bland chattare med problematiskt spelande var medelåldern 25 år, där 82 personer uppgav sin ålder i chatten. Bland anhöriga som chattade registrerades inte ålder.

Spelformer

Bland de 173 spelare som uppgav i chatten vilken spelform som var mest problematisk för dem var det nätspel som var mest frekvent (90 %). I tabell 5 visas spelformerna specifikt för 2016, och i figur 21 visas en jämförelse av andelar problematiska spelformer för 2013-2016, där man ser att andelen nätspel ökar.

Tabell 5. Fördelning av problemspel bland spelare 2016, n=173

Problemspel	Antal	Andel (%)
Nätspel	155	90
Automater	8	5
Spelombudsspel	7	4
Casino Cosmopol	3	1



Figur 21. Typ av problemspel bland chattare som uppgett mest problematisk spelform, 2013-2016 (andelar i %), n=173.

Bland de 145 spelare som i chatten tog upp hur länge de haft problem uppgav 79 % att de haft spelproblem mer än ett år innan den aktuella kontakten med Stödlinjen. Se tabell 6 för detaljer.

Tabell 6. Hur länge spelproblemen har pågått. Uppgifter från 2016, n=145.

	Antal	Andel
< 6 mån	15	10
6 mån - 1 år	16	11
> 1 år	114	79

Konsekvenser

Ekonomiska konsekvenser av spelandet uppges mest frekvent bland de personer med spelproblem som i chatten förmedlat något om spelandets konsekvenser (65 %). Andelen spelare som i chatt uppgett att de har suicidtankar och/eller planer har sedan 2014 ökat från 4 % till 6 %. Av de anhöriga uppger 37 % att de upplevt hälsomässiga konsekvenser. Konsekvenserna visas i detalj i tabell 7.

Tabell 7. Negativa spelkonsekvenser som uppgetts i chatt med spelare och anhöriga 2016.

Negativa spelkonsekvenser	Spelare (n=483)		Anhöriga (n=244)	
	Antal	Andel	Antal	Andel
Ekonomiska konsekvenser	265	55	62	25
Skulder	50	10	5	2
SMS-lån	10	2	-	-
Hälsomässiga konsekvenser	195	40	90	37
Suicidtankar	29	6	-	-
Separation	3	<1	12	5

Åtgärder spelare

Bland spelarna har 109 av spelarna angett minst en tidigare åtgärd för att förändra sina spelvanor (33 angav två eller fler åtgärder). Enbart 15 % angav att de har fått extern hjälp, en uppgång från 7 % år 2014; 63 % att de stängt av sig från speltjänster (i likhet med siffran 68 % för 2015, en uppgång från 48 % år 2014) och 22 % att de tagit hjälp av en närstående (i likhet med siffran 25 % för 2015, en nedgång jämfört med 36 % år 2014). Vad gäller planerade framtida åtgärder uppgav 197 spelare minst en åtgärd de planerar att genomföra efter samtalet (117 uppgav två eller fler framtida åtgärder). Bland de som uppgav att de skulle genomföra någon åtgärd, uppgav 58 % att de avsåg att söka extern hjälp (en uppgång från 48 % år 2015 men i paritet med 57 % år 2014), 25 % att de skulle stänga av sig från speltjänster (en nedgång från 38 % 2015) och 17 % att de skulle ta hjälp av en närstående (en uppgång från 14 % för 2015). Sammanfattningsvis tycks trenden vara att spelaren i större utsträckning söker sig till behandling och mindre till självavstängning eller närståendes stöd. Se tabell 8.

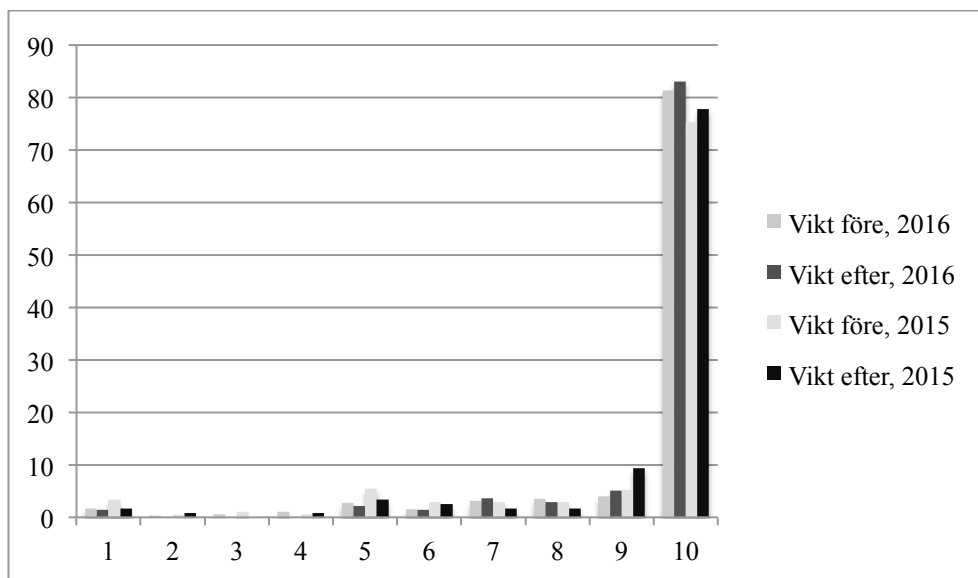
Tabell 8. Tidigare och framtida åtgärder bland spelare som chattat 2016

Åtgärder bland spelare	Tidigare åtgärder (n=109)		Framtida åtgärder (n=197)	
	Antal	Andel	Antal	Andel
Behandling/Stöd	16	15	114	58
Självavstängning	69	63	50	25
Ta hjälp av en närstående	24	22	33	17

Motivation till förändring

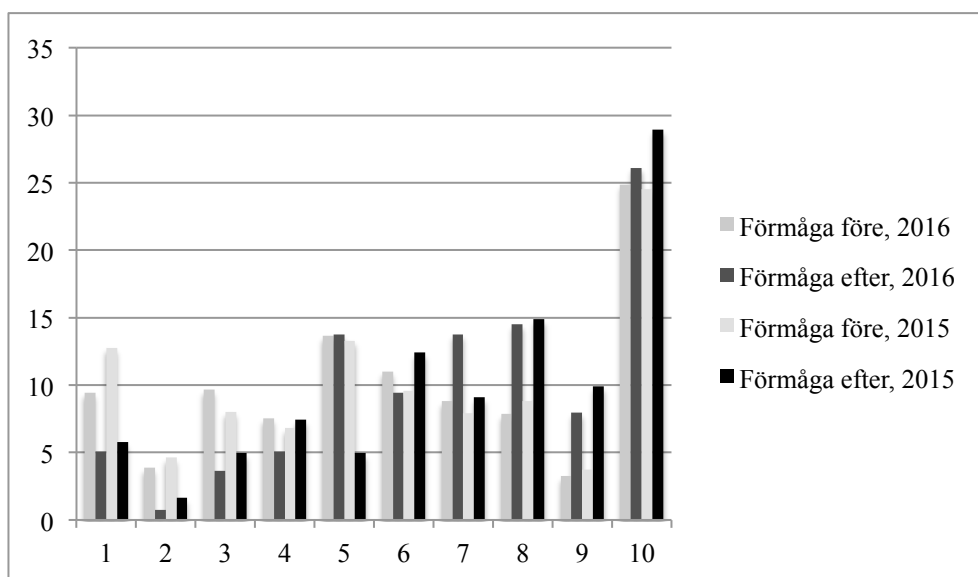
Ytterligare en källa till information om spelare kommer från frågor som ställs innan chatten börjar. Inför varje chatt tillfrågas chattaren hur viktigt det är med att förändra sitt beteende och hur pass säker den känner sig på sin förmåga till förändring. I slutet av chatten förekommer samma frågor. Frågorna är inte obligatoriska, varför det saknas många svar, särskilt efter chatten. Det har inte heller gått att tillförlitligt skilja åt spelare från anhöriga i statistiken, på grund av saknade data. Likafullt presenteras statistiken för att ge en bild av chattarnas

upplevelser före och efter chatten. I figur 22 visas vikten av att förändra beteendet före respektive efter chatten.



Figur 22. Hur viktigt är det att förändra ditt beteende (skala 1-10)? Svar i andelar (%) vad gäller motivation före chatt (n=897 för 2015; n=935 för 2016) respektive motivation efter (n=117; n=136) bland spelare och anhöriga, 2015 respektive 2016.

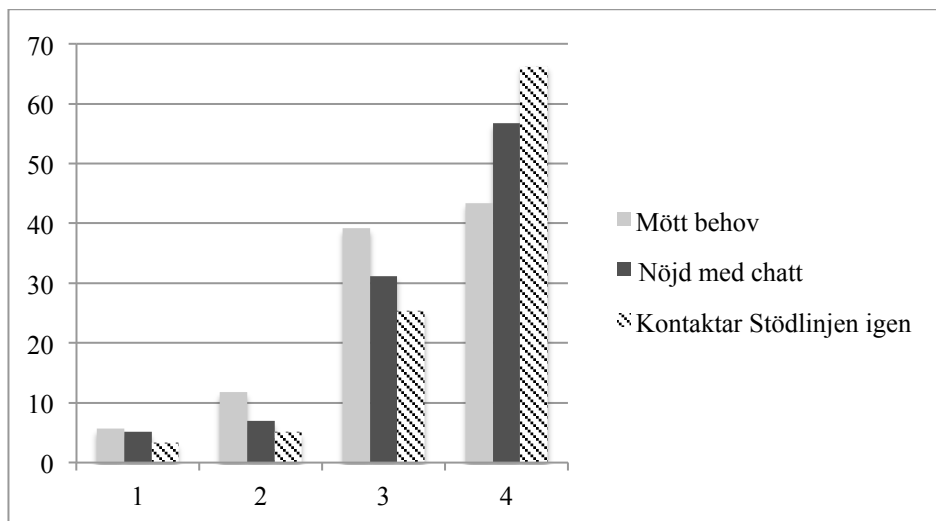
I figur 23 visas skillnaden mellan tron på sin förmåga att förändra sitt beteende innan chatten respektive efter. Det är det intressant att notera att tron på förmågan att förändra sitt beteende ökar efter chatten. Före chatten har 44 % har värden på 1-5 före chatten, att jämföra med 28 % efter chatten. Andelen med högre tro på sin förmåga (6-10 på en skala från 1 till 10) är 56 % innan och 72 % efter chatten.



Figur 23. Hur säker känner du dig på din förmåga att förändra ditt beteende (skala 1-10)? Svar i andelar (%) före chatt (n=910 för 2015; n=953 för 2016) respektive efter (n=121; n=138) bland spelare och anhöriga, 2015.

Nöjdhet med chattar

Efter att chattar avslutats kommer tre frågor: om chatten mött personens behov, om personen är nöjd med chatten samt om den kan tänka sig kontakta Stödlinjen igen. Dessutom finns utrymme för kommentarer. Även om enbart en mindre andel av chattarna svarar på dessa frågor har de ett värde som viss återkoppling på Stödlinjens tjänster. Vad gäller att möta individens behov svarade 83 % (81 % 2015) att detta skett i hög eller mycket hög grad, 88 % var nöjda eller mycket nöjda med chatten (86 % 2015), och 92 % (samma siffra som för 2015) skulle sannolikt eller mycket sannolikt kontakta Stödlinjen igen. Se figur 24.



Figur 24. Svar i andelar (%) enligt svarsskala 1-4 efter chatt om tre frågor: huruvida chatten mött behov, chattarens nöjdhet och chattarens öppenhet för att kontakta Stödlinjen igen (n=212, n=215 och n=213 för frågorna 1-3) 2016.

E-post

Den information som framkommer i ett e-postmeddelande är begränsad. Därför har vi valt att presentera tema samt vem som tar kontakt. Det inkom totalt 564 e-brev till Stödlinjen under 2016, en ökning på 8 % jämfört med 2015. Av de 564 breven saknades det registrerade data om 44 brev och av de återstående 520 kom 245 (47 %) från spelare och 164 (32 %) från anhöriga. Som "övriga" kategoriserades 111 e-brev (21 %) från professionella, ideella organisationer, skolor, media mm. Av samtliga brev rörde 27 dataspel. I tabell 9 redovisas tema för mejlkontakterna utifrån typ av kontakt.

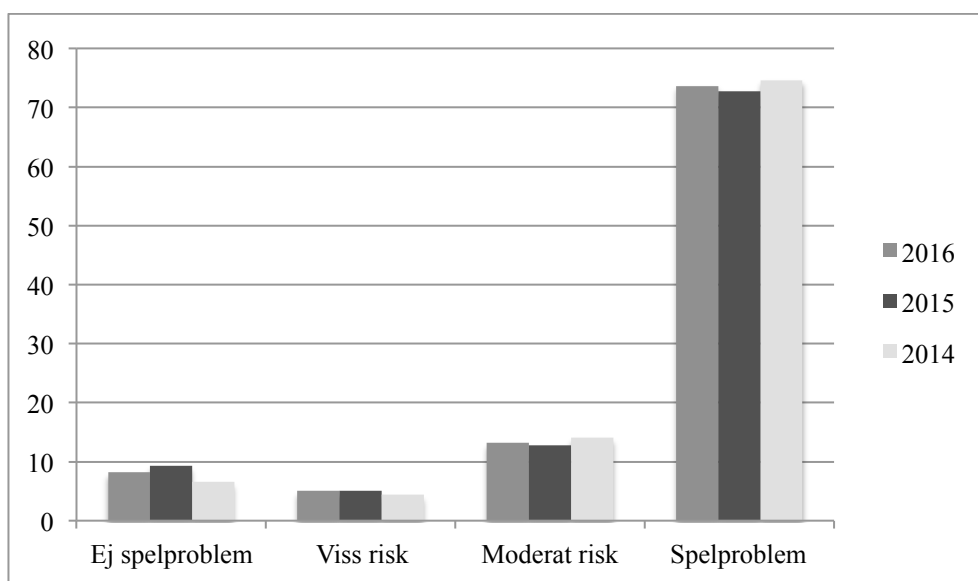
Tabell 9. Inkommande e-post: antal och fördelning per typ av kontakt 2016.

Tema	Totalt	Spelare	Anhöriga	Övriga
Spel pengar	386	230	141	15
Dataspel	27	4	22	1
Övriga spelrelaterade kontakter	107	11	1	95
Totalt	520	245	164	111

Del 3. Självtest och självhjälp

Screening

Via webbplatsen <https://www.stodlinjen.se> finns det möjlighet till online-screening med formuläret Problem Gambling Severity Index (PGSI). PGSI är ett formulär som främst används för screening av spelproblem i allmänbefolkningen [15]. Formuläret består av nio olika påståenden som besvaras med aldrig (0 poäng), ibland (1 poäng), ofta (2 poäng) eller nästan alltid (3 poäng). Den möjliga totala poängsumman sträcker sig från 0 till 27 poäng. Poängsumman placerar sedan individen i en av följande kategorier: 0 poäng = ej spelproblem, 1-2 poäng = viss risk, 3-7 poäng = moderat risk och 8-27 poäng = spelproblem. Under 2016 genomfördes 3308 PGSI-screeningar (icke kompletta test exkluderades) på webbplatsen. Medelvärdet var 13,5 poäng (standardavvikelse =8,1) och medianvärdet var 14 poäng, vilket innebär att hälften av testerna hade poäng under 14 och hälften över 14. Sett till PGSI-kategorierna var andelen utan spelproblem 8,2 %, de med viss risk för spelproblem var 5,1 %, de med moderat risk 13,2 % och andelen med spelproblem var 73,6 %. Se figur 25.



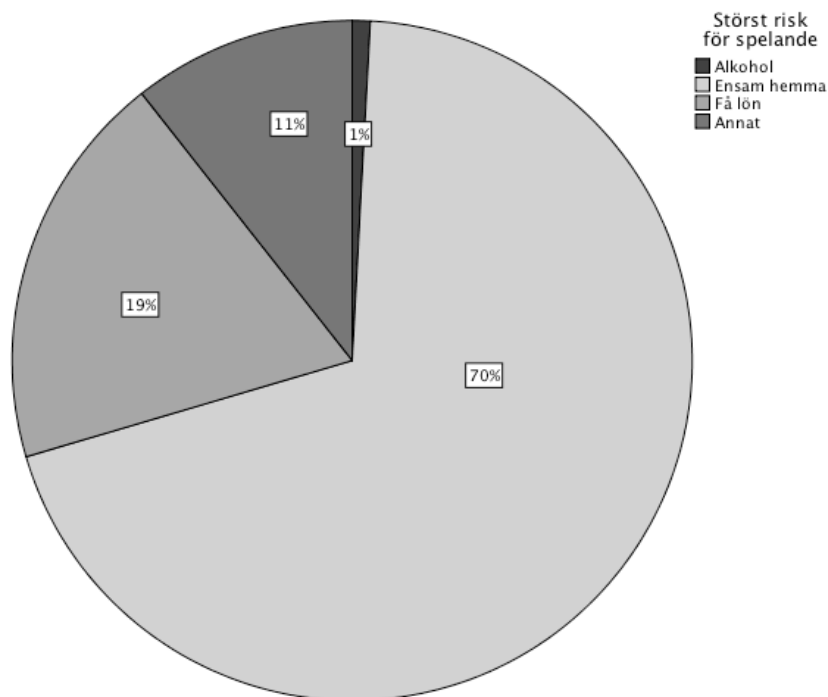
Figur 25. PGSI-kategorier vid online-screening (andelar i %), n=3308 för 2016, n=2626 för 2015 och n=1521 för 2014.

Självhjälpsprogrammet: risker och alternativa beteenden

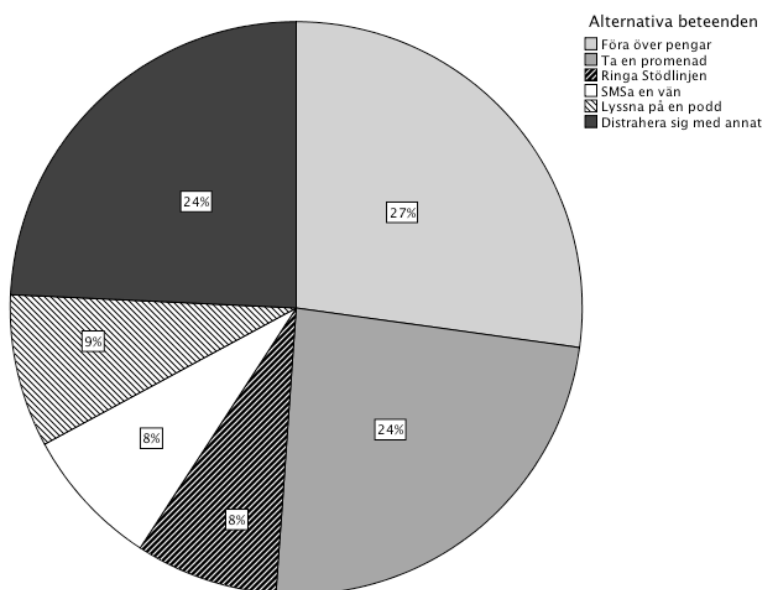
De personer som under 2015-2016 anmält sig till Stödlinjens självhjälpsprogram har angett olika risksituationer och alternativa beteenden till dessa. Då databasen för självhjälpen fortfarande är under uppbyggnad har det inte varit möjligt att avgränsa deltagarna utifrån registreringsdatum. Här följer en preliminär analys av data för de två år som självhjälpen har funnits, från februari 2015 till och med februari 2017.

Som största risker för att hemfälla till problematiskt spelande, uppgav programdeltagarna att vara ensam hemma (70 %), få lön (19 %), andra faktorer

som att ha ångest, känna sig deppig, betala räkningar, eller uppleva gräl, stress, eller passera ett spelställe (11 %), eller att dricka alkohol (1 %), se figur 26.. Bästa alternativa beteenden till spelande var att föra över pengar till närstående eller annan (27 %), ta en promenad (24 %), lyssna på en podd (9 %), SMS:a en vän (8 %), ringa Stöddlinjen (8 %) eller distrahera sig på annat sätt som att baka, se på film, bada, spela sällskapsspel mm (24 %); se figur 27.



Figur 26. Först angivna risken bland registrerade användare av Stöddlinjens självhjälsprogram, andelar i %, n=1647 för 2015-2016



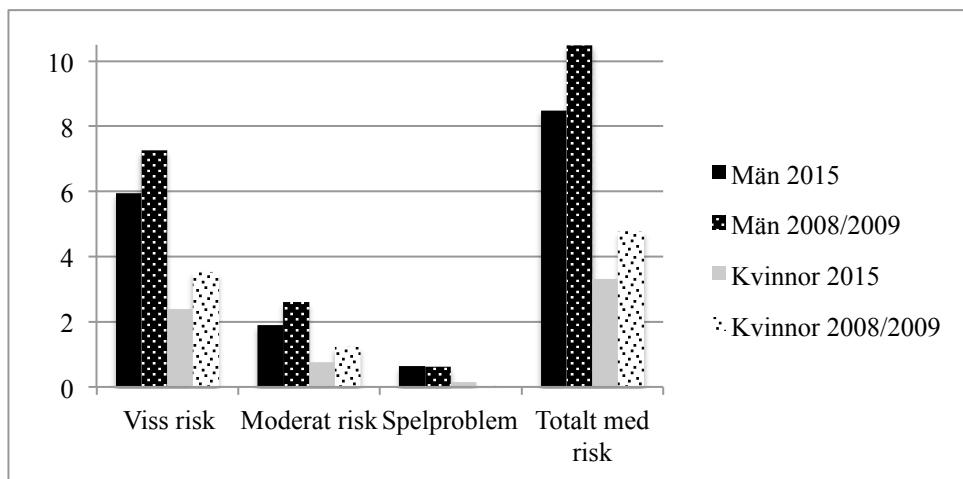
Figur 27. Först angivna alternativa beteende bland registrerade användare av Stöddlinjens självhjälsprogram, andelar i %, n=4205 för 2015-2016

Del 4. Avslutande diskussion

Under 2016 besvarades 2815 kontakter personligen av rådgivarna vid Stödlinjen. Information som framkommit från dessa kontakter registrerades i Stödlinjens databaser. Viktigt att betona här är att kontakten sker anonymt och att inga uppgifter går att koppla till någon individ. Kontakterna bestod av 1473 telefonsamtal, 822 chattar och 520 e-brev, från 1447 spelare, 1125 anhöriga och 243 övriga (skolor, vårdsektorn, frivilligorganisationer, eller media). De i statistikdatabasen registrerade telefonsamtalen minskade med 17 % under 2016 jämfört med 2015, samtidigt som antalet chatt ökade med 23 % under samma tidsperiod och antalet e-brev ökade med 8 %. Antalet e-kontakterna har ökat stadigt under de senaste fyra åren, där antalet chattar har fördubblats sedan 2013, och antalet e-brev har ökat med 30 % sedan 2014. Det är ovisst varför andelen e-kontakter ökat, men en anledning kan vara att Stödlinjens nya hemsida med självhjälpsproblem lockat fler att initiera sin kontakt via e-kontakter i stället för att ringa. Eventuellt är den ökande andel online spel som uppges som primärt problemspel också en bidragande anledning.

Stödlinjens siffror i nationellt perspektiv

De spelare som kontaktar Stödlinjen är som tidigare övervägande män, medan andelen kvinnor är högst bland anhöriga. En jämförelse mellan telefon- och chattkontakter vad gäller andelen män visar att männen står för 80% av kontakterna via telefon, medan de står för 61% av kontakterna bland de som chattar. Andelen kvinnor och män med riskabla spelvanor i befolkningen är 2 % respektive 7 % enligt Nationella folkhälsoenkäten från 2016 [16], medan en jämförelse mellan 2015 och 2008/2009 i prevalensen av problemspelande i SWELOGS befolkningsstudien pekar på att nytillkomna problemspelare i högre grad än tidigare är kvinnor [17], något som möjligen kan hänga ihop med den ökade andelen kvinnor bland chattare. I SWELOGS rapporten visas utvecklingen över tid utifrån PGSI-måttet [17], uppgifterna från rapporten har anpassats i figur 28 nedan till ett format som går att jämföra med figur 25 ovan, som visar de som testat sig själv i Stödlinjens PGSI-test. En beräkning av den relativa risken att tillhöra olika kategorier tid över tid utifrån Folkhälsomyndighetens siffror visar att risken har gått ner för både kvinnor och män totalt sett i befolkningen, men risken för män att ha *spelproblem* är 1,05 gånger högre 2015 jämfört med 2008/2009 medan risken för kvinnor att ha spelproblem är hela 4,80 gånger högre för kvinnor 2015 jämfört med 2008/2009 [17, tabell 2.3, s.9].



Figur 28. Andelen i befolkningen med spelproblem enligt SWELOGS, jämförelse mellan 2015 och 2008/2009, utifrån kön (anpassat utifrån tabellerna 2.2 och 2.3 i [17, s. 9]).

Allvaret i spelproblemen och problemspelen

Hur allvarliga är spelproblemen hos de som kontaktar Stödlinjen? Som det är idag, görs ingen strukturerad uppskattning om spelproblemets allvar för de som kontaktar Stödlinjen via telefoni, chatt eller e-brev, men möjlighet till screening av spelproblemets allvar har funnits på Stödlinjens hemsida sedan 2014. Andelen individer som har tydliga spelproblem bland de som valt att testa sig på Stödlinjens hemsida är för 2016 liksom för tidigare år mer än 70 %. Knappt 20 % visar viss eller medelstor risk för att få problem och under 10 % hade inga tecken på problem. Under 2016 uppgick antalet individer som screenat sig till drygt 3300, mer än dubbelt så många jämfört med ca 1500 för 2014.

Vad gäller det problemspel som spelarna uppger som det primära, så har den tidigare noterade trenden att uppge online kasinospel vidmakthållits. Andelen spelare som i telefonsamtalen uppgett att deras problemspel är online kasinospel ökade till 55 %, från 47 % 2015, 43 % 2014 och 26 % 2013. En kort historisk tillbakablick på oreglerade spel i Sverige, där online kasinospel omfattas, visar att 2,7 % spelade på oreglerade spel 2008/2009 [10] och att det oreglerade spelet då hade en marknadsandel på drygt 4 % [18]. I början av 2016 hade marknadsandelen ökat till 21 % av den svenska spelmarknaden [19, 20]. Att andelen spelare, som uppger att deras problemspel är kasino online, har ökat till över 50 % och fördubblats sedan 2013, kan eventuellt spegla en övergång för problemspelarna till oreglerade bolag.

Självhjälpsprogrammet

Stödlinjen erbjuder även ett självhjälpsprogram som används av personer som är villiga att skapa ett konto. Över 2400 personer har skapat konton i programmet, som lanserades i början av 2015. Detta betyder att Stödlinjen har nått ett ännu större antal spelare än de som registreras i telefon-, chatt- och mejlstatistiken. Det är ovisst hur stor andel av de som registrerar sig för självhjälpen också har kontaktat Stödlinjen för personlig rådgivning.

Utöver dessa siffror har en tydligare bild av spelaren också börjat träda fram via självhjälpsprogrammets moduler om risksituationer, där information framkommer om vilka utmaningar personer med spelproblem stöter på och vad som kan påverka risken att börja spela. Av de drygt 1600 spelare som uppgav hög risk för att börja spela, var situationen ”att vara ensam hemma” den utlösande faktorn för nära 70 %. Näst i turordning var att få lön (19 %), följt av 11 % andra situationsbundna känslor eller beteenden. På frågan om vad man gjorde för att undvika att börja spela var det mest frekvent angivna alternativet föra över pengar till närstående, följt av att ”att ta en promenad”. Andra åtgärder var till exempel att ta kontakt med Stödlinjen eller en vän, eller att distrahera sig med att lyssna på en podd eller något annat. Under 2017 beräknas en forskningsbaserad utvärdering av självhjälpsprogrammet samt Stödlinjens telefonitjänster initieras.

Verksamhetsutveckling

Under 2016 uppnåddes tre utvecklingsmål som sattes under 2015: utvecklingen av en ny statistikdatabas för telefoni, chatt och epost, en utredning av möjligheten att utöka Stödlinjens tjänster för att svara mot den ökande andel samtal på lördagar, samt utveckling av arbetet för att stödja anhöriga.

I korthet skedde följande framsteg:

- Den nya statistikdatabasen blev färdig och den 1 januari 2017 ersatte den det tidigare systemet med tre olika databaser som krävde mycket manuell hantering.
- Analyser av antalet samtal till Stödlinjen under dygnets alla timmar och alla dagar under året har visat att ett stort antal samtal på helgerna gick obesvarade. En testperiod där Stödlinjen hade öppet under eftermiddagen två lördagar i rad genomfördes i oktober 2016. En överraskning var att ett mycket mindre antal samtal än förväntat inkom. I samband med denna testperiod genomfördes en konsekvensanalys av möjligt införande av helgöppet, vilket visade på ett antal hinder för att bibehålla högkvalitativ verksamhet. Slutsatsen blev att Stödlinjen fortsätter med befintliga öppettider 9-21 vardagar, men bevakar även andelen samtal på lördagar framdeles.
- Samtalen med anhöriga utifrån [Community Reinforcement and Family Training \(CRAFT\)](#)- metoden, som visat sig lovande i spelsammanhang [21] utvecklades för telefoniformatet i samarbete med Alkoholhjälp och Alkoholhjälp.se. Målet är att bistå den anhörige att i sin tur stödja spelaren till beteendeförändring, samt att bättre ta hand om sitt eget välbefinnande. Ett pilotprojekt har genomförts vid Stödlinjen med enskilda samtalsserier. Under 2017 kommer förutsättningarna för införande av sådana samtalsserier att vidare undersökas och utvecklas. Eventuellt kommer även samtal med anhöriga utifrån 5-step metoden [22], som är mer inriktad på att uppmärksamma den anhörigas behov av egenomsorg, att ingå i den framtida utvecklingen.

För 2017 finns nya utvecklingsmål:

- Undersökning av förutsättningarna för att erbjuda samtalsserier för anhöriga enligt ovan.
- Formulering av en dynamisk och effektiv strategi för marknadsföring av Stödlinjens tjänster. Befintliga insatser omfattar närvaro i sociala medier (den öppna Facebookgruppen Stödlinjen för spelare och anhöriga samt Twitterkontot @Stodlinjen), samt viss annonsering i pressen. Ytterligare ett led i detta har varit att förnya hemsidans grafiska profil, något som sker under våren 2017. Viss marknadsföring sker också genom att Stödlinjen arbetar kontinuerligt med att uppdatera vår information om behandlingsutbudet för problematiskt spel om pengar, hos kommuner och landsting. I samband med uppdateringarna informerar rådgivarna om Stödlinjens verksamhet och erbjuder utskick av informationsmaterial. Under 2017 kommer marknadsföringsinsatserna att ytterligare utvecklas. Bland annat kommer Stödlinjen att vara representerad på Almedalen.
- Ytterligare ett område för utveckling berör samarbetet mellan de olika hjälplinjerna kring beroendebeteenden, vars drift har sedan oktober 2015 samlats under Stockholms läns sjukvårdsområde (SLSO). Stödlinjen har regelbundet träffat ansvariga för Sluta-röka-linjen, Alkohollinjen samt Alkoholhjälp.se. Inriktningen för utvecklingen är att undersöka vilka möjligheter som finns till långsiktig kompetensförsörjning, utveckling och forskning. En gemensam grund för de fyra verksamheterna är att klientstödet baseras på metoder som har stöd i forskning. Arbetet kommer att fortsätta under 2017.

Forskning och utvärdering

Vid Centrum för psykiatriforskning (CPF) pågår aktiv forsknings- och utvärderingsverksamhet inom spelområdet. I ett forskningsspår analyseras data från Folkhälsomyndighetens SWELOGS studie. I ett andra forskningsspår pågår två forskningsprojekt som rekryterar deltagare via bland annat Stödlinjen, där det ena riktar sig till anhöriga [23] och det andra riktar sig till såväl anhöriga som spelare [24]. Ytterligare ett spår berör preventivt arbete i skolorna.

Två kommande forskningsspår kommer att direkt beröra Stödlinjen då deltagande i de aktuella studierna kommer att erbjudas linjens klienter. I det ena projektet kommer ett kort KBT-program på internet att i anslutning till ett initialt rådgivningssamtal med Stödlinjen att utvärderas i en randomiserad, kontrollerad studie. Vid positiva resultat kommer Stödlinjens befintliga självhjälpsprogrammet att uppdateras med nytt innehåll. Parallellt sker utveckling av behandling för spelare med samsjuklighet i ett blivande projekt vid CPF, delvis i samarbete med Centrum för socialvetenskaplig alkohol- och drogforskning, som beviljats sexårigt programstöd från FORTE i spelområdet och där projektledaren är medsökande. Löpande information om pågående forskningsprojekt med målgruppen spelare respektive anhöriga kommer framöver att annonseras under fliken ”Aktuellt” på Stödlinjens hemsida.

Slutord

Arbetet med att förvalta och vidareutveckla Stödlinjen för spelare och anhöriga fortsätter under 2017. Viktiga punkter i arbetet omfattar den kontinuerliga kvalitetssäkringen via MI-kodning av samtal med fokus på såväl rådgivarens och klienternas yttranden, handledning i MI samt fallbaserad handledning, och fortbildningskvällar. Framöver kommer Stödlinjens tertiäl- och årsrapporter att bygga på det nya statistikdatabassystemet, som vi hoppas genererar mer tillförlitlig statistik om samtalen och problemen hos de som kontaktar oss. Ytterligare utveckling kommer att omfatta mer strukturerat arbete med anhöriga, samt det större planerade utvärderingsprojektet med anknytning till Stödlinjen.

De personer som kontaktar Stödlinjen har ofta inte tidigare fått hjälp för sina problem och när de önskar hänvisning till lokal behandling möts de av att utbudet av behandling varierar stort. Därför finns ett behov av nationell samordning runt frågan om vem som har huvudansvar för vård och behandling av spelberoende. Vi ser fram emot de från 1 januari 2018 planerade ändringarna i Socialtjänstlagen samt Hälso- och sjukvårdslagen, som förhoppningsvis leder till att personer med spelproblem får bättre stöd lokalt. Vi ser också fram emot utfallet av den pågående utredningen om omregleringen av spelmarknaden. Många av de som kontaktar Stödlinjen har redan allvarliga problem med spelande. Ett uttalat mål hos Stödlinjen är att komma i kontakt med spelare tidigare, dvs. att de som är i riskzonen kanske inte har hunnit utveckla allvarliga spelproblem kontaktar oss. Om vi kunde nå ut till dessa skulle vi förhoppningsvis kunna bidra till att förekomma utvecklingen av allvarliga problem till men för spelarna själva, deras familjer och samhället.

Slutligen ser vi fram emot fortsatt gott samarbete med brukarföreningar, myndigheter och spelbolag även under 2017.

För Centrum för psykiatriforskning

Anne H Berman

Docent i klinisk psykologi

Leg psykolog, leg psykoterapeut, specialist i klinisk psykologi, MINT-medlem

Adjungerad universitetslektor i klinisk psykologi, Karolinska Institutet

Referenser

1. Öst LG: **KBT inom psykiatri**. Stockholm: Natur & Kultur; 2013.
2. Miller WR, Rollnick S: **Motivational Interviewing: Helping People Change**, 3rd edn. New York: Guilford Press; 2013.
3. Gooding P, Tarrier N: **A systematic review and meta-analysis of cognitive-behavioural interventions to reduce problem gambling: Hedging our bets?** *Behaviour research and therapy* 2009, **47**(7):592-607.
4. Cowlishaw S, Merkouris S, Dowling N, Anderson C, Jackson A, Thomas S: **Psychological therapies for pathological and problem gambling.** *Cochrane Database Syst Rev* 2012, **11**.
5. Statens beredning för medicinsk och social utvärdering (SBU): **Spel om pengar: Behandling med psykologiska metoder eller läkemedel vid beroende eller problemspelande. Rapport 254/2016.** In.; 2016.
6. Yakovenko I, Hodgins DC: **Latest Developments in Treatment for Disordered Gambling: Review and Critical Evaluation of Outcome Studies.** *Current Addiction Reports* 2016, **3**(3):299-306.
7. Kim HS, Hodgins DC, Bellringer M, Abbott M: **Gender Differences Among Helpline Callers: Prospective Study of Gambling and Psychosocial Outcomes.** *Journal of Gambling Studies* 2016, **32**(2):605-623.
8. Abbott M, Bellringer M, Hodgins D, Palmer Du Preez K, Landon J, Sullivan S, Feigin V: **Effectiveness of problem gambling brief telephone interventions: A randomised controlled trial.** *Wellington: Ministry of Health* 2012.
9. Tse S, Campbell L, Rossen F, Wang C-W, Jull A, Yan E, Jackson A: **Face-to-face and telephone counseling for problem gambling: A pragmatic multisite randomized study.** *Research on Social Work Practice* 2013, **23**(1):57-65.
10. Statens folkhälsoinstitut: **Spel om pengar och spelproblem i Sverige 2008/2009. Huvudresultat från SWELOGS befolkningsstudie.** In. Östersund: Statens folkhälsoinstitut; 2010.
11. Ledgerwood DM, Arfken CL, Wiedemann A, Bates KE, Holmes D, Jones L: **Who goes to treatment? Predictors of treatment initiation among gambling help-line callers.** *The American Journal on Addictions* 2013, **22**(1):33-38.
12. Evans L, Delfabbro PH: **Motivators for change and barriers to help-seeking in Australian problem gamblers.** *Journal of gambling studies* 2005, **21**(2):133-155.
13. Pulford J, Bellringer M, Abbott M, Clarke D, Hodgins D, Williams J: **Barriers to help-seeking for a gambling problem: The experiences of gamblers who have sought specialist assistance and the perceptions of those who have not.** *Journal of Gambling Studies* 2009, **25**(1):33-48.

14. Gainsbury S, Hing N, Suhonen N: **Professional help-seeking for gambling problems: Awareness, barriers and motivators for treatment.** *Journal of Gambling Studies* 2014, **30**(2):503-519.
15. Holtgraves T: **Evaluating the problem gambling severity index.** *Journal of gambling studies* 2009, **25**(1):105-120.
16. **Statistik om spelvanor från årets folkhälsoenkät**
[<https://www.folkhalsomyndigheten.se/folkhalsorapportering-statistik/statistikdatabaser-och-visualisering/nationella-folkhalsoenkaten/levnadsvanor/spelvanor/>]
17. Folkhälsomyndigheten: **Tabellsammanställning för Swelogs prevalensstudie 2015. Med jämförelser mot prevalensstudien 2008/2009.** In. Östersund: Folkhälsomyndigheten; 2016.
18. Lotteriinspektionen: **Spelmarknadens utveckling i Sverige och internationellt 2009.** In. Strängnäs; 2010.
19. Lotteriinspektionen: **Spelmarknadens utveckling 2016 i Sverige och internationellt.** In.; 2016.
20. Lotteriinspektionen: **Preliminär sammanställning av svensk spelmarknad 2015.** In.; 2015.
21. Nayoski N, Hodgins DC: **The Efficacy of Individual Community Reinforcement and Family Training (CRAFT) for Concerned Significant Others of Problem Gamblers.** *Journal of Gambling Issues* 2016:189-212.
22. Copello A, Templeton L, Orford J, Velleman R: **The 5-Step method: Principles and practice.** *Drugs: education, prevention and policy* 2010, **17**(sup1):86-99.
23. Magnusson K, Nilsson A, Gumpert CH, Andersson G, Carlbring P: **Internet-delivered cognitive-behavioural therapy for concerned significant others of people with problem gambling: study protocol for a randomised wait-list controlled trial.** *BMJ open* 2015, **5**(12):e008724.
24. Nilsson A, Magnusson K, Carlbring P, Andersson G, Hellner Gumpert C: **Effects of added involvement from concerned significant others in internet-delivered CBT treatments for problem gambling: study protocol for a randomised controlled trial.** *BMJ Open* 2016, **6**(9).