

Rahapelaamiseen koukussa

Fenomenologinen tutkimus rahapelaajien kokemuksista rahapeliongelman
kanssa elämisestä ja saadun tuen merkityksestä

Aila Moilanen
Pro gradu -tutkielma
Yhteiskuntatieteiden
tiedekunta
Sosiaalityö
Lapin yliopisto
2022

Lapin yliopisto

Tiedekunta: Yhteiskuntatieteiden tiedekunta

Työn nimi: Rahapelaamiseen koukussa – Fenomenologinen tutkimus rahapelaajien kokemuksista rahapeliongelman kanssa elämisestä ja saadun tuen merkityksestä

Tekijä: Aila Moilanen

Koulutusohjelma/oppiaine: Sosiaalityö

Työn laji: Pro gradu -tutkielma/Maisteritutkielma

Sivumäärä, liitteiden lukumäärä: 70, 2

Vuosi: 2022

Tiivistelmä: Rahapelaaminen on ollut Suomessa hyväksyttävää koko kansan huvia, johon on vaikuttanut se, että rahapelaamisen tuotto on käytetty yleishyödyllisiin kohteisiin. Rahapelaaminen kuitenkin aiheuttaa monenlaisia haittoja. Tutkimusten mukaan suuri osa rahapelituotosta tulee niiltä ihmisiltä, joilla on rahapeliongelma. Rahapelaamista ja rahapeliongelmaa on paljon tutkittu sekä kansallisesti että kansainvälisesti. Yleensä tutkimukset ovat olleet ilmiön yleisyyttä kartoittavia. Tässä tutkielmassa pyrittiin saamaan syvällisempi käsitys rahapeliriippuvaisen elämismailmasta, että voidaan heitä paremmin ymmärtää ja tukea. Tutkielmassa kysyttiin, millaisena rahapeliriippuvaiset kokevat elämänsä rahapeliongelman kanssa? Selvitettiin lisäksi, millaista tukea pelaajat ovat saaneet rahapelaamisen aiheuttamissa haitoissa ja pelaamisesta irti pääsemisessä, ja mikä on saadun tuen merkitys?

Tutkielman aineistona käytettiin A-klinikkasäätiön ylläpitämän Päihdelinkki-sivuston Valtti-keskustelualueen rahapeliongelman omaavien keskusteluita. Keskustelut ovat julkisia. Voidakseen kirjoittaa alueelle täytyy keskustelualueelle kirjautua. Tutkielmassa olivat mukana 13 henkilön kirjoitukset. Perusteena valinnalle oli, että kirjoituksia oli vähintään vuoden ajalta. Tutkimukseen valikoitui tällä perusteella vain työssäkäyviä ihmisiä. Tutkimuksen toteutustapana käytettiin hermeneuttisfenomenologista menetelmää. Siinä korostuvat itse kunkin osallistujan yksilökohtaisten merkitysten kirjaaminen ja niiden perusteella laadittavat yleiset merkitysverkostot. Tärkeä käsite on elämäntilanne, jota tarkastellaan holistisesti; kehollisuuden, tajunnallisuuden ja situationaalisuuden kautta. Hermeneutiikkaan kuuluu myös tulosten tulkinta.

Tutkimuksessa selvisi, että rahapeliongelman omaava voi joutua sinnittelemään vuosikausia pienillä käyttövaroilla. Velkaa lyhennetään kuukausittain suurilla summilla. Osa veloista on usein ulosoton perinnässä, jonka lisäksi maksetaan muita velkoja. Elämä on jatkuvaa taistelua myös pelihimoa vastaan. Pelihimoa lisäävät mainokset. Niitä pelaajat pitävät vastuuttomina, sillä usein ne lisääntyvät juuri silloin, kun he ovat asettaneet kieltoja peliyhtiöille sekä luotonantajille ja ilmoittaneet rahapeliongelmaista. Taloudellinen tilanne on jokaisen kirjoittajan päällimmäinen huoli. Siitä huolimatta kukaan ei kerro saaneensa tai edes hakeneensa toimeentulotukea. Heillä on käsitys, ettei sitä ole mahdollista saada. Tutkielman rahapelaajat osoittautuvat pikemminkin vastuuntuntoisiksi kuin vastuuttomiksi. He haluavat maksaa velkansa takaisin ja kärsiäkin tiukasta tilanteesta, koska kokevat itse aiheuttaneensa ongelmansa. He alkavat kantamaan vastuunsa perheen menoista, kun ovat onnistuneet lopettamaan pelaamisen.

Häpeä ja syyllisyys pelaamisesta on valtaisa. Moni salaa ongelman kaikilta ja ainoa tuki on keskustelualueen vertaistuki. Osa pelaajista kertoo vain läheisilleen. Parhaiten pelaamisesta näyttävät pääsevän eroon ne pelaajat, joilla on läheisten tuki ja sen lisäksi hakevat myös muuta tukea, kuten psykoterapiaa tai psykologin palveluja sekä talous- ja velkaneuvontaa. Silloin opitaan tunteiden käsittelyä ja saadaan vaihtoehtoisia ratkaisuja pelihimon iskiessä sekä neuvoja ja tukea talouden hoitoon. Rahapelaajien GA-ryhmät koetaan myös hyvänä tukena, koska siellä ymmärretään ongelmaa parhaiten.

Sosiaalityön rooli rahapeliriippuvaisen tukemisessa jäi tämän tutkielman aineistossa todella vähäiseksi. Sosiaalityölle on kuitenkin ominaista tarkastella kokonaisvaltaisesti asiakkaan elämäntilannetta. Tutkimusten mukaan sairausorientaation rinnalle tai vaihtoehtoksi voidaan ottaa elämäntilanneorientaatio. Rahapeliongelman kehittymiseen vaikuttavat monet eri tekijät, jotka usein vaikuttavat yhtäaikaaisesti. Ei voi vastuuttaa vain rahapelaajaa. Tarvitaan eri alojen yhteistyötä, että rahapelaamisen haittoja saadaan vähennettyä. Sosiaalityö on tärkeä tekijä tässä yhteistyössä kuin myös rahapeliriippuvaisen muutokseen motivoimisessa ja tukemisessa. Rahapeliongelmaa on syytä kartoittaa sosiaalityössä palvelutarpeen arviota tehtäessä. Se tulee ottaa puheeksi esimerkiksi työterveyshuollon käynneillä ja ottaa huomioon työpaikkojen päihdeohjelmissa.

Avainsanat: rahapelaaminen, rahapeliongelma, elämismailma, elämäntilanneorientaatio, fenomenologinen tutkimus

X Tutkielma ei sisällä muita kuin tekijän omia henkilötietoja

SISÄLLYS

1	JOHDANTO	1
2	ONGELMALLINEN RAHAPELAAMINEN ILMIÖNÄ	4
2.1	Rahapelaamisen määrittelyä ja rahapelaamisesta Suomessa.....	4
2.2	Ongelmalliseen rahapelaamiseen liittyvää tutkimusta	5
2.3	Rahapeliriippuvuuden kehittyminen.....	9
2.4	Rahapelihaitat	13
2.5	Rahapeliongelman kohtaaminen sosiaalityössä.....	17
3	TUTKIMUKSEN METODOLOGISET LÄHTÖKOHDAT	21
3.1	Tutkimustehtävä	21
3.2	Tieteenfilosofiset lähtökohdat	22
3.3	Kokemus fenomenologisena tutkimuskohteena	24
3.4	Tutkimusmetodi ja aineisto	26
3.5	Aineiston fenomenologinen analyysi	27
3.6	Tutkimuseettiset kysymykset	30
4	TUTKIMUKSEN TULOKSET.....	32
4.1	Yksilötason merkitykset	32
4.2	Yleisen tason merkitykset.....	36
4.3	Rahapeliriippuvaisten elämismaailman hahmottaminen kehollisuuden, tajunnallisuuden ja situationaalisuuden kautta	41
4.4	Rahapeliongelmassa saatu tuki ja sen merkitys.....	50
5	JOHTOPÄÄTÖKSET	53
6	POHDINTA.....	58
	LÄHTEET	63
	LIITE 1	71
	LIITE 2	72

1 JOHDANTO

Suomalaiset ovat rahapeliä suurkuluttajia. Kansainvälisessä vertailussa kulutamme neljänneksi eniten rahaa rahapeleihin (Economist 2017). Useimmat meistä ovat lapsuudessaan jo oppineet pelaamisen vanhemmiltaan. Muistan 80-luvulta, että joka lauantai-ilta naapurin mies saapui lottokuponkiensa kanssa mummolaan seuraamaan televisiosta lottoarvontaa. Yhdessä jännitimme tuloksia. Suurimmalle osalle pelaajia pelaaminen onkin mukavaa viihdettä, mutta sillä on myös kääntöpuolensa, koska pelaaminen voi aiheuttaa riippuvuutta. Se saattaa pahimmassa tapauksessa tuhota ihmisen elämän.

Olen toiminut sosiaalialalla parikymmentä vuotta ja monessa työssä rahapeliongelma on tullut vastaan. Vanhustyössä riippuvuutta näytti monilla vanhuksilla kehittyneen rahapeliautomaatteihin. Kuntouttavan työtoiminnan ohjaajana asiakkaina oli paljon pelaavia syrjäytyneitä nuoria, ja muutama heistä oli velkaantunut rahapelaamisen vuoksi. Pikavippifirmat tulivat heille tutuiksi. Jonkun nuoren peruskoulu oli keskeytynyt pelaamisen vuoksi, ja hän oli jäänyt sen jälkeen vain kotiin pelaamaan. Perheneuvolan sosiaalityöntekijänä toimiessani lasten pelikonsoli- tai älypuhelinpelaaminen esiintyi monissa perheissä hankalana ongelmana. Muutamassa perheessä toinen vanhempi pelasi ja joku oli ajanut perheen velkavankuteen rahapelaamisensa vuoksi. Rahapeliongelmaa ilmeni myös aikuissosiaalityön asiakkailla sekä lastensuojelun sosiaalityöntekijänä toimiessani. Pienellä paikkakunnalla kyse oli usein samoista asiakkaista, jotka kuormittivat palveluverkostoa.

Rahapelaamisesta on tehty paljon tutkimuksia sekä kansainvälisesti että kansallisesti. Suurin osa tutkimuksista on kvantitatiivisia kyselytutkimuksia ilmiön yleisyydestä, joissa ei ehkä kovin syvällistä kuvaa ongelmasta saada. Tässä tutkielmassa halutaan saada kuuluviin rahapeliongelman omaavan ihmisen ääni. Rahapeliongelma koskettaa monia ihmisiä, mutta rahapeliongelma ei silti haluta kertoa yleensä edes läheisille. Pelätään ympäristön nuivaa suhtautumista ja leimaantumista vastuuttomaksi ihmiseksi. Haluan tällä tutkimuksella nostaa esiin, millaista eläminen rahapeliongelman kanssa voi olla. Ehkä siten voidaan lisätä ymmärrystä rahapeli-riippuvuuteen, eikä niin helposti leimata ongelman kanssa painivia toisen luokan kansalaisiksi. Tämän tutkielman yhtenä tavoitteena on lisätä erityisesti sosiaalityöhön tietoa rahapeliongelma-ongelmasta, että voidaan paremmin auttaa ja ymmärtää ongelman kanssa kamppailevaa asiakasta. Tutkimuksessa selvitetäänkin, millaista tukea pelaajat ovat ongelmaansa saaneet ja millaisena he kokevat tämän tuen merkityksen.

Alkuperäinen ajatukseni oli saada haastateltaviksi aikuissosiaalityön asiakkaita, joilla on rahapeliongelma. Haastateltavien saaminen osoittautui kuitenkin niin vaikeaksi, että päädyin varasuunnitelmaan eli käyttämään aineistona Päihdelinkin Valtti-keskustelun alueen päiväkirjatyyppejä. Keskustelualue on tarkoitettu rahapeliongelman omaaville. Tästä muutoksesta oli varmasti hyvätkin puolensa, sillä anonyymisti kirjoitettaessa saatetaan uskaltaa ottaa esille sellaisia asioita, joita ei kasvokkain haluaisi kertoa. Haastatteluissa olisin kyllä voinut kysyä juuri sosiaalityön merkitystä rahapeliongelman kanssa painittaessa. Nyt oli tyydyttävä siihen tietoon, mitä keskustelualueen kirjoituksista sosiaalityön osalta nousi, sekä aiemmista tutkimuksista selvisi. Vaikka sosiaalityötä käsittelevä tieto muodostui vähäiseksi, niin tutkimustulosten pohjalta pohdin sosiaalityön roolia rahapeliongelman hoidossa

Kokemusten tutkimiseen soveltuu parhaiten fenomenologinen tutkimusote, jota tutkielmassa selvitetään ja sovelletaan. Tutkimusaineisto on analysoitu käyttämällä fenomenologista analyysiä, johon on lisätty myös ilmiön ymmärtämiseen pyrkivä vaihe Lehtomaata (2018) mukaillen. Tutkimus on siten luonteeltaan hermeneuttisfenomenologinen, koska se sisältää myös tulkintaa, jota ei aina fenomenologisessa tutkimuksessa ole mukana. Koin tämän vaiheen mukaan ottamisen tärkeänä, koska fenomenologisen tutkimuksen tulosten hahmottaminen yksilökohtaisista ja yleisistä merkitysverkostoista voisi olla haastavaa. Oletan tämän tutkielman lukijakunnan muodostuvan pääasiassa sosiaalityöntekijöistä, sosiaalihoitajista ja sosiaalityön opiskelijoista, jota haluavat nopeasti saada tietää, mitä tämän tutkimuksen tulokset haluavat kertoa. Tuloksista on kuitenkin luettavissa myös rahapeli-riippuvaisten yksilöllisemmät kokemukset, jos niihin haluaa tarkemmin perehtyä.

Tutkielmassa selvitetään ensin ongelmallista rahapelaamista ilmiönä. Selvitetään, millaista rahapelaaminen ja sen järjestäminen on nykyisin Suomessa. Seuraavaksi kerrotaan rahapelaamisen tutkimuksen kehittämisestä Suomessa ja millaista tutkimusta rahapeli-riippuvuudesta on kansainvälisestikin tehty. Perehdytään erityisesti niihin tutkimuksiin, joissa on tutkittu rahapeli-riippuvaisten kokemuksia. Sitten selvitetään ongelmalliseen rahapelaamiseen liittyviä tärkeimpiä käsitteitä ja perehdytään tutkimusten avulla rahapeli-riippuvuuden kehittymiseen. Teoriaosuuden viimeisessä alaluvussa pohditaan sosiaalityön ja muiden tutkimusten merkitystä rahapeliongelman hoidossa.

Tutkimuksen metodologisessa osiossa perustellaan tutkimusaiheen valintaa ja määritellään tutkimuskysymykset. Sitten selvitetään tieteenfilosofisia lähtökohtia, jotka pitävät sisällään perusteluja hermeneuttisfenomenologiselle tutkimusotteelle sekä tutkijan ontologiset käsitykset ja tutkimusetiikkaan liittyviä kysymyksiä. Selvitetään myös, millaisen kokemus tutkimuskohteena käsitetään. Sitten esitellään tutkimuksen aineiston hankkimisen sekä fenomenologisen analyysin vaiheita.

Tutkimuksen tuloksissa selvitetään ensin rahapeliriippuvaisten kertomuksista luotuja yksilökohtaisia merkitysverkostoja. Toisessa alaluvussa näistä on koostettu yleisiä merkitysverkostoja. Kolmas alaluku on omistettu rahapeliongelman ilmiön ymmärtämiselle tämän tutkimuksen aineiston merkitysverkostojen sekä ilmiöön liittyvän tutkimus- ja teoratiedon pohjalta. Johtopäätös- ja pohdintaluvuissa on mukana lisäksi vielä omaa tulkintaani ja pohdintaani tutkimustuloksista ja tutkimusprosessista.

2 ONGELMALLINEN RAHAPELAAMINEN ILMIÖNÄ

2.1 Rahapelaamisen määrittelyä ja rahapelaamisesta Suomessa

Arpajaislaki (23.11.2001/1047) käyttää rahapelaamisesta käsitettä arpajaiset, jolla tarkoitetaan toimintaa, mistä voi vastiketta vastaan voittaa kokonaan tai osittain sattumaan perustuvan rahavoiton. Sattumaan perustuvia onnenpelejä ovat erilaiset raha-arpajaiset, veikkauspelit ja suurin osa raha-automaattipeleistä. Pelaajan taidoilla voi puolestaan olla jonkin verran merkitystä vedonlyönti-, kasino- ja totopeleissä. Rahapelaaminen voidaan luokitella myös kivijalassa pelattaviin tai internetissä pelattaviin peleihin. (Raijas & Pirilä 2019, 15.) Rahapelaamisesta voidaan käyttää käsitettä uhkapelaaminen, jolla tarkoitetaan sitä, että pelaaja käyttää pelaamiseen rahaa runsaasti yli oman varallisuuden. (Rikoslaki 19.12.1889/39). Tässä tutkielmassa ei käytetä uhkapelaamisen käsitettä.

Suomessa rahapelaamista pidettiin aikoinaan syntinä, mutta nykyisin se on koko kansan huvia ja viihdeteollisuutta. Pelaaminen käsitetään usein jopa hyvänä asiana, koska tuotto on ohjattu yleishyödyllisiin tarkoituksiin. Terveystieteiden ja hyvinvoinnin laitoksen Suomalaisten rahapelaaminen 2019 –väestötutkimuksen mukaan suomalaisista 78 prosenttia oli pelannut viimeisen 12 kuukauden aikana jotakin rahapeliä. Runsas neljännes pelasi rahapelejä kerran viikossa tai useammin. Miehet pelasivat naisia useammin. Suosituimmat pelityypit olivat lottopelit (64 %), arpapelit (47 %) ja raha-automaattipelit (31 %). (Salonen, Hagfors, Lind & Kontto 2020a, 5, 31, 48, 50.) Noin puolet vuosittaisesta suomalaisesta rahapelituotosta tulee pieneltä joukolta pelaajia (2,5 %), joiden sosioekonominen asema on pääasiassa heikko (Salonen & Raisamo 2015). Suomalaiset häviävät rahaa rahapeleissä neljänneksi eniten maailmassa. Edelle rahapelikulutuksessa menevät vain Australia, Singapore ja Irlanti. (Economist 2017.)

Manner-Suomessa rahapelien tarjoaminen kuuluu yksinoikeudella Veikkaus Oy:lle. Ålands Penningautomatförening (PAF) vastaa Ahvenanmaalla sekä Itämeren matkustaja-aluksilla rahapelien tarjonnasta. Niiden pelien lisäksi suomalaiset pelaavat ulkomaisia rahapelejä internetissä, joka toimintana on laillista. Yksinoikeusjärjestelmään liittyvä lainsäädäntö koskee vain rahapelien toimeenpanoa ja markkinointia. Suomessa yksinoikeusjärjestelmää perustellaan sillä, että se estää pelintarjoajien välistä kilpailua ja sen katsotaan ehkäisevän sekä vähentävän rahapelihaittoja. Muualla Euroopassa ei vastaavaa täysin valtiollista rahapelimonopolia ole olemassa. Alaikäisiltä rahapelaaminen on kielletty vuodesta 2011 lähtien, mutta

silti jopa 41 % 15–17-vuotiaista nuorista ilmoitti uusimmassa väestökyselyssä vuonna 2019 pelanneensa rahapelejä. (Salonen ym. 2020a, 30, 31, 55; Lähteenmaa 2022, 8.)

Arpajaislaissa (13 c §) säädetään rahapelien toimeenpanosta, että niiden toimintaan osallistuvien oikeusturva pitää taata, väärinkäytöksiä ja rikoksia ehkäistä, sekä vähentää ja ehkäistä pelaamisesta aiheutuvia taloudellisia, sosiaalisia ja terveydellisiä haittoja. Arpajaislakiin onkin viime vuosina tehty useita muutoksia, joilla tähän pyritään. Laissa arpajaislain muuttamisesta (22.12.2021/1284) on säädetty pakollinen tunnistautuminen Veikkaus Oy:n peleihin. Pelaajalla voi sen mukaan olla ainoastaan yksi pelitili, eikä sitä voi saada alle 18-vuotiaana. Tämä muutos on tullut voimaan vuoden 2022 alussa. Nykyinen hallitus on puolestaan muuttamassa Veikkauksen rahapeleistä saadun tuoton ohjaamiskäytäntöjä. Tähän asti tuotoista noin miljardi euroa on jaettu vuosittain siten, että noin 50 prosenttia ohjautuu urheilun ja liikuntakasvatukseen, tieteeseen, taiteeseen sekä nuorisotyön edistämiseen, 40 prosenttia terveyden ja sosiaalisen hyvinvoinnin edistämiseen ja 4 prosenttia hevoskasvatukseen ja hevosten urheilun edistämiseen. Arpajaislain muutoksen myötä rahapelituotot ohjautuvat valtion budjettiin. Aiempiin rahoituskohteisiin myönnetään varat suoraan valtion budjetista, eikä niitä sidota rahapelituottoihin. Rahoitusmallin on määrä tulla voimaan vuoden 2024 alussa. (Kotakorpi, Roukka & Viren 2016, 447; Valtioneuvosto 2022.) Jatkossakin rahapelituotoilla on merkitystä valtion budjetissa, sillä ei ole kyse aivan pienistä summista.

2.2 Ongelmalliseen rahapelaamiseen liittyvää tutkimusta

Rahapelaamisesta ja rahapelaamiseen liittyvistä ongelmista on todella runsaasti sekä kansallisesti toteutettuja että ulkomaisia tutkimuksia. Rahapelaaminen on yleismaailmallinen ilmiö ongelmiseen. Suomessa voimassa oleva arpajaislain 52 § velvoittaa tutkimaan ja seuraamaan rahapeleistä aiheutuvia haittoja sekä kehittämään rahapelihaittojen ehkäisyä ja hoitoa. Tutkimustoiminnasta on vastuussa sosiaali- ja terveysministeriö. Veikkaus Oy on velvoitettu korvaamaan toiminnan kulut valtiolle eli rahapelituotoista. Siten rahoitus rahapelihaittojen tutkimukseen ja ehkäisyyn tulee rahapelaajilta.

Suomalaisen tutkimuksen rahoitusmallista ollaan erimielisiä tutkijoiden kesken. Osa ei pidä hyvänä sitä, että rahoitus tutkimukseen tulee rahapelaamisesta ja rahapeliyhtiöiltä, koska malli voi vääristää tutkimustuloksia. Tutkijoita kehoitetaan rahapelaamisesta tulevista rahallaisista riippumattomaan tutkimukseen. (Livingstone & Adams 2015, 5, 8.) Kilpailu- ja

kuluttajaviraston vuoden 2021 selvitys rahapelaamisesta kannattaa rahapelituottojen ohjautumista valtion budjettiin, josta rahoitus nykyisille edunsaajille ohjattaisiin riippumatta rahapelituotoista (Maliranta 2021, 26–28). Keskustelua rahapelituottojen ohjaamisen eettisyydestä käydään myös EU:n tasolla, koska tuotto on suorassa suhteessa rahapelihaittoihin (Raijas & Pirilä 2019, 51, 52). Uusi rahoitusmalli tuottojen ohjaamisesta ei pidä edelleenkaan sisällään arpajaislain 53 §:n mukaista tutkimustoimintaa. Jatkossakin rahoitus rahapeli-toimenpanoon liittyvien haittojen arvioinnista, haittojen tutkimuksesta sekä niiden ehkäisyn ja hoidon kehittämisestä aiheutuvista kustannuksista peritään Veikkaus Oy:n rahapelituotoista. (Valtioneuvosto 2022, 6.)

Ensimmäinen suomalaisten rahapelaamista ja rahapeliongelmia selvittävä väestökysely tehtiin sosiaali- ja terveysministeriön toimesta vuonna 2003, jonka jälkeen tilannetta on kartoitettu neljän vuoden välein. Rahapelialan seuranta- ja tutkimus- ja kehittämistoiminta aloitettiin varsinaisesti vuoden 2007 alusta Sosiaali- ja terveysalan kehittämiskeskuksessa Stake-issa. Vuonna 2016 Veikkaus Oy:n rahoitusta saaneet tutkimusorganisaatiot eli THL, Alkoholitutkimussäätiö ja Helsingin yliopisto perustivat yhteisen tutkimusyhteistyöryhmän, jonka tavoitteena on tehostaa tutkimusta ja suunnata sitä keskeisiin aihealueisiin. (Lintonen, Nordmyr, Raisamo & Tuukka 2016, 437, 441.) Helsingin yliopisto aloitti yhteistyön Pohjoismaisen hyvinvointikeskuksen tieteellisen aikakauslehden *Nordic Studies on Alcohol and Drugs* (NAD) kanssa vuoden 2020 alusta, minkä koettiin helpottavan tutkimusten julkaisemista (Pohjoismaisen hyvinvointikeskus 2019).

Lintonen ym. (2016) selvittivät rahapelitutkimuksen bibliografiaa eli tuohon mennessä aiheesta tehtyjä kansainvälisiä ja kotimaisia tutkimuksia. Nordmyr ja Forsman (2018) puolestaan kartoittivat Pohjoismaissa tehtyjä tutkimuksia. Lintonen ym. (2016, 439, 440) löysivät 122 rahapelaamiseen liittyvää suomalaista vertaisarvioitua tutkimusta ja arvioivat, että lakiin perustuva rahoitus on saanut Suomessa aikaan laajan tutkimustoiminnan. Nordmyr ja Forsman (2018, 341) löysivät 382 pohjoismaista tutkimusta rahapelaamisesta vuosilta 2000–2015. Niistä 70 oli suomalaisia. Suhteellisesti enemmän on kuitenkin kansainvälistä tutkimusta, joissa kärkimaina ovat Yhdysvallat, Kanada ja Englanti (Lintonen ym. 2016, 438). Tutkimus näyttää on monitieteellistä, mutta painottuu enemmän psykologian alaan kuin esimerkiksi yhteiskuntatieteisiin.

Abbott ym. (2018) päivittivät kansainvälisessä tutkimusryhmässä useiden yliopistojen yhteistyönä ongelmallista rahapelaamista edistävästä tekijöistä käsitteellisen viitekehyksen (*Conceptual Framework of Harmful Gambling*), joka perustuu rahapeliriippuvuudesta tehtyyn aiempaan monitieteelliseen tutkimukseen. Ensimmäinen painos tästä oli tehty vuonna 2013 ja päivitetty vuonna 2015. Selvityksessä on käytetty useita uusimpia meta-analyysseja ja systemaattisia tutkimuskatsauksia, joita on tehty rahapeliriippuvuudesta. Sitä voidaankin siten pitää rahapeliriippuvuuteen liittyvän uusimman tieteellisen tiedon koosteena. (Hilbrecht ym. 2020, 192–193.) Käytän tässä tutkielmassa pääasiassa Hilbrechtin ym. (2020) julkaisemaa tutkimusartikkelia, jossa kerrotaan tiivistetysti Abbottin ym. (2018) katsauksen sisällöstä ja käytetyistä tutkimuksista.

Rahapeliongelmaa on tavallisimmin kartoitettu sen yleisyyden näkökulmasta (Nordmyr & Forsman 2018, 344; Salonen ym. 2020a, 30). Rahapeliongelmien hoito- ja palvelujärjestelmätutkimusta ei Suomessa ole vielä kovin paljon tehty ja tutkimusta palvelujen vaikuttavuudesta tarvittaisiin (Lintonen ym. 2016, 441). Rahapeliriippuvaisia ei suomalaisessa tutkimuksessa juurikaan ole päästy haastattelemaan, eikä kvalitatiivisia tutkimuksia peliriippuvaisten kokemuksista haastattelujen pohjalta ole tehty.

Seuraavaksi esitellään joitakin tutkimuksia rahapelaajien kokemuksista. Otin mukaan myös uusimman suomalaisen tutkimuksen, joka ei ole haastattelututkimus, mutta kokemuksia voi tutkia muillakin tavoilla. Tutkimusten varsinaiset tulokset on nivottu muuhun teoriaosuuteen, kun selvitetään perusteellisemmin ongelmallista rahapelaamista ilmiönä. Siinä käyte-
tään kokemuksiin perustuvien tutkimusten lisäksi lukuisia muita rahapelaamiseen liittyviä tutkimuksia ja artikkeleita.

Nuske, Holdsworth, ja Breen (2016) haastattelivat australialaisia naisia rahapelaamiseen liittyvistä kokemuksista. Siinä haluttiin selvittää niitä elämäntapahtumia ja sosiaalisia yhteyksiä, jotka johtavat rahapelaamisen lisääntymiseen. Tutkimuksessa käytettiin taustateorianaan Putnamin (2000)¹ sosiaalisen pääoman teoriaa, johon tuloksia peilattiin. Tutkimuksessa verrattiin viihdepelaamisessa pysyvien ja ongelmapelaamiseen johtaneiden naisten elämänti-

¹ Putnam, Robert (2000): *Bowling Alone: The Collapse and Revival of American Community*. New York, Simon & Schuster.

lanteiden eroja. Rahapelaaminen tapahtui pelisaleissa. Molemmilla pelaamisen motiivit olivat samansuuntaiset, mutta eroja ilmeni naisten sosiaalisten tukiverkostojen vahvuudessa sekä naisten valitsemissa selviytymiskeinoissa.

Heiskanen (2017a) haastatteli erilaisiin tukipalveluihin osallistuvia rahapelaajia. Osa tutkimukseen osallistuvista oli mukana kunnallisissa palveluissa ja osa vertaistukiryhmiin osallistuvia. Tutkimuksessa selvitettiin, millaisia kokemuksia haastateltavilla oli taloudellisista vaikeuksista toipumisesta. Haluttiin saada tietää, miten erityisesti julkiset sosiaalipalvelut, kuten sosiaalityö, pystyvät auttamaan rahapeliongelman aiheuttamissa taloudellisissa ongelmassa. Rahapelaajien taloudellinen asema vaihteli, joka myös vaikutti tuen saamiseen. Tutkimuksen johtopäätöksenä oli, että sosioekonomiset taustatekijät on syytä ottaa huomioon, kun suunnitellaan tukitoimia ongelmapelaajille.

Miller ja Thomas (2018) kartoittivat australialaisten pelaajien kokemuksia siitä, miten heihin vaikuttaa hallinnon ja yleisen keskustelun vaatimus vastuullisesta pelaamisesta. Tutkimuksessa haluttiin selvittää, lisääkö keskustelu pelaajien jo entuudestaan kokemaan stigmaa eli häpeäilemaa. Tutkimukseen haastateltiin 26 henkilöä, joilla oli kokemus rahapeliongelmaasta. Osallistujat kokivat keskustelun lisäävän häpeää ja johtivat negatiivisiin stereotyyppioihin rahapeliongelman omaavista henkilöistä. Keskustelulla ei puolestaan ollut merkitystä heidän pelaamiskäyttäytymiseensä tai tuen hakemiseen ongelmapelaamiseen.

Lähteenmaa (2022) kartoitti suomalaisten nuorten asenteita ja käsityksiä rahapelaamisesta. Tutkimus toteutettiin internet-kyselyllä vuonna 2019. Tutkimukseen vastasi 228 nuorta aikuista, jotka olivat 16–35-vuotiaita ja asuivat eri puolilla Suomea. Tutkimukseen tavoiteltiin aluksi ohjaamoiden ja nuorten työpajojen asiakkuudessa olevia työttömiä tai työvoiman ulkopuolella olevia nuoria. Kuitenkin otosta laajennettiin Veikkauksen etuasiakastiedotteen avulla koskemaan myös muita alle 35-vuotiaita. Tutkimuksessa selvitettiin erityisesti asenteita, jotka mahdollisesti suosivat pelaamista tai ovat estämässä avun hakemista. Tutkimuksessa selvisi, että noin 20 prosentilla vastaajista ilmeni rahapeliongelmia. Tutkimus ei kuitenkaan ole yleistettävissä, mutta antaa kuitenkin viitteitä ongelman yleisyydestä nuorten aikuisten keskuudessa.

2.3 Rahapeliriippuvuuden kehittyminen

Rahapeliongelma on yläkäsite riskitason pelaamiselle, ongelmapelaamiselle ja peliriippuvuudelle. Riskitason rahapelaaminen ei aiheuta pelaajalle kovin merkittäviä haittoja, mutta usein se pahenee ongelmapelaamiseksi. Ongelmapelaamiseen puolestaan jo liittyy kielteisiä vaikutuksia, kuten talous- tai terveysongelmia. Rahapeliriippuvuus on ongelman vakavin aste. Vuoden 2019 väestökyselyssä riskitasolla ilmoitti pelaavansa 10,7 prosenttia vastaajista (noin 397 000 henkilöä). Kolme prosenttia vastaajista arveli, että heillä on rahapeliongelma (noin 112 000 henkilöä) ja rahapeliriippuvuudesta ilmoitti 1,4 prosenttia (noin 52 000 henkilöä). (Salonen, Lind, Hagfors, Castrén & Kontto 2020b, 8, 9.) Rahapeliongelma koskettaakin jonkinasteisena suurta osaa suomalaisia, sillä monilla pelaajilla on läheisiä, joihin ongelma vaikuttaa.

Maailman terveysjärjestö WHO on kirjannut peliriippuvuuden (*gaming disorder*) uuteen ICD11-tautiluokitukseen, joka tuli voimaan vuoden 2022 alussa. WHO:n mukaan diagnosoin peliamishäiriöstä voi saada, jos pelaaminen on jatkuvaa, toistuvaa ja hallitsematonta. Rahapelihäiriö tai rahapeliriippuvuus (*gambling disorder*) on diagnosoitu erikseen. Silloin rahapelaaminen on edellisten lisäksi sellaista, että pelaaja asettaa rahapelaamisen kaiken muun edelle ja pelaaminen jatkuu kaikista sen aiheuttamista haitoista huolimatta. Ongelmallisen käyttäytymisen on pitänyt jatkua vähintään 12 kuukauden ajan, mitä aikaa voidaan lyhentää, jos muut diagnostiset vaatimukset täyttyvät ja oireet ovat vakavia. (ICD-11 2021.) Pelihimo on jo aiemmin kuulunut ICD-10-tautiluokitukseen, jonka kriteerit vastaavat nykyisen rahapeliriippuvuuden kriteereitä. Ajattelin tätä tutkielmaa aloittaessani, että pelihimon käsite olisi jollain tavalla vanhanaikainen, enkä sitä käyttäisi. Kuitenkin lukiessani pelaajien keskusteluja ja päiväkirjoja suurin osa kirjoittajista kertoi taistelustaan pelihimoa vastaan. Käytän pelihimon käsitettä esitellessäni tutkimustuloksia.

Rahapeliriippuvuudesta voidaan käyttää myös nimitystä patologinen pelaaminen, joka amerikkalaisessa DSM-luokittelussa kuuluu impulssikontrollin häiriöihin. Muita tähän luokaan kuuluvia häiriöitä ovat pyromania, kleptomania ja pakonomainen ostaminen. Impulssikontrollin häiriöissä painottuvat pakko-oireisen häiriön, riippuvuushäiriön, mielialahäiriön tai tarkkaavaisuus- ja ylivilkkaushäiriön tunnuspiirteet. Patologisessa pelaamisessa ilmenee yleensä kaikkia näitä piirteitä, mutta erityisesti korostuvat riippuvuushäiriö sekä pakko-oireisuus. Pakko-oireisuudesta lieenee kyse, kun kerrotaan pelihimon iskemisestä. Patologiselle

pelaamiselle eli rahapeliriippuvuudelle on tyypillistä, että pelaaja yrittää voittoa takaisin häviämäänsä rahoja, pelaamisella paetaan ongelmia ja kielteisiä tunnetiloja, pelaamista salailaan ja valehdellaan läheisille. Kuvioihin astuvat mukaan usein rikolliset keinot pelirahojen saamiseksi, rahan lainaaminen, pikavippien ja luottojen ottaminen pelaamiseen ja pelaamisesta aiheutuneiden talousvaikeuksien korjaamiseen. (Halme & Tuukka 2008, 302, 303.) Tässä tutkielmassa käytetään käsitettä rahapeliriippuvuus eikä patologisen pelaamisen käsitettä.

Raha- ja digipelien ongelmapelaaminen kuuluu toiminnallisiin riippuvuushäiriöihin, jotka ovat luonteeltaan biopsykososiaalisia. Häiriön syntymiseen vaikuttavat perimän ja neurobiologisten ominaisuuksien lisäksi sosiaaliset, psykologiset ja ympäristöön liittyvät tekijät. Toiminnalliset riippuvuudet ovat luonteeltaan ja oirekuvaltaan sekä hoidon osalta samankaltaisia kuin aineisiin liittyvät riippuvuudet. Molemmat aiheuttavat mielihyvän kokemuksia, sielotykyvyn kasvua ja vieroitusoireita. Riippuvuutta aiheuttava toiminta lisää dopamiinitasoa aivoissa, jonka määrään riippuvuuden kehittyminen kietoutuu. Tutkimusten mukaan riippuvuudet saavat aikaan muutoksia persoonallisuuden piirteissä sekä motivaatioon ja oppimiseen liittyvissä aivotoinnoissa. (Grant, Potenza, Weinstein & Gorelick 2010, 234, 235; Castren & Alho 2020, 9.)

Abbottin (2018) ja muiden tutkijoiden koostamassa käsitteellisessä viitekehyksessä ongelmallinen rahapelaaminen jaetaan rahapeliongelmaa edistäviin erityisiin teemoihin sekä yleisiin teemoihin. Erityisiä teemoja ovat rahapelaamiselle tyypillinen yhteiskunnallinen ympäristö, altistumista edistävät tekijät kuten rahapelien saatavuus ja mainonta, rahapelityypit ja rahapelaamisen resurssit. Ongelmallisen rahapelaamisen kehittymiseen vaikuttavat myös sosiaaliset, biologiset, psykologiset ja kulttuuriset tekijät. Rahapeliongelman kehittyminen on siten moniulotteinen prosessi, johon vaikuttavat monet asiat. (Abbott ym. 2008, 6.)

Rahapelaamiseen vaikuttavat kunkin maan yhteiskunnallinen järjestelmä ja rahapelaamiseen liittyvät valtiolliset säätelykeinot ja valvonta. Sosiaalipolitiikan avulla pyritään vähentämään rahapelaamisen haittoja, mutta samalla mukana voi olla intressejä rahapelaamisesta saatavien tuottojen ja verotulojen saamisesta. (Hilbrecht ym. 2020, 192.) Suomessa rahapelaamisen tuottoja on ohjattu yleishyödyllisiin kohteisiin, joiden koko olemassaolo on voinut joskus olla riippuvainen rahapelituotoista. Uusi lakiesitys rahoitusmallista on kuitenkin tulevana vuosina muuttamassa tätä käytäntöä. Veikkaus Oy:n rahoitus järjestöille lopetetaan

asteittain. Nämä saavat jatkossa tukea suoraan valtiolta, eikä tuki ole kytköksissä rahapeli-tuottoihin. Rahoitusmallin kehittämismuistiossa yksi reunaehto on, ettei rahapelijärjestel-mällä saa tavoitella taloudellista hyötyä eikä siihen sille voi asettaa mitään tuottotavoitetta. (Valtioneuvosto 2022, 3.) Kuitenkin valtio saa jatkossakin rahapelaamisesta tuottoa, joka suurelta osin tulee rahapeliongelman omaavilta pelaajilta.

Rahapelaamisen aloittamiseen on vallitsevalla kulttuuriympäristöllä suuri merkitys. Nykyi-sin rahapelit ovat joka hetki saatavilla älykännyköiden kautta. Strand (2011, 511) on löytänyt rahapelaamisen kuvaamiseen *moneytainment*-käsitteen, millä tarkoitetaan ”sykähdyttävän jännittävää tunnetta, joka tulee, kun laitat rahaa likoon voittaaksesi rahaa”. Käsite tulee eng-lannin kielen sanoista *money* (raha) ja *entertainment* (viihde). Tämä positiivinen odottava tunne aktivoi aivojen palkitsemisjärjestelmään (Castrén & Lahti 2015, 71). Mainonta lisää kuvitelmaa unelmien toteutumisesta rahapelivoittojen avulla. Itse kukin meistä on varmasti joskus kuvitellut, mitä tekisi, jos voittaisi lotossa suuren summan rahaa. Suomalaisia moti-voikin rahapelaamiseen vuoden 2019 väestökyselyn mukaan halu voittaa rahaa (noin 50 %). Kolmannes pelaajista kertoi pelaavansa jännityksen, mielihyvän ja hauskuuden vuoksi. Kol-manneksi yleisin syy oli pakeneminen hankalaa olotilaa, rentoutuminen ja stressin vähentä-minen. (Salonen ym. 2020b, 51.) Osalle pelaajista rahapelaaminen pelisaleissa tai kauppo-jen peliautomaateilla voi olla ainoa tapa tavata toisia ihmisiä, jolloin pelaaminen toimii so-siaalisten yhteyksien mahdollistajana. (Castrén & Lahti 2015, 73).

Blaszczynskin ja Nowerin (2002) kehittämässä polkumallissa (*Pathways model*) tutkijat löy-tävät kolme erilaista polkua, jotka voivat johtaa ongelmapelaamiseen. Ehdollistuneet pelaaj-at ovat lähinnä viihdepelaajia, jotka hakevat pelaamisesta seuraa ja jännitystä. Peliongelma on syntynyt pelaamisen hallinnan menettämisestä. Tunneperäisesti alttiilla pelaajilla on edel-lisen ryhmän ominaisuuksien lisäksi taustassaan lapsuuden traumoja, vanhempien peli- tai päihdeongelmia ja lisäksi taipumusta ahdistuneisuuteen ja impulsiivisuuteen eli geneettistä alttiutta. Tämän ryhmän pelaajilla voi olla mielenterveys- tai päihdeongelmia. Pelaaminen tarjoaa heille polun kielteisten tunteiden ja ahdistuksen pakenemiseen Kolmannen ryhmän ongelmapelaajilla on paljon edellisten ryhmien piirteitä, mutta lisäksi epäsosiaalisuutta sekä selviä neurologisia tai neurokemiallisia häiriöitä, joita voivat olla ADHD-oireet, keskitty-mishäiriöt ja voimakas impulsiivisuus. Näistä häiriöistä on jo aiemmin voinut aiheutua ris-kikäyttäytymistä, kuten rikollisuutta, harkitsemattomuutta, itsemurhayrityksiä ja päihdeon-gelmia.

Nusken ym. (2016) naispelaajiin liittyvän tutkimuksen mukaan pelaaminen merkitsee irtiotoa stressaavasta elämäntilanteesta ja taustalla on tavallisimmin jokin negatiivisesti vaikuttava elämänmuutos, kuten kumppanin kuolema, ero puolisoista tai eläkkeelle jäämisen aiheuttama yksinäisyys. Viihdepelaamisen tasolle jäävät tiedostavat rahapelaamisen riskejä paremmin, ja heillä on enemmän tukiverkostoa kuin ongelmalliseen pelaamiseen päätyvillä. Naisia saattaa suojella perinteinen rooli vastuullisesta perheen äidistä, jolloin rahaa pelikoneisiin ei käytetä niin paljon, että siitä koituisi heille ongelmia. Rahapeliriippuvaisuuteen päätyvillä puolestaan voi olla heikkoutta sosiaalisessa vuorovaikutuksessa, alhainen sitoutuminen toisiin ihmisiin ja muita yleisen hyvinvoinnin ongelmia. Naispelaajat eivät myöskään välitä perinteisestä sukupuoliroolista, vaan pelaavat yli varojen, mistä saattaa koitua koko perheelle ongelmia.

Viime vuosina on korostettu vastuullisen rahapelaamisen (*responsible gambling*) merkitystä, jonka on koettu syyllistävän pelaajia ja vähentävän yhteiskunnallista vastuuta (Abbott ym. 2018, 20–21). Vastuullista pelaamista korostetaan suomalaisillakin pelaamiseen liittyvillä sivustoilla ja ajattelu tulee esille myös useissa pelaamiseen liittyvissä tutkimuksissa (mm. Kinnunen 2016, 415). Nykyisin on kuitenkin alettu tiedostamaan, että rahapeliongelman kehittymiseen vaikuttavat monet eri tekijät, jotka usein vaikuttavat yhtäaikaaisesti (Abbott ym. 2008). Tähän liittyy Nowerin ja Calerin (2018, 1) kehittämä syndeeminen näkökulma, joka hahmottaa ongelmaa laajemmin ja haastaa vastuullisen rahapelaamisen mallin. Syndeeminen näkökulma käsittää, että rahapeliongelman syntymistä edesauttavat monitahtoiset mekanismit. Siksi tarvitaan useiden eri sidosryhmien yhteistyötä ongelmien vähentämiseksi. Vastuu ei ole vain pelaajalla. (mt. 2018.) Rahapelaamiselle altistutaan nyky maailmassa aivan eri tavoin kuin vaikkapa 20 vuotta sitten. TV- ja internetmainokset suoltavat mainoksia rahapelaamisesta. Pelaamisympäristö ei enää merkitse baarien ja ruokakauppojen pelirivistöjä, vaan rahapelaaminen voi toteutua älykännykän kautta kaikkialla ja mihin aikaan tahansa.

2.4 Rahapelihaitat

Useimmat pelaajat pystyvät pelaamaan niin, ettei siitä aiheudu haittoja. Runsas rahapelaaminen kuitenkin voi aiheuttaa haittoja yksityisille ihmisille, läheisille, yhteisöille ja koko yhteiskunnalle. Rahapelaamisesta voi koitua pelaajalle ja hänen läheisilleen haittoja tunnetasolla sekä taloudellisia, sosiaalisia ja terveydellisiä haittoja. Haitat vaihtelevat lievistä erittäin vakaviin ja lyhytkestoisista pitkäkestoisiin haittoihin. Haitat voivat olla ajoittaisia, mutta ne voivat myös kroonistua. Kun rahapelaajalla ilmenee terveyshaittoja, ihmissuhdeongelmia ja esimerkiksi rikollisuutta, on syytä epäillä jo vakavampaa rahapeliongelmaa. Yhteiskunnalle haittoja kertyykin sosiaali- ja terveystalouden kustannuksina sekä rikollisuutena, jos rahapelaaminen on johtanut kavalluksiin tai varkauksiin. Pelihaitat vaihtelevat tavallisimmin pelityypin mukaan. Nopeatahtiset pelit kuten raha-automaattipelit aiheuttavat enemmän haittoja kuin hitaammat pelit. Riskiä lisää pienten voittojen saaminen, päävoiton suuruus, pelien helppo saatavuus ja tarjonta. (Jaakkola 2020, 4.; Castrén, Perhoniemi, Kontto, Alho & Salonen 2018, 125–126; Salonen ym. 2020b, 29.)

Suomessa rahapelihaittoja kartoitetaan neljän vuoden välein toteutettavan väestökyselyn sekä joidenkin säännöllisesti toteutettavien hyvinvointikyselyiden yhteydessä. Vuonna 2011 16 % vastaajista koki, että kärsii ainakin yhdestä rahapelaamisen aiheuttamasta haitasta. Vuoden 2017 kyselyssä vähintään yhdestä rahapelihaitasta ilmoitti 11 %, mutta tässä tarkastelussa oli mukana vain kolme maakuntaa. Rahapeliongelmiensa esiintymisessä onkin todettu olevan alueellista vaihtelua. Vuoden 2019 väestökyselyssä varsinaisesta rahapeliongelmaista ilmoitti noin kolme prosenttia suomalaisista, mikä on pysynyt ennallaan vuodesta 2007 lähtien. Riskitasolla pelaaminen puolestaan uusimmassa väestökyselyssä oli vähentynyt vuoden 2015 kyselystä 15 prosentista 10 prosenttiin. Vähentymistä oli tapahtunut sekä naisilla että miehillä. (Murto & Mustalampi 2015, 21; Salonen ym. 2019, 6; Salonen ym. 2020b, 107–109.)

Peluurin vuosiraportin 2020 mukaan peliongelman vakavuudesta viestittivät auttavassa puhelimesta, jos pelaamista oli rahoitettu laittomin keinoin, pelaajaa uhkasi asunnon menettäminen, pelaamista rahoitettiin lainalla ja varsinkin jos pelaamisesta oli koitunut yli 10 000 euron lainamäärä. Vuodesta 2017 alkaen hälyttävänä on pidetty luottotietojen menetystä pelaamisen vuoksi. Myös itsetuhoisuus on usein merkki vakavasta rahapeliongelmaista. Autta-

vaan puhelimeen rahapeliongelmiensa vuoksi soittavilla ilmeni yleisesti stressiä, hermostuneisuutta, ahdistusta tai masennusta, syyllisyyden ja häpeän tunteita sekä vakavia ihmissuhdeongelmia, avioeroja, lasten pahoinvointia, yksinäisyyttä ja syrjäytymistä. Peliongelman pahentuessa arjenhallintataidot heikkenivät ja ilmeni perustarpeiden laiminlyömistä. (Murto & Mustalampi 2015, 21; Silvennoinen & Vuorento 2020, 20.)

Rahapelaaminen aiheuttaa monenlaisia tunnetason haittoja. Useimmiten lievimmät negatiiviset vaikutukset liittyvät siihen, että kadutaan rahapelaamista, koetaan epäonnistumisen tunteita ja vihaisuutta pelaamisesta. Tunteiden kirjo vaihtelee lievästä pahoinvoinnista syvään toivottomuuteen. Rahapelaamiseen liittyy useimmiten suurta häpeää, joka osaltaan lisää ahdistuneisuutta, koska ongelmaa salataan, eikä taakkaa siten saada jaettua kenenkään kanssa. Vaikka rahapeliriippuvuus nykyisin on luokiteltu sairaudeksi, niin edelleen se voidaan mieltää pikemminkin moraalittomana paheena, mikä on omiaan lisäämään häpeää ja stigmatisoitumista. (Strand 2011, 519; Itäpuisto 2011, 310; Murto & Mustalampi 2015, 77; Salonen ym. 2019, 66.) Stigma tekee ihmisestä erilaisen kuin tavalliset ihmiset: huonomman, moraalisesti heikomman ja syvästi halveksittavan (Goffman 1963, 3). Tutkimusten mukaan arviolta 30–76 prosentilla tukea rahapeliongelmaan hakeneista on todettu vakava masennus. 36–50 prosentilla on itsemurha-ajatuksia ja 12–16 prosenttia oli yrittänyt tehdä itsemurhan. (Ladouceur & Lachance 2020, 19.) Erityisesti naisilla rahapeliriippuvuus on miehiä enemmän yhteydessä masentuneisuuteen ja ahdistusoireisiin (Desai ja Potenza 2008, 182.) Millerin ja Thomasin (2018, 19) tutkimuksessa selvisi, että keskustelu vastuullisesta pelaamisesta lisäsi tunnetta siitä, että pelaajat itse olivat täysin vastuussa tilanteestaan. Tästä seurasi leimautumista heikommaksi, itsesyytöksiä ja häpeää. Haastateltavat uskoivat toisten ihmisten tuomitsevan heidät ja syyttävän heitä tilanteestaan. (mt. 2018, 19.) Kun ymmärretään, että rahapeliongelman kehittyminen on lukuisten tekijöiden summa, niin yksinomaan pelaajan vastuuttaminen ei ole paras keino haittojen vähentämisessä.

Velkaantuminen ja taloudelliset menetykset ovat rahapelaamisen haitoista yleisimpiä. Velkaantuminen on peliongelmaisten auttavan puhelimen keskusteluissa yksi keskeisimmistä teemoista (Silvennoinen 2020). Jos iso osa viikoittaisesta käyttörahasta menee pelaamiseen, niin lievimmissäkin rahapeliongelmissa jokapäiväisiin kuluihin ja harrastuksiin jää vähemmän rahaa, mikä voi heikentää omaa ja läheisten elämänlaatua. (Salonen ym. 2019.) Pelaamisen lisääntyessä lainataan rahaa monin eri tavoin. Luottotietojen ollessa vielä voimassa

pelataan luottokortin sallimissa rajoissa, suurempien rahasummien saamiseksi otetaan pikavippejä tai haetaan kulutusluottoja. Luottotietojen menettämisen jälkeenkin maksuhäiriöllä on mahdollista vielä saada luottoa joiltakin luotonantajilta (Strand 2011, 519). Lainaa otetaan myös ystäviltä ja sukulaisilta, mutta tyypillistä on kuitenkin yritys saada pelaamiseen rahaa salassa, jonka pikavipit ja kulutusluotot mahdollistavat. Suurin osa rahapelaajista kuitenkin rahoittaa pelaamisen palkkatuloillaan. Vaikein tilanne onkin pienituloisilla, jonka elämistä pienemmänkin pelivelan ottaminen voi suuresti hankaloittaa ja pahimmassa tapauksessa johtaa velkakierteeseen ja ulosottoon. Usein rahapelaamisesta velkaantuneet yrittävät selvittää velkojensa kanssa mahdollisimman pitkään omin avuin, koska häpeävät rahapelaamistaan ja taloudellista epäonnistumistaan. Peliongelma voi säilyä läheisiltäkin pitkään salassa. (Lähteenmaa 2015, 25, 26.)

Rahapelaamisen vuoksi taloudellisiin ongelmiin joutuneet eivät edusta mitään yhtä ikä-, koulutus- tai sukupuoliryhmää, vaan joukko on todella heterogeeninen. Ei myöskään voida linkittää ongelmaa johonkin yhteen peliin. Yhteinen nimittäjä velkaantumisen taustalla on usein kyvyttömyys yleisessä elämänhallinnassa. Ei hallita taloudellisia asioita ja voi ilmetä yhtäaikaista muita riippuvuusongelmia. Vaikka taustalla voi olla taloudellista kyvyttömyyttä, myös eläminen nykyisessä kulutuskeskeisessä yhteiskunnassa yllyttää kuluttamiseen. (Strand 2011, 514–518.) Kulutusluottoja tarjotaan ja mainostetaan usein aggressiivisestikin. Älykännyköihin suorastaan tulvii mainoksia kulutusluotoista. Siihen kun vielä lisätään rahapelaamiseen liittyvä mainonta, niin ei ihme, että rahapeliongelmiin taipuvainen retkahtaa pelaamaan. Strand (2011, 521) toteaa: ”Rahapelaamiseen liittyvää velkaantumista tai sen aiheuttamia taloudellisia ongelmia ei siten voida johtaa myöskään pelkästään kuluttajan kevytmieliseen toimintaan eikä toisaalta pelkästään riippuvuuteen: suomalainen rahapelaamisensa vuoksi velkaantunut henkilö näyttää olevan yhtä aikaa sekä taitamaton kuluttaja että epäonninen kansalainen.”

Rahapeliongelmissa kärsivillä on samanaikaisesti psyykkisiä ja fyysisiä sairauksia, joiden vuoksi yleensä ensisijaisesti hakeudutaan palveluiden piiriin. Niitä tutkittaessa rahapeliriippuvuuskin voi tulla esille. Rahapeliriippuvuudella on yhteys huonoon ruokavalioon sekä vähäiseen liikuntaan. Nämä yhdessä vaikuttavat yleiseen terveyteen ja hyvinvointiin negatiivisesti, jolloin riski sairastua fyysisesti kasvaa. Varojen kuluessa pelaamiseen välttämättömyyteen lääkkeisiin ei aina ole varaa, mikä voi heikentää joidenkin sairauksien hoitotasa-painoa. (Heinälä 2015, 95; Butler, Quigg, Bates, Sayle & Ewart ym. 2019, 535, 534.)

Päihteidenkäytön on tutkimusten mukaan todettu kytkeytyvän yhteen runsaan rahapelaamisen kanssa. Näiden taustalla voivat vaikuttaa geneettistä taustaa omaava impulsiivisuus, riskinotto ja vähäinen stressinsietokyky, jotka osaltaan voivat altistaa erilaisille riippuvuushäiriöille. (Halme ym. 2010, 106). Mitä nuorempana päihteidenkäyttö on aloitettu, sen suurempi on todennäköisyys riippuvuuden kehittyminen myös rahapelaamiseen. Tupakoivan rahapelaajan riski päätyä ongelmapelaajaksi on seitsenkertainen tupakoimattomaan verrattuna. Alkoholin riskikäyttö lisääntyy yhdessä rahapelaamisen lisääntymisen myötä. Jopa 73 %:lla hoitoon hakeutuneista rahapeliriippuvaisista todetaan olevan myös alkoholiriippuvuutta. Kansainvälisten tutkimusten mukaan yhteys rahapeliriippuvuuden ja huumausaineiden välillä on olemassa. Varsinkin erilaiset stimulantit ovat rahapelaajien suosiossa. (Halme, Helakorpi, Laitalainen, Uutela & Alho 2015, 103; Lintonen, Nevalainen & Latvala 2018, 81; Butler ym. 2019, 532.) Yhteys alkoholi- ja huumeriippuvuuteen on jonkin verran merkittävämpää miehillä kuin naisilla. Rahapeliongelmat, alkoholin riskikäyttö ja mielen-terveysongelmat ovat usein yhteydessä toisiinsa. (Salonen ym. 2020b, 117.)

Rahapeliongelmaisista suurin osa eli noin 60 % on työssäkäyviä. Silti rahapeliongelman vaikutuksia työelämään ei ole kovin paljon tutkittu. Työelämässä rahapeliongelman on todettu näkyvän lisääntyvinä poissaoloina, myöhästelyinä tai pitkiksi venyvinä ruokataukoina. Siten tapahtuu töiden laiminlyömistä, mikä on omiaan vähentämään työn tuottavuutta, kuormittamaan toisia työntekijöitä ja heikentämään työilmapiiriä. Rahapeliriippuvuus voi aiheuttaa käyttäytymisen muutoksia, kuten väsymystä, keskittymisvaikeuksia, mielialan vaihteluita, sairauslomia ja vetäytymistä sosiaalisesta kanssakäymisestä toisten kanssa. Toisinaan pelaaja voi ajautua lainaamaan rahaa työtovereilta tai jopa kavaltamaan rahaa työnantajalta, mikä vaikuttaa kielteisesti työilmapiiriin ja talouteen. Osa rahapelaajista joutuukin irtisanotuksi ongelmansa vuoksi. Mikäli pelaamista tapahtuu työpäivän aikana, se viittaa vahvasti siihen, että on kyse peliriippuvuudesta. Rahapeliongelmaan puuttumiseen ei aina ole keinoja ja suurimpana syynä on usein tietämättömyys ongelman luonteesta. Rahapeliongelma olisi hyvä huomioida osana työpaikkojen päihdeohjelmia. (Jaakkola, Heinälä & Alho 2015, 161, 165; Binde 2016, 248, 249.)

Ongelmallisen rahapelaamisen sosiaalisia vaikutuksia ei voi väheksyä. Eniten vaikutukset tuntuvat läheisimmissä, puolisoissa, lapsissa, vanhemmissa ja joissain tilanteissa myös pelaajan sisaruksissa. Rahapeliriippuvuuteen tyypillisesti kuuluva salailu on omiaan lisäämään

niin parisuhteen kuin muidenkin läheissuhteiden luottamuspulaa. Pieneen lapseen vanhemman rahapeliriippuvuuden vaikutukset voivat olla vielä dramaattisemmat. Peli vie läsnäolevan vanhemmuuden ja lapsi ei saa riittävästi huomiota kehittyäkseen tasapainoisesti. Vanhempi voi olla pelaamisensa vuoksi ahdistunut, minkä vuoksikin on poissaoleva, vaikkei pelaisikaan. (Itäpuisto & Pajula 2015, 173, 174.)

Ongelmallinen rahapelaaminen aiheuttaa kriisitilanteen sukupolvien väliseen suhteeseen. Tilanne rikkoo normaaleina pidettyjä elämänkulkuja ja mielikuvia aikuistumisesta, aikuisuudesta ja ikääntymisestä. Vanhemmat voivat haluta auttaa rahapelaavaa aikuista lasta selviämään veloistaan, mutta toisaalta kokevat, etteivät voi olla velvollisia maksamaan hänen velkojaansa loputtomasti. He voivat tuskastua siihen, ettei lapsi pysty vastaamaan itsestään toivotulla tavalla. Aikuisten lasten voi puolestaan olla vaikeaa ymmärtää ikääntyvän vanhemman rahapelaamista. Molemmissa tilanteissa rahapelaaja voi yrittää käyttää hyväkseen muiden perheenjäsenten varoja, mikä varsinkin kiristää sukupolvien välejä. (Järvinen-Tassopoulos & Marionneau 2021, 50–52.)

Lähisuhdeväkivallan kerrotaan olevan kolme kertaa yleisempää niissä perheissä, joissa ilmenee rahapeliongelmaa, kuin muissa perheissä. Väkivallan uhan vuoksi läheiset eivät uskalla kertoa ongelmasta kenellekään. Väkivallan käyttö voi liittyä taloudellisten asioiden kärjistymiseen, jolloin tekijänä voi olla joko rahapelaaja tai läheinen. Rahapeliriippuvuus johtaa joskus myös muuhun rikolliseen toimintaan, että saadaan rahaa pelaamiseen. Yleensä rikollisuuteen ajaututaan silloin, kun kaikki muut mahdollisuudet on käytetty. Luottotiedot on menetetty ja ei ole enää mahdollisuutta saada kulutusluottoja. Rikollisuus voi ilmetä omaisuusrikoksina tai nettimaailmassa identiteettivarkautena. (Järvinen-Tassopoulos & Kesänen 2021, 33; Lind 2015, 27.)

2.5 Rahapeliongelman kohtaaminen sosiaalityössä

Peruspalveluilla, joihin sosiaalityökin kuuluu, on tärkeä rooli rahapeliongelmien tunnistamisessa. Varsinkin aikuissosiaalityössä kohdataan ihmisiä, joilla on vakavia taloudellisia ongelmia. Niiden taustalla voi olla rahapelaamista. Siksi on tärkeää, että rahapeliongelma osataan ottaa puheeksi, kun lähdetään selvittämään asiakkaan tilannetta. Vain pieni osa ongelmapelaajista hakee apua. Pelaamiseen liittyy niin suurta häpeää. Sosiaalityön asiakkaista osa

on joutunut ahdinkoon ongelmallisesti pelaavan läheisen toimista. Ilmenee fyysistä ja taloudellista väkivaltaa, joskus jopa suoranaista orjuutta, että pelaaja saa rahaa pelaamiseen (Bramley ym. 2019). Omassa työssäni aikuissosiaalityön sosiaalityöntekijänä rahapelaaminen on johtanut vuokravelan kertymiseen tai sähköjen katkeamiseen maksamattomien laskujen vuoksi.

Sosiaalihuoltolain (30.12.2014/1301) 7 § velvoittaa rakenteelliseen sosiaalityöhön, jota ovat muun muassa ”sosiaalihuollon asiakastyöhön perustuvan tiedon tuottaminen asiakkaiden tarpeista ja niiden yhteiskunnallisista yhteyksistä” sekä ”sosiaalihuollon asiantuntemuksen tuominen osaksi kunnan muiden toimialojen suunnittelua”. Sosiaalityössä kohdataan usein vakavimmanlaatuisen peliongelman omaavia asiakkaita. Sosiaalityö voisikin toimia kuin tutkana rahapeliongelmaa kartoitettaessa (Bramley ym. 2019). Asiakastyöstä saatava tieto on hyvä saada tiedoksi päättäjille, että palveluja saadaan kehitettyä ja ongelmia ennaltaehkäistyä. Erityisesti kaivataan tietoa, jota ei saa koostettua tilastoista tai asiakastietojärjestelmistä. (Järvinen-Tassopoulos & Kesänen 2021, 40, 41.) Oma käsitykseni on, ettei rahapeliongelmaa vieläkään aina kartoiteta sosiaalityöntekijöiden asiakaskyselyissä eikä asiakastietojärjestelmästäkään saa tietoa raportoitua. Käsitystä vahvistaa Heiskasen ja Egererin (2019) tutkimus, jossa sosiaalityön johtajilta kysyttiin ongelmapelaajien määrää alueen sosiaalipalveluissa. Yhdelläkään organisaatiolla ei ollut esittää heistä tarkkoja tilastoja.

THL:n toimesta on julkaistu vuonna 2021 ”Rahapeliongelman kohtaaminen sosiaalityössä” -tukiaineisto, mistä sosiaalityöntekijät ja -ohjaajat voivat löytää tietoa ja neuvoja rahapelaamisesta ja rahapelaajan auttamisesta (Järvinen-Tassopoulos & Kesänen 2021). Oppaan julkaiseminen kertoo osaltaan siitä, että ilmiö on sosiaalityössä yleinen. On myös havahduttu siihen, että sosiaalityössä ei ole tarpeeksi tietoa rahapeliongelmosta. Tiedon puute tuli esille myös Bramleyn ym. (2019) tutkimuksessa, jossa kartoitettiin sosiaalityöntekijöiden kokemuksia työskentelystä ongelmallisesti rahapelaavien kanssa.

Rahapeliongelman hoito poikkeaa muista mielenterveys- ja päihdeongelmista, koska siihen liittyy kiinteästi taloudellisen toipumisen tukeminen. Sosiaalityöntekijät yleensä ohjaavat rahapeliriippuvaiset terapeutteihin palveluihin, eikä ongelmapelaamisen hoito varsinaisesti kuulu sosiaalityöhön. Sosiaalityö lähinnä auttaa taloudellisesti tai tilapäisesti hallitsee asiakkaan taloutta siten, että välttämättömiin menoihin jää rahaa. Taloudellisen tilanteen korjaa-

miseen voidaan tarjota kuntien sosiaalista luottoa, velkajärjestelyä, Takuusäätiön lainaa, sosiaalitoimen välitystiliä tai määräraikaista edunvalvojaa. Asiakkaan riippumattomuutta vähentävät toimet ovat lähempänä hoitoa kuin taloudellinen auttaminen, sillä niihin liitetään säännöllinen yhteydenpito sosiaalityöntekijään. Keskusteluista sosiaalityöntekijän kanssa on hyötyä erityisesti silloin, jos asiakas ei sitoudu riippuvuuksien hoidon palveluihin tai niitä ei ole käytettävissä. Lievimmissä rahapeliongelmissa voidaankin selvittää muutokseen motivoivalla keskustelulla. (Mustalampi & Partanen 2015, 131; Heiskanen 2017, 39–40a; Heiskanen & Eberer 2019.)

Marionneau ja Järvinen-Tassopouloksen (2022) tutkimuksessa selvitettiin verkkokyselyllä korona-ajan vaikutuksia rahapelaamiseen ja tarjottaviin tukipalveluihin. Tutkimukseen osallistui ongelmallisesti pelaavia sekä heidän läheisiään. Korona vaikutti siten, että suurin osa palveluista siirtyi verkkoon tai puhelimitse toteutettavaksi. Matalan kynnyksen palveluiksi koetut verkkopalvelut auttoivat tehokkaasti lievimmissä rahapeliongelmissa ja niiden toivottiin jatkuvan. Rahapelaamiseen liittyvien tukipalvelujen koettiin olevan hajallaan julkisissa ja kolmannen sektorin palveluissa, jolloin niitä oli vaikeaa löytää. Sosiaalityöntekijöillä ei ollut aina riittävästi asiantuntemusta, että olisivat voineet auttaa rahapelaamiseen liittyvissä haitoissa tai edes tunnistaa rahapeli-riippuvuuden ja ohjata palveluihin. Kuitenkin varhainen tunnistaminen aiempien tutkimusten mukaan edesauttaisi parempia toipumistuloksia ja pienempiä haittoja (Škařupová, Vlach & Mravčík 2020).

Selkeen ja Lintosen (2021, 85) mukaan sosiaali- ja terveystalvet kuormittavat rahapelaamiseen liittyvien haittojen vaikutuksista, mikä aiheuttaa runsaasti kustannuksia yhteiskunnalle. Kustannuksia kuitenkin voi aiheuttaa enemmän se, etteivät ongelmallisesti pelaavat käyttää palveluja kuin siitä, että käyttäisivät niitä. Apua haetaan yleensä vasta sitten, kun pelaamisesta on koitunut merkittäviä haittoja, kuten työpaikan tai ihmissuhteen menetys (Alho & Lahti 2015, 111).

Merkittävimpana henkilökohtaisena esteenä siihen, ettei apua haeta, on aiempien tutkimusten mukaan ollut se, että pelaajat uskovat selviävänsä eroon pelaamisesta omin avuin. Tämä voi johtaa pelaamisen lopettamisen ja aloittamisen kierteeseen, mikä muutenkin on riippuvuusongelmille tyypillistä. Varsinkin miehille oman heikkouden myöntäminen voi olla vaikeaa. Monilla taustalla on aikaansaamattomuutta sekä rahapeliongelman kieltämistä.

Vaikka rahapeliongelma myönnettäisiin itselle, niin sitä pidetään useimmiten niin häpeällisenä asiana, että se halutaan salata läheisiltäkin. Pienten lasten vanhemmat eivät hae apua julkisista palveluista, koska voivat pelätä lastensa huostaanottoa. (Itäpuisto 2011, 313–315; Castrén & Alho 2020, 10.) Suomalaiselle ajattelulle on tyypillistä, että rahapeliongelmia pidetään yksilön omana syynä. Monissa muissa maissa ymmärretään jo paremmin ongelman syntymisen olevan monitahoinen asia, mikä on todettu useissa tutkimuksissa. Suomalainen ajattelu osaltaan lisää pelaajan syyllistämistä ja häpeän tunnetta, jolloin avun hakeminen voi estyä. (Lähteenmaa 2022, 47.)

3 TUTKIMUKSEN METODOLOGISET LÄHTÖKOHDAT

3.1 Tutkimustehtävä

Rahapelaaminen ilmiönä alkoi kiinnostaa minua, koska minun oli vaikeaa ymmärtää, miten jotkut sosiaalipalveluiden asiakkaat saattoivat kietoutua rahapelaamisen maailmaan niin täydellisesti, että menettivät muun elämän hallinnan sen vuoksi. Ongelmallisesti rahapelaavien kokemuksia ei juurikaan ole päästy haastattelujen kautta tutkimaan. Tutkimukseni tavoitteena on päästä sisälle siihen kokemusmaailmaan, jota rahapeliriippuvaiset elävät. Tämä olisi toteutunut paremmin haastattelemalla heitä henkilökohtaisesti, mutta koska en saanut riittävästi haastatteluja, niin päätin tutkia kokemuksia rahapeliriippuvaisten kirjoituksista. Sellaistakaan tutkimusta ei ollut aiemmin tehty. Läheisten kokemuksia oli kyllä kartoitettu Päihdelinkin läheisille tarkoitettulta keskustelualueelta. Tutkimuksen tavoitteena on saavuttaa syvällisempi ymmärrys rahapelaajan elämäntilanteeseen, mitä monilla aiemmilla kyselytutkimuksilla on voitu saavuttaa. Toivon, että tutkimuksellani voin vähentää rahapeliongelmaan liittyviä kielteisiä ja syyllistäviä asenteita, mikä voisi helpottaa rahapelaajaa hakemaan helpommin apua tilanteeseen.

Tämän tutkielman tavoitteena onkin selvittää rahapeliriippuvaisten kokemuksia: millaista on elää rahapeliongelman kanssa ja millaisena rahapeliriippuvaisen arki näyttäytyy. Tutkitaan siis rahapelaajan elämäntilannetta ja elämismaailmaa. Selvitetään myös, millaisena rahapeliriippuvaiset kokevat saamansa tuen, jos ovat sitä hakeneet. Onko sosiaalityöllä roolia tukemisessa? Tutkimus on luonteeltaan kuvaileva mutta myös ymmärtämiseen pyrkivä: etsitään uusia näkökulmia ja ymmärrystä ongelmallisesti pelaavien tilanteeseen.

Tutkimuskysymykset ovat:

1. Millaisena rahapeliriippuvaiset kokevat elämänsä rahapeliongelman kanssa?
2. Millaista tukea pelaajat ovat saaneet rahapelaamisen aiheuttamissa haitoissa ja pelaamisesta irti pääsemisessä? Mikä on saadun tuen merkitys?

3.2 Tieteenfilosofiset lähtökohdat

Pohdin tutkielmaa aloittaessani, pitääkö hyvässä sosiaalityön tutkimuksessa olla jokin erityinen sosiaalityön teoria punaisena lankana, johon tutkimustuloksia peilataan. Jokisen (2021) mukaan kokemuskäsitteessä vältetään juuri sellaista, etteivät tutkittavan omat jäsennykset ilmiöstä hukkuisi tutkijan teoreettisiin oletuksiin. Sarajärvi ja Tuomi (2018, 20) puolestaan väittävät, että laadullinenkaan tutkimus ei voi olla teorialatonta, jos sitä aiotaan pitää tieteellisenä tutkimuksena. Kokemuksia tutkittaessa korostuvatkin paradigma- ja menetelmäteoriat. Tutkimuksen kokemuksellisuuteen perustuva näkökulma nojaa hermeneuttisfenomenologiseen perinteeseen (Jokinen 2021). Niinpä olenkin päättänyt käyttämään tutkielmassa hermeneuttisfenomenologista tutkimusotetta.

Fenomenologia korostaa erityisesti yksilön kokemuksille antamia merkityksiä. Kuitenkaan fenomenologia ei tyydy vain kuvailemaan yksilön kokemuksia ja mielenliikkeitä, vaan se pyrkii tavoittamaan niiden avulla sosiaalisen todellisuuden rakentumista ja monimutkaisia merkitysrakenteita, jotka voivat liittyä eri tieteenaloihin, uskontoon tai moraaliin. Filosofian tehtävänä suhteessa ongelmiin on niiden merkitysten näkeminen uudella usein perinteisestä poikkeavalla tavalla. Fenomenologian perustajana pidetyn Edmund Husserlin (1859–1938) ydinajatus oli, että on pyrittävä saamaan aikaan kokonaisvaltainen näkemys todellisuudesta kääntymällä subjektiivisesti koettuun elämismailmaan, joka otetaan todesta. Myös Jürgen Habermas (1929-) käyttää käsitettä elämismailma, jolla hän käsittää kaiken epävirallisen järjestäytymättömän toiminnan, kuten perheiden, kulttuurin, poliittisen elämän järjestäytymisen puolueiden ulkopuolella, median ja vapaaehtoistoiminnan. Habermasin ajatuksissa korostuu erityisesti kommunikaation merkitys, jonka hän näkee tapahtuvan juuri elämismailman tasolla. Habermasin mukaan onnistunut kommunikaatio ja sen myötä yhteisymmärryksen löytäminen estää jopa yhteiskunnan pirstoutumista ja konflikteja. (Miettinen, Pulkkinen & Taipale 2010, 11, 14; Garrett 2013, 190–195; Huhtinen & Tuominen 2020, 295, 296.)

Keskeinen käsite fenomenologiassa onkin elämismailma, jota tutkija tarkastelee. Elämismailmaan kuuluu inhimillinen ja historiallinen maailma, missä itse kukin arkeaan elää. Fenomenologian tavoitteena on kohdata todellinen ihminen hänen konkreettisessa maailmassaan. (Perttula 1995, 9.) Fenomenologien mukaan ihmisen elämismailmaa ei silti voida

koskaan täydellisesti saavuttaa, sillä toisen kokemuksen ymmärtämiseen vaikuttaa fenomenologian painottamasta reduktiosta eli ennakkoasenteiden pois sulkemisesta huolimatta tutkijan oma kokemusmaailma. Myös tutkimuksen kohteena olevan ihmisen kyky ja halu kertoa tilanteestaan vaikuttaa elämismaailman ymmärtämiseen. (Tökkäri 2018, 68.)

Hermeneutiikalla tarkoitetaan ilmiöiden ymmärtämistä ja tulkintaa. Ihmisen alati muutoksessa olevaa toimintaa ei voida aina täysin ymmärtää, mutta sitä voidaan tulkita. Tulkintaan puolestaan vaikuttavat sekä tutkittavan että tutkijan omat kokemukset. Tutkijan pitää kiinnittää erityistä huomiota siihen, miten hänen omat kokemuksensa vaikuttavat tulkintaan. Omien tulkintojen kyseenalaistamista ja itsekritiikkiä tarvitaan. (Sarajärvi & Tuomi 2017, 31; Laine 2018, 30.) Tutkielman edetessä pohdinkin omia käsityksiäni rahapeliriippuvuudesta. Hermeneuttinen kehä muodostuu juuri siitä, että on otettava etäisyyttä omaan tulkintaan ja palattava uudemman kerran aineistoon, jolloin siitä voi avautua paremmin tutkittavan tarkoittama tulkinta (Laine 2018, 33). Hermeneuttisen kehän avulla sulkeistetaan pois tietoa, että saadaan esioletuksista vapaa mahdollisimman totuudellinen tulkinta ilmiöstä (Judén-Tupakka (2007, 6).

Ontologinen käsitys tässä tutkielmassa perustuukin periaatteelle, että todellisuus määrittyy yksilön kokemuksilleen antamista merkityksistä, joiden kautta voidaan hahmottaa todellisuuden olemusta yleisemmin. Perttula (1995, 16) kertoo Lauri Rauhalaa (1914–2016) lainaten, että fenomenologinen ihmiskäsitys on holistinen, mikä pitää sisällään kolme olemisen muotoa: tajunnallisuuden, kehollisuuden ja situationaalisuuden. Lähestynkin rahapeliriippuvuutta näiden olemisen tasojen kautta. Käsitän ihmisen elämismaailman muodostuvan näistä kolmesta olemisen tasosta. Oma käsitykseni ihmisten toiminnasta on ollut lähellä psykodynaamista ajattelua. Se pyrkii ymmärtämään yksilön käyttäytymistä tämän elämäkokemusten ja vuorovaikutussuhteiden kautta (Granfelt 1993, 191). Minulla on myös kristillinen ihmiskäsitys ja maailmankuva, johon liittyy olennaisesti ihmisen hengellinen ulottuvuus. Tämä voi olla sellainen asia, jonka kanssa eniten joudun sulkeistamisen kautta tekemään töitä, ettei se vaikuttaisi siihen, miten tutkittavaa ymmärrän. Asialla on varmasti hyvätkin puolensa, sillä kristillinen arvopohja auttaa lähestymään tutkittavaa hänen ihmisarvoaan kunnioittaen. Fenomenologinen tutkimusasenne maailmaan on Lehtomaan (2008, 164) mukaan kuin ihmettelevällä lapsella, mikä mielestäni sopii hyvin yhteen kristillisen maailmankäsityksen ja oman elämänasenteeni kanssa. Tutkimuksen tiedonintressi on emansipatorinen eli antaa ääntä ja ymmärrystä sellaiselle ryhmälle, jonka ääni ei juuri muuten kuulu.

3.3 Kokemus fenomenologisena tutkimuskohteena

Vaikka kokemus vaikuttaa yksinkertaiselta ja arkiselta asialta, niin käsitys siitä on monilla tieteenaloilla vielä epäselvä (Toikkanen & Virtanen 2018, 8). Siksi kokemuksen käsite on syytä määritellä kokemuksia tutkittaessa. Koska tässä tutkielmassa käytetään fenomenologista tutkimusmenetelmää, niin valaisen kokemusta sen näkökulmasta. Määrittely ei ole yksinkertainen sittenkään, sillä esimerkiksi Kukkola (2018, 43) on sitä mieltä, että fenomenologiassa käsitys kokemuksen asemasta yksilön, sosiaalisten suhteiden ja koetun maailman välillä vaihtelee. Fenomenologisen kokemuksen tutkijan tehtävänä on selvittää toisen kokemusta mahdollisimman vapaana omista ennakko-oletuksistaan. Hermeneuttisfenomenologista näkökulmaa edustavan Heideggerin (2000)² ajatus on, että tutkijan ennakko-oletukset ja omat kokemukset tulee tiedostaa ja niitä pitää hyödyntää tutkimuksessa. (Tökkäri 2018, 65.)

Kysymys ”mitä on kokemus?” on luonteeltaan ontologinen eli olemassaoloon liittyvä. Fenomenologia käsittää kokemuksen suhteena, joka sisältää tajuavan subjektin ja hänen *tajunnallisen* toimintansa, joka suuntautuu johonkin todellisuudessa olevaan kohteeseen. Tästä suhteesta muodostuu ihmisen senhetkinen elämäntilanne ja elämismaailma. (Perttula 2008, 116.) Hegelin (1807)³ mielestä toiminnan kohdetta ei aluksi voida ymmärtää täydellisesti, jolloin kokemus kohteesta jää vajaaksi. Tämä voi synnyttää kehityskulun, jossa pyritään absoluuttiseen totuuteen asiasta. (Backman 2018, 35.) Husserl (1913, 166) käyttää toiminnan kohteeseen suuntautumisesta intentionaalisuuden käsitettä. Se merkitsee sitä, että toiminnalla on jokin kohde: rakastetaan jotakin, toivotaan jotakin, iloitaan jostakin. Osa kokemuksista voi olla merkityssuhteeltaan aluksi tiedostamattomia, joita Rauhala (1992, 69) pitää kehityksensä alkuvaiheessa olevina merkityssuhteina, jotka voivat toisessa elämäntilanteessa kehittyä tietoisiksi. Aluksi kokemus on psyykkistä, mutta muuttuu ymmärtämisen ja tiedostamisen myötä henkiseksi. Tätä ymmärrän Hegelinkin tarkoittaneen absoluuttisen totuuden löytymisellä. Halutaan ymmärtää psyykkistä kokemusta ja tunnetta paremmin. Ymmärrys lisääntyy hermeneuttisen kehän myötä.

² Heidegger, Martin (2000): Oleminen ja aika. Suom. Reijo Kupiainen. Tampere. Vastapaino.

³ Hegel, Georg (1807). *Gesammelte Werke: 9. Phänomenologie des Geistes*. Toim. W. Bonsiepen, & R. Heede. Hamburg. Meiner.

Ihmisen kokemus hahmottuu aina *kehollisuuden* kautta, mitä ulottuvuutta erityisesti Husserl korosti. Kokemukset koetaan fyysisessä ruumissa ja keho on aina siellä, missä elämäntilanteet tapahtuvat. Kehollisuutta voidaan pitää ihmisen ensisituationsa. Keho on keskeinen elementti varsinkin psyykkisen tiedostamattoman kokemisessa, mikä ilmenee fyysisesti erilaisina tunteina. Tajunnallisen toiminnan elämykset koetaan ensisijaisesti kehossa. (Perttula 2008, 116, 121.)

Situaatio eli elämäntilanne on fenomenologisen kokemuksen tutkimuksen ydinkäsitteitä. Ihmisen elämäntilanne muodostuu kaikesta, mihin hän on suhteessa, mitä hän kulloinkin tekee (Perttula 2008, 117). Kokemushistoriamme ja historiallinen aika vaikuttavat siihen, miten koemme asioita, mutta siihen vaikuttaa myös kokija subjektina (Kukkola 2018, 50). Kokemus ei siis ole pelkästään yksilöllinen, vaan siihen vaikuttaa sosiaalinen ympäristö tapoineen ja periaatteineen, jolloin kokemuksesta tulee luonteeltaan sosiaaliskulttuurinen eli elämänmuodollinen. Kullakin hetkellä voidaan kokea kuitenkin vain yksi ainoa elämäntilanne. (Perttula 2008, 116–122.) Holistisen ihmiskäsityksen mukaan tajunnallisuus, kehollisuus ja situaatio ovat toinen toisensa välttämättömiä ehtoja. Elämäntilanteen kokemiseen tarvitaan tajuntaa, joka puolestaan koetaan kehollisesti. Rauhalan (1974⁴) määrittelemä elämäntilanteen eli situaation käsite on sosiaalisen käsitettä laajempi, sillä se viittaa monitahoisempiin todellisuussuhteisiin, joita voivat olla myös suhteet kulttuuriin, geeniperimään ja luonnon olosuhteisiin. Sosiaalinen puolestaan liittyy ihmissuhteisiin ja sosiaaliseen vuorovaikutukseen. Situaatio sisältää myös sosiaalisen. (Koivumäki 2022, 128, 129.)

Suomessa kokemuksen tutkimusta on tehty monilla tieteenaloilla, kuten filosofiassa, viestinnässä, hoitotieteessä, psykologiassa, kasvatustieteissä ja yhteiskuntatieteellisessä ihmistutkimuksessa. Kokemuksellisuutta on tutkittu erityisesti silloin, kun on haluttu kehittää sosiaali- ja terveydenhuollon palveluita. (Lehto-Lunden 2020, 17, 18.) Kokemusasiantuntijuus sosiaali- ja terveysalalla onkin viime vuosina ollut jonkinlainen muotitrendi, mitä en kyllä itsekään pidä huonona. Onhan palveluiden käyttäjän kokemus tärkeää ottaa huomioon, että saadaan vaikuttavampia palveluita kehitettyä. Tässä tutkielmassa ei kuitenkaan ole kyse varsinaisesti kokemusasiantuntijuuden tutkimisesta, vaan saada esille kunkin yksilön oma kokemus elämisestä rahapeliongelman kanssa ja kartoittaa samalla tuen saamisen merkitystä, ehkä palvelujen toimivuuttakin sivuten.

⁴ Rauhala, Lauri (1974): Psykkinen häiriö ja psykoterapia filosofisen analyysin valossa. Helsinki. Weilin & Göös.

3.4 Tutkimusmetodi ja aineisto

Laadullisen tutkimuksen lähtökohta on todellisen elämän kuvaaminen ja kohdetta tutkitaan mahdollisimman kokonaisvaltaisesti (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2004, 152). Laadullinen tutkimusote puoltaa paikkaansa erityisesti silloin, kun ollaan kiinnostuneita yksilöiden tapahtumille antamista merkityksistä ja eikä tilannetta voida kokeellisesti järjestää (Metsämuuronen 2011, 221). Laadullinen menetelmä soveltuukin siksi parhaiten ongelmallisesti rahapelaavien kokemusten selvittämiseen. Tutkimusmetodia pidetään laadullisessa tutkimuksessa toissijaisena tutkittavaan ilmiöön nähden (Perttula 1995, 68, 69). Tärkeintä on se, että saadaan tutkimuksen kohteena oleva ilmiö mahdollisimman hyvin tavoitettua.

Aineiston hankintamenetelmäksi valitsin alun perin haastattelun, mutta jouduin muuttamaan suunnitelmaa, koska haastateltavien saaminen osoittautui oletettua vaikeammaksi. Aineisto oli tarkoitus kerätä haastattelemalla Kainuun sosiaali- ja terveydenhuollon kuntayhtymän aikuissosiaalityön nykyisiä tai entisiä täysi-ikäisiä asiakkaita, joilla on ollut tai on edelleen jonkinasteinen rahapeliongelma. Sosiaalityöntekijät ja -ohjaajat antoivat tai lähettivät potentiaalisille tutkimukseen osallistujille tutkimukseen osallistumisen laatimani informaatiokirjeen, jonka palauttamalla he voivat ilmoittaa halukkuutensa osallistua haastatteluun. Tavoitteena oli saada 6–8 haastateltavaa, mutta kirjeitä palautui minulle vain yksi ennen analyysivaiheen aloittamista. Myöhemmin sain vielä yhden kirjeen, mutta olin siirtynyt varasuunnitelmaan ja aloittanut sen mukaisesti jo aineiston analyysia.

Varasuunnitelmaksi olin tutkimussuunnitelmaan kirjannut Peluurin sivuston keskustelualueen keskustelut tai päiväkirjamerkinnot, jos haastateltavia ei saada riittävästi edellä mainitulla menetelmällä tai aineisto jää muuten puutteelliseksi (Peluuri 2021). Sain kuitenkin A-klinikkasäätiöltä, joka sivustoa ylläpitää, tietää, että Peluurin keskustelualuetta ei voi käyttää tutkimuksissa. Sen sijaan Päihdelinkin Valtti-keskustelualueen kirjoituksia voi vapaasti käyttää, kunhan ei julkaise nimimerkkejä eikä julkaise suoria lainauksia kirjoituksista.

Tutkimuslupa (Liite 1) tarvittiin senkin aineiston käsittelyyn A-klinikkasäätiöltä. Tutkielma löytyy valmistuttuaan A-klinikkasäätiön Tietopuu-sivustolta. Tietopuu-sivustolta löytyy ajankohtais- ja tutkimustietoa päihde-, mielenterveys- ja riippuvuustyön kehittämiseen ja tutkimustoimintaan. Siellä myös julkaistaan A-klinikkasäätiön piirissä tehtyjä tutkimuksia

sekä opinnäytetöitä. (Tietopuu 2022.) Valtti-keskustelualueen keskustelut ovat päiväkirjatyypisiä kirjoituksia, joihin toiset keskustelijat lisäävät kommenttejaan. Valitsin aineistoksi ne keskusteluketjut, jotka olivat kestäneet yhdestä neljään vuotta, jolloin keskustelijan tilanteesta saattoi muodostaa paremman kuvan. Rajasin pois sellaiset kirjoitukset, joissa käsiteltiin vain velkamäärää, eikä niistä juuri muuta tietoa löytynyt. 13 rahapelaajan kirjoituksista kirjoitettua aineistoa kertyi noin 300 sivua. Kaikki kirjoittajat ovat työssäkäyviä ja heillä on herännyt halu päästä eroon tai vähentää rahapelaamista. Näitä en tietoisesti valinnut, vaan keskustelualueelle näyttävät tämän perusteella kirjoittavan juuri työssäkäyvät sekä ne, jotka yrittävät päästä rahapelaamisesta eroon.

3.5 Aineiston fenomenologinen analyysi

Haastateltavien puuttuminen aiheutti pohdintaa aineiston analyysin valinnassa. Koska en ollut voinut vaikuttaa siihen, millaisista asioista aineistossa keskustellaan, saattaisi tutkimussuunnitelmassa kaavailemani fenomenologinen analyysi osoittautua mahdottomaksi toteuttaa. Kuitenkin tutustuttuani rahapeliriippuvaisten kirjoituksiin päätin pysyttäytyä fenomenologisessa analyysissä, koska käsitin, että sen avulla pystyy tuomaan esille paremmin yksilöiden ainutlaatuisia kokemuksia. Muutenkin koin fenomenologiseen analyysiin tutustumisen mielenkiintoisena haasteena, jonka halusin ottaa vastaan ja tutustua menetelmään paremmin.

Valtti-keskustelualueen kirjoitukset analysoin sitten käyttämällä tulkitsevaa fenomenologista analyysia. Analyysin toteuttamisessa fenomenologeilla on useita näkemyksiä. Esimerkiksi hein (1995)⁵ analyysissa on kolme vaihetta, Spiegelbergillä (1984)⁶ seitsemän ja Giorgilla (1988)⁷ viisi (Judén-Tupakka 2007, 66; Perttula 1995, 69). Perttula (1995, 90–95) laajensi Giorgin kehittelemiä analyysin vaiheita siten, että ensin analysoidaan yksilökohtaiset merkitykset seitsemän vaiheen kautta ja sitten yleisemmän tason merkitykset samaisten vaiheiden kautta. Tökkäri (2018, 73) puolestaan supisti Perttulan kehittelemän analyysin kahden osa-alueen eli yksilökohtaisten ja yleisten merkitysten vaiheita neljään. Variaatioita on

⁵ Husserl Edmund (1950/1995): *Fenomenologian idea*: viisi luentoa. Helsinki. Lokikirjat.

⁶ Spiegelberg, H. (1960/1984): *The phenomenological movement: a historical introduction*. 3. laajennettu painos. The Hague. Nijhoff.

⁷ Giorgi, A. (1988): *The phenomenological psychology of learning and the verbal learning tradition*. Teoksessa Giorgi, A. (toim.) *Phenomenology and psychological research*. Pittsburg. Duquesne University.

siis paljon, mutta kuitenkin aina on löydettävissä jako yksilökohtaisiin ja yleisiin merkitysverkostoihin.

Käytin Tökkärin (2018, 72) kehrittelemää mallia aineiston analyysissä. Yksilökohtaisten merkitysverkostojen muodostamiseen kuuluu siinä neljä vaihetta, jotka ovat

1. Aineistoon tutustuminen
2. Merkityssuhteiden erottaminen
3. Merkityssuhteiden muuntaminen tutkijan kielelle
4. Yksilökohtaisen merkitysverkoston muodostaminen

Ensin kopioin kirjoitukset omaan Word-tiedostoon ja samalla tutustuin kirjoituksiin alustavasti. Lisäsin vielä joitakin päiväkirja-keskusteluketjuja ja tutkin löytyykö niistä vielä erilaisia kokemuksia. Kuitenkin koin, että keskustelut alkoivat toistaa itseään eli jonkinlainen saturaatio muodostui. Aineistoa kertyi kaiken kaikkiaan noin 300 sivua, jotka olivat pelkästään saman kirjoittajan pohdintoja. Toisten keskustelijoiden vastaukset olin poistanut. Palasin sitten aineistoon uudelleen ja pyrin löytämään siitä kunkin kirjoittajan tilanteille antamia merkityksiä ja merkityssuhteita, jotka sitten muotoilin tutkijan kielelle eli tieteelliseen tekstiin sopivaksi. Nämä tiivistin vielä varsinaiseksi yksilökohtaiseksi merkitysverkostoksi. Kirjoitin yksilökohtaiset merkitysverkostot tai pikemminkin heidän kokemuksistaan muodostuneet tarinat jokaiselle 13 rahapeliriippuvaiselle. Näistä olen ottanut tutkimuksen tulosesioon kaksi esimerkkiä, jotka kuvaavat erityyppisiä elämäntilanteita.

Fenomenologisessa analyysissä ei pyritä yleistämiseen niin kuin ei yleensäkaan laadullisessa tutkimuksessa. Erityisesti fenomenologisen kokemuksen tutkimuksen ajatuksena on, että ”ainukertaista ja ainutlaatuista ei voi yleistää” (Rauhala, 1995, 113). Yksilötason merkitykset käsitetäänkin vain esimerkkeinä yleisestä. Pyritään löytämään kaikille tutkittaville yhteisiä merkityksiä, joista voidaan koostaa yksi tai useampia yleisen tason merkitysverkostoa. Yleisen merkitysverkoston muodostamisessa käytin myös neljää vaihetta, jotka itselläni kyllä nivoutuivat toinen toiseensa:

1. Yksilökohtaisten merkitysverkostojen mieltäminen ehdotelmiksi yleisestä merkitysverkostosta
2. Yksilökohtaisten merkitysverkostojen muuntaminen merkityssuhde-ehdotelmiksi
3. Ehdotelma yleiseksi merkitysverkostoksi
4. Yleisen merkitysverkoston muodostaminen

Tässä vaiheessa tutkin yksilökohtaisia merkitysverkostoja ja pyrin löytämään niistä yhteisiä tekijöitä, joiden mukaan voisi rakentaa yleisemmän tason merkitysverkostoja. Näitä lueskelin useamman kerran, ja näistä rakentui loppujen lopuksi viisi erilaista yleistä merkitysverkostoa.

Fenomenologiseen tutkimukseen ei välttämättä kuulu tutkimustulosten tulkintaa eikä aina aiempaan tutkimustietoonkaan sitomista. Teen kuitenkin hermeneuttisfenomenologista tutkimusta, jonka periaatteisiin tulkinta kuuluu. Otin tähän avuksi Lehtomaan (2011, 190) omassa tutkimuksessaan käyttämän fenomenologisen analyysin kolmannen vaiheen, joka on Tutkittavan ilmiön ymmärtäminen. Tähän kuuluu yksilöllisten ja yleisten merkitysverkostojen ja aiemman tutkimustiedon välisen dialogin muodostaminen sekä tutkittavan ilmiön ymmärtäminen.

Siihenkin kuuluu neljä vaihetta:

1. Yksilöllisiä ja yleisiä merkitysverkostoja jäsentävien keskeisten merkitystihentymien hahmottaminen
2. Dialogin rakentaminen yksilökohtaisten ja yleisten merkitysverkostojen ja niitä jäsentävien merkitystihentymien sekä muun tutkimustiedon välille
3. Ymmärtämisen suhteuttaminen alkuperäiseen aineistoon
4. Tutkittavan ilmiön ymmärtäminen

Ensimmäisen vaiheen merkitystihentymiä päädyin hahmottamaan holistisen ihmiskäsityksen eli kehollisuuden, tajunnallisuuden ja situationaalisuuden kautta. Perttulan (1995, 16) mukaan se on hyväksytty eksistentiaalisen fenomenologian ihmiskäsitykseksi. Halusin ottaa mukaan tämän jaottelun, koska se valaisee sitä, miten rahapeliiriippuvuus vaikuttaa moniin elämänalueisiin. Jaottelu ei ollut aina selkeää, sillä tajunnalliset ja situationaalisetkin seikat tunnetaan usein kehollisesti. Rahapeliiriippuvuuden tarkastelu erityisesti Rauhalan (1992; 1998) tajunnallisuuteen liittyvien käsitysten kautta lisäsi omaa ymmärrystäni ilmiöstä. Tämän jaottelun pohjalta tutkin, mitä päätelmiä muissa tutkimuksissa ja lähdekirjallisuudessa oli aineistosta nouseviin kokemuksiin eli merkitystihentymiin liittyen tehty ja vertasin niitä oman aineistoni tuloksiin. Lisäksi koostin omaan alalukuunsa, mitä tutkimuksen rahapelilääjät kertoivat saamasta tuesta ja sen merkityksestä. Tuloksia vertasin aiempaan tutkimus- ja teorial tietoon. Sen jälkeen palasin alkuperäiseen aineistoon vielä kerran ja tutkin, nouseeko

sieltä vielä jotain oleellista ja vai vahvistuvatko tulokset. Paluu näihin ei enää ollut aiemmin toteutetun kaltaista ennako-oletuksista vapaata vaan ymmärtämisen lisääntymisen kautta näkemistä. Lisäsin tämän jälkeen vielä joitakin oleellisina pitämiäni asioita tuloksiin. Sen jälkeen koostin varsinaisen tutkittavan ilmiön ymmärtämisen Johtopäätökset-lukuun.

3.6 Tutkimuseettiset kysymykset

Laadullisessa tutkimuksessa eettiset kysymykset pitää huomioida koko tutkimusprosessin ajan. Tutkija on eettisessä vastuussa toiminnastaan tutkimuksen kohteelle mutta samalla myös tieteelle. Kyse ei ole pienestä asiasta, sillä tutkimuksella voi olla vaikutusta sukupolvien elämään. Onkin noudatettava tiedeyhteisön tunnustamia hyviä tieteellisiä käytäntöjä kuten rehellisyyttä, huolellisuutta ja tarkkuutta. Tutkimuksessa pitää käyttää eettisesti kestäviä tiedonhankinta-, tutkimus- ja arviointimenetelmiä, jotka täyttävät tieteellisen tutkimuksen kriteerit. (Pirttilä 2008, 65; TENK 2012; Vuori 2021.) Tutkimuksessa on noudatettava ihmiseen kohdistuvan tutkimuksen eettisiä periaatteita. Tärkeä yleinen eettinen periaate on tutkittavien ihmisarvon ja oikeuksien kunnioittaminen. (TENK 2019, 6.) Tutkijan jatkuva itsekritiikki ja eettinen pohdinta on välttämätöntä, kun tutkimusta tehdään. Etiikan täydellinen osaaja ja asiantuntija tutkija ei kuitenkaan ole, vaan kaiken aikaa on itsekin kehittymässä eettisten pohdintojen kanssa. Omia sitoumuksia ja asenteita onkin syytä kuvata tutkimuksessa mahdollisimman rehellisesti. (Pihström 2008, 30–33).

Rahapeliiriippuvuus koetaan yleisesti itseaiheutettuna moraalisena ongelmana, jollainen ajattelu on omiaan lisäämään rahapeliongelman omaavan syyllisyyttä ja häpeää. Onkin tärkeää, ettei tutkimus entisestään pahenna tätä asennetta, vaan lähdetään liikkeelle tutkimukseen osallistujan ihmisarvon kunnioittamisesta. Fenomenologinen tutkimus korostaakin sensitivistä ja ennakoasenteista vapaata asennetta tutkimukseen osallistujaan ja tutkittavaan ilmiöön. Siksi on tärkeää tiedostaa omat ennakoasenteet rahapeliiriippuvuutta kohtaan. Työskentelyäni helpotti tässä asiassa se, etteivät omat ennakoasenteeni voineet vaikuttaa aineistoon, koska en henkilökohtaisesti ole osallistujia kohdannut. Ennakoasenteet voivat silti vaikuttaa ja vaikuttavatkin siihen, miten tulkiten keskustelualueen kirjoituksia. Tämän tutkielman tekeminen on lisännyt ymmärrystäni rahapeliongelma- ja asenteeni ongelmallisesti rahapelaavaa kohtaan on tutkielman myötä muuttunut myönteisemmäksi. Nyt tiedostan ennakoasenteeni olleen aluksi rahapelaajaa moralisoiva ehkä syyllistäväkin, mutta pyrin

lähestymään ilmiötä siitä vapaana ja annoin aineiston kertoa, millaisena rahapelaajan elämissä maailma ja arki ilmenee. Ilmiön kehittymiseen vaikuttavat niin lukuisat asiat, ettei ole varaa syyttää ongelmasta pelkästään rahapelaajaa. Mielestäni jokaisella on silti viime kädessä vastuu omista teoistaan. Ehkä tässä pätee Eino Leinon lausahdus: ” Ei paha ole kenkään, vaan toinen on heikompi toista”. Tämän heikkouden kehittymiseen puolestaan vaikuttavat itse kunkin elämänhistoria tai peräti aiempien sukupolvien historia sekä yhteiskunnan arvomaailma ja kulttuuri, joihin ei itse voi vaikuttaa.

Omassa tutkielmassani käyttämäni aineisto on kaikkien luettavissa Valtti-keskustelualueelta. Fenomenologista tutkimusta varten joudutaan koostamaan henkilöiden kertomuksia, niin on tärkeää, ettei kenenkään henkilöllisyys voi tulla niistä ilmi. Rahapeliriippuvuus on kirjoittajille todella henkilökohtainen ja herkkä asia. Vaikka kirjoittajat ovat ympäri Suomea, niin silti jonkun tarina voi olla niin persoonallinen, että henkilöllisyys voisi paljastua. Tutkimustuloksia tulkitessani olen hieman muuttanut esimerkkeinä olevien yksilökohtaisten merkitysverkostojen kuvauksia esimerkiksi perherakenteen osalta, ettei niistä voi tunnistaa keneen kuvaus kohdistuu. Tein yksilökohtaisen selvityksen kaikista tutkimuksen keskustelijoista, ja tämän selvityksen Word-tiedoston hävitän tutkielman valmistumisen jälkeen. Siihen asti se säilytetään OneDrive-pilvipalvelimella, jonne pääsee vain omalla käyttäjätunnuksella ja salasalla. Sain Kainuun sosiaali- ja terveydenhuollon kuntayhtymän aikuissosiaalityön kautta kahden rahapelaajan yhteystiedot haastatteluja varten. Nämä vastauskirjeet ja haastattelun suostumuskirjeet olen hävittänyt.

Valtti-keskusteluaineiston käyttöä varten allekirjoitin A-Klinikkasäätiölle vaitiolovelvollisuussopimuksen (Liite 2). A-klinikkasäätiön kehittämiskoordinaattori Tanja Vahter (2022) kertoi sähköpostiviestissään, että keskustelualan keskusteluista ei saa ottaa työhön suoria lainauksia eikä tietenkään käyttää kirjoittajien nimimerkkejä. Sen vuoksi tutkimuksen tuloksissa ei ole voinut käyttää suoria lainauksia, vaikka ne varmasti olisivat elävöittäneet tutkielmaa.

4 TUTKIMUKSEN TULOKSET

4.1 Yksilötason merkitykset

Esimerkki omin avuin sinnittelevästä pelaajasta

Henkilöllä on pelihistoriaa pidemmältä ajalta. Hän on ollut jo aiemmin velkajärjestelyssä. Tuolloin hän on rahapeleissä velkaantumisen takia menettänyt asuntonsa ja ihmissuhteet ovat olleet huonolla tolalla. Hän on saanut silloin pelaamisen lopettamiseen apua, ulosotto-velat maksettua pois ja luottotietonsa takaisin. Joitakin vuosia hän pysyi pelaamatta ja sitten päätti vähän kokeilla, jolloin pelaaminen taas riistäytyi käsistä ja velkaa alkoi kertyä: on pikavippejä, luottokorttivelkoja, kulutusluottoja parikymmentä tuhatta euroa. Tulot ovat niin epäsäännölliset, ettei voi saada Takuusäätiön lainaa. Sosiaalista luottoa, jolla lainat voisi yhdistää, ei hänen paikkakunnallaan ole käytettävissä ja muutenkin velkasumma olisi siihen liian suuri.

Henkilö ei ole halunnut kertoa rahapelaamisestaan läheisilleen. Moniin mieltä askarruttaviin kysymyksiin hän saa vastauksia keskustelualueelle kirjautuneilta pelaajilta ja kokee hyvänä, että saa purkaa ajatuksiaan siellä. Hän kokee valtavaa häpeää tilanteestaan. Hän pohtii koko ajan, miten saisi asiat järjestyseen. Häntä stressaa ja ahdistaa jatkuva raha-asioiden pohtiminen. Häntä harmittavat velat, menetetty aika, tekemättömät työt ja pelaamisen aiheuttama itsepetos. Hän kertoo olevansa välillä masentunut ja todella väsynyt. Hänellä on itserangaisuuden ajatuksia: kun on itse aiheuttanut ongelmansa, niin hyvä kärsiä siitä. Hän on erittäin velvollisuudentuntoinen ja haluaa maksaa velkansa.

Nyt hän sinnittelee velkojen maksujen kanssa ja pelkää jälleen niiden menemistä ulosottoon. Hän yrittää saada velkoja mahdollisimman paljon maksettua, ettei niin kävisi. Käyttörahasi pakollisten menojen jälkeen jää vain alle 100 euroa. Mihinkään yllättävään tai ylimääräiseen ole varaa. Äkilliset ylimääräiset menot aiheuttavat stressiä. Vaatteiden ostoa joutuu tarkasti miettimään. Välillä rahattomuuden takia harkitsee tupakkalakkoa, mutta päättää selättää ensin peliriippuvuuden. Ennen palkkapäivää ahdistaa velkojen maksu, mutta kun on saanut maksettua, niin on kevyempi olo. Hänellä on halu pitää taloudellinen valta omissa käsissä. Hän tekee maksusuunnitelmia perintätoimistojen kanssa. Näistä kuitenkin on huonot kokemukset. Hän kokee, että perintätoimistojen toiminta ei aina ole päivänvalon kestävä. Joltakin perintätoimistolta hän saa jälkikäteen korvauksiakin, koska suurempi joukko velallisia

on tehnyt sen toiminnasta ryhmäkanteen. Välillä tekee mieli jättää kaikki velkojen lyhennykset ja käyttää rahat johonkin muuhun. Ulosotto lopulta alkaa ja hän kokee ulosottomiehen kanssa yhteydenpidon positiivisena, vaikka on sitä pelännyt. Sen jälkeen hän harkitsee toimeentulotuen hakemista, mutta ei sitä kuitenkaan hae. Hän päästää muitakin velkoja ulosottoon, koska kokee sieltä niiden hoitamisen helpompana.

Pelihimot vaivaavat häntä aika ajoin. Pelaamiselta estää osaltaan rahattomuus ja hän on sulkenut myös velanottomahdollisuudet. Hän retkahtaa joskus pelaamaan, mikä masentaa ja hävettää. Sen jälkeen hän laittaa nettikasinoille sulkupyynnöt ja voi alkaa pidempi kausi ilman pelejä.

Hän on oppinut, että elämä kantaa. Hän on saanut välillä oikeilla hetkillä pieniä lisätuloja, jotka ovat laukaissseet pahimman stressin. Hän on oppinut varautumaan: maksaa laskut heti, kun pystyy ja ostaa ruokaa ja muutakin varastoon. Työn kokee mielekkäänä ja työkaverit mukavina. Elää päivän kerrallaan.

Esimerkki tukea saavasta läheisilleen kertoneesta pelaajasta

Henkilö tunnustaa puolisolleen olevansa vakavasti peliriippuvainen. Puolison luottamus romuttuu tästä pitkäksi aikaa. Pelaajan häpeän tunne on aluksi suuri, mutta hän ei halua enää juosta pakoon, eikä jaksaa salailla asiaa. Hän tunnistaa olleensa patologinen valehtelija. Valehtelu on jäänyt tavaksi, josta hän pyrkii eroon ja haluaa muuttaa puolison käsityksen. Välillä puoliso piikittelee rahapeliriippuvuudesta, mutta yleensä tämä on hänen tukenaan. Vielä useamman vuoden pelaamattomuuden jälkeen puolisoilla on silti epäilyksiä pelaamisesta. Pelaaja tuntee olevansa holhottu, koska puoliso pitää häntä sairaana riippuvuuden vuoksi. Itsekin hän kyllä myöhemmin myöntää rahapeliriippuvuuden elinikäiseksi sairaudeksi, johon tarvitsee hoitoa. Hän on ollut sulkeutunut ihminen ja nyt opettelee avoimuutta. Välillä hän kokee hankalana miehenä elämisen, kun toisaalta pitää oppia tunteista puhumaan, mutta toisaalta ei saisi ”akkamaisesti” valittaa.

Hän kokee pelaamisesta irti pysymisen aluksi helpompana, kun huonot muistot ovat vielä tuoreessa muistissa. Myös omista tunteista puhumisen hän ajattelee auttamaan pelihimon voittamisessa. Nollalinjan hän kokee parhaimpana. Hän ei halua kokeilla mitään pelejä,

koska silloin pelaamisen hallinta taas riistäytyy. Pelihimo iskee kovasti aika ajoin, mutta hän päättää oppia sitä tunnetta käsittelemään ja taistelemaan vastaan. Hän näkee myös peliunia tämän tästä koko pelaamattomuuden ajan. Unissa hän useimmiten lopuksi häviää ja potee ahdistusta siitä sekä pelaamisen salailusta. Hän on suunnattoman helpottunut, kun herätessään huomaa, ettei olekaan pelannut. Hän toisaalta pitääkin niistä unista, sillä pelaaminen on ollut useimmiten mukavaa. Hänestä tuntuu välillä suorastaan tuskalliselta se ajatus, ettei voi koskaan enää pelata, vaikka pelaaminen on lähes tuhonnut hänen elämänsä. Hän on lukenut pelaamisesta luopumisen olevan vaikeampaa kuin läheisestä luopumisen, mihin ajatukseen hän yhtyy ja ymmärtää rahapeli riippuvuuden vaikean luonteen. Hän oppii vähitellen tunnistamaan tilanteita, milloin pelihimo yltyy. Väsymys ja kielteiset torjutut tunteet ovat sellaisia. Helppoa pelihimon torjuminen ei ole. Pelihimon ollessa päällä pelaaminen tuntuu maailman tärkeimmältä asialta.

Kasinoilta tulee mainosviestejä ja mainoksia. Hän on sulkenut pelitilit ja ilmoittanut kasinoille olevansa peliriippuvainen. Hän pitää mainostamista vastuuttomana, koska mainostaminen lisääntyy tämän jälkeen. Mainokset aiheuttavat hänessä toisinaan vain ärtymystä, mutta välillä kasinomainokset, pelikoneet kaupoissa, Veikkauksen mainokset isoista voitoista ja netissä ohivilahtavat pelivideot aiheuttavat halua pelata. Veikkauksen voimaan tullutta pakollista tunnistautumista hän pitää todella hyvänä asiana.

Hän lyhentää lainaa urakalla palkastaan. Monelle kuukaudelle jää vain noin 100 euroa käytörahaa. Puolison kanssa he ovat sopineet, että puoliso maksaa aluksi enemmän yhteisiä menoja. Tämä pelaaja ei kuitenkaan eristäydy kavereista, kutsuu vaikka kahville, joka ei kovin paljon maksa. Hän harrastaa lenkkeilyä, joka myös on halpaa. Pankkitunnukset hän on antanut puolison haltuun ja tämä kontrolloi tilinkäyttöä. Hän haluaa kuitenkin jatkossa olla mies, joka vastaa perheen kustannuksista osaltaan. Kun hän on saanut velkojansa vähennettyä, ensimmäiset isommat ostot perheen hyväksi tuntuvat hänestä todella merkittäviltä. Aiemmin on ollut tärkeää, että rahaa on jäänyt pelaamiseen, ruuankin ostaminen on ollut siihen nähden toissijaista. Mieli (pelipiru hänen itsensä kertomana) tarjoaa välillä tiukkaan rahatilanteeseen ratkaisua pelaamisesta. Sen houkutukset hän pystyy torjumaan.

Hän on liittynyt GA-ryhmään, jossa voi purkaa tuntojaan. Hän kokee käynnin jälkeen olevansa vahvempi. Läheiset yleensä tsemppaavat. Hän alkaa käydä psykologilla. Psykologilta saa tehtäviä esimerkiksi listata pelaamisen hyödyt ja haitat. Tätä listaa katsomalla saa usein

pelihimon hyytymään. He keskusteleivat psykologin kanssa tunteiden ilmaisusta ja hän alkaa pitämään tunnepäiväkirjaa. Henkilö opettelee näkemään hyvää itsessään. Alun kielteisemmän asenteen jälkeen hän kokee, että ammattiavusta on suuresti hyötyä, vaikka asioiden työstäminen ei ole helppoa. Aluksi on käyty läpi lapsuutta, mutta myöhemmin siirrytään enemmän tulevaisuuden pohtimiseen. Hän saa tietoa myös rahankäytön hallinnan ja suunnittelun tärkeydestä. Vähitellen pelaaja alkaa käsittää rahan muuna kuin pelirahana. Hän suosittelee ammattiavun hakemista kaikille rahapeli riippuvaisille. Hän pitää hyvänä, että on joutunut tutustumaan itseensä ihan lapsuudesta saakka ja oppinut ymmärtämään tunteitaan ja itseään kaikkine vahvuuksineen ja heikkouksineen.

Hän kokee olevansa sekoitus ehdollistuneesta ja tunneperäisestä alttiista pelaajasta. Pelaaminen on alkanut jo pikkupoikana. Siten siitä on tullut osa päivittäistä elämää, kuten syömisestä ja juomisesta. Hän kokee omaavansa suuren synnynnäisen riskinottokyvyn ja on paennut ahdistusta pelaamiseen. Nyt ahdistus on koettava ilman pakenemista. Hän yrittää saada muuta toimintaa rahapelaamisen tilalle. Hän harrastaa liikuntaa ja on alkanut lukemaan. Myös kirjoittaminen keskustelualueelle pelihimon iskiessä auttaa. Psykologilta hän on kuullut, että pelihimon tunne kestää vain korkeintaan noin 20 minuuttia. Hän on tähän asti tupakoinut, mutta yrittää tupakkalakkoa päiväkirjamerkintöjen aikana. Peliriippuvaisten teksteistä hän löytää paljon samaistuttavaa. Hän pystyy hyvin ymmärtämään myös narkomaanien elämää: samanlaista loputonta valehtelua, retkahtamisia ja lupausten pettämistä, jota peliriippuvaisenaakin on harjoittanut. Asenteena hänellä on, että menneisyyttään ei voi muuttaa. Pitää keskittyä nykyhetkeen ja tulevaisuuteen. Hän pitää tärkeänä tavoitteiden asettamista, ei vain pelaamattomuuden suhteen, vaan tarvitaan pienempiä tavoitteita, joita kohti pyrkiä ja jotka voi selkeästi tavoittaa.

Hän kokee elämänsä pelaamattomana onnellisimpana aikana vuosikausiin: ei tarvitse enää esittää mitään ja oman sairauden myöntäminen on tehnyt itsestä vahvemman. Itsetunto kohenee. Rahapelaajana hän ennen unelmoi isosta voitosta, joka ratkaisisi kaikki ongelmat. Nyt ongelmat on kohdattava silmästä silmään, eikä voi paeta. Vanhemmat ovat aikoinaan maksaneet hänen velkojansa ja mahdollistaneet pelaamisen, mitä hän ei pidä hyvänä asiana. Hänen mielestään parempi olisi antaa pelurin ottaa itse vastuu teoistaan.

4.2 Yleisen tason merkitykset

Kolme yleistä merkitysverkostoa määräytyi rahapelaamisen haittoihin saadun tuen mukaan. Ensimmäinen ryhmä (kolme kirjoittajaa) ei ollut saanut tukea kuin keskustelualueelta ja oli myös salannut pelaamisensa. Toinen ryhmä (kaksi kirjoittajaa) oli saanut tukea puolisoiltaan. Kolmas ryhmä (neljä kirjoittajaa) koostui niistä rahapelaajista, jotka päättivät lopettaa salaamisen, kertoivat pelaamisesta läheisilleen ja hakivat rahapeli riippuvuuteen ja sen haittoihin aktiivisesti tukea monista palveluista. Puoliso oli monelle tärkeä tuki tässäkin ryhmässä. Jäljelle jäi vielä neljä kirjoittajaa, joita oli vaikea sijoittaa juuri edellä mainittuihin ryhmiin. Kolmelle kirjoittajalle löytyi yhteinen tekijä impulsiivisuudesta kaikessa toiminnassa. Yksi kirjoittaja poikkesi kaikista muista masentuneisuutensa vuoksi. Hänen toimintansa oli lähellä impulsiivisten toimintaa, sillä hänen oli vaikea keskittyä mihinkään pidempää aikaa ja tuli kokeilleeksi monia asioita sekä retkahti usein pelaamaan impulsiivisten tavoin. Päädyin pitämään nämä ryhmät kuitenkin erillisinä.

Omin avuin sinnittelevä pelaaja (kolme kirjoittajaa)

Rahapelaaminen alkanut pidemmän aikaa sitten. On jääty koukkuun suurten voittojen tuomaan tunteeseen. Voittorahat on aina pelattu ja lopulta otettu pikavippejä ja kulutusluottoja pelaamiseen. Velkaa on kertynyt. Pelaamisesta on seurannut masentuneisuutta ja ahdistuneisuutta, eikä ole ollut voimavaroja hoitaa velkoja. Välillä voi olla jopa itsetuhoisia ajatuksia.

Elämä on jatkuvaa sinnittelyä pienillä tuloilla, mikä aiheuttaa stressiä, kun tilannetta jatkuu vuosikausia. Palkkapäivä ahdistaa jo ennakoon, koska niin paljon menee velkoihin. Käyttörahaa ei paljon jää. Kuitenkin halutaan vastata maksuista, koska on itse asiat sotkettu. Sen vuoksi pitää vähän kärsiäkin. Vastuuntunto on kova.

Välillä yritetään pitää taukoa pelaamisesta, laitetaan estoja pelifirmoille ja luotonantajille, mutta nämä eivät aina pidä ja pelaaminen alkaa uudelleen. Koetaan, että kasinoita syntyy aina uusia, mihin pääsee pelaamaan. Myönnetään lopulta, että ollaan aina rahapeli riippuvaisia. Jos sen unohtaa, niin aletaan helpommin pelaamaan. Pelihimo vaivaa aika-ajoin. Mainokset houkuttelevat pelaamaan. Nollalinjaa pelaamisen suhteen tavoitellaan ja pikkuhiljaa pelittömät jaksot pitenevät. Tiedostetaan, että pelaamiseen on paettu yksinäisyyttä, tylsisty-

mistä ja kielteisiä tunteita. Nyt yritetään etsiä muuta mielekästä tekemistä tilalle. Veikkauksen pakollista tunnistautumista kiitellään. Toiset riippuvuudet voivat vahvistua kuten syöminen ja tupakointi.

Kenellekään ei kerrota pelaamisesta. Se koetaan niin häpeällisenä. Normaalissa perhe-elämässä ei aina uskalleta rahapeliongelman vuoksi suunnitella. Elämä on ollut jatkuvaa salailua. Ihmissuhteet kärsivät. Keskustelupalstan tuki on ainoa tuki. Pahaa oloa puretaan kirjoittamalla keskustelupalstalle ja lukemalla toisten tarinoita ja kannustavia kommentteja. Keskustelupalstalta ohjeistetaan hakemaan terapiaan tai sosiaalitoimeen, mutta niitä ei saada haettua. Velkaneuvojalla voidaan käydä. Jollakin alkaa velkajärjestely. Yritetään löytää hyviä asioita elämästä, kuten perhe ja mukava työ. Mottona on: pienin askelin, päivä kerrallaan parempaa huomista kohti. Onnistutaan lähestulkoon omin avuin selviämään.

Puolison tuella pelaamattomuutta kohti (kaksi kirjoittajaa)

Rahapelaamisessa voidaan kokea pohjakosketus, josta seuraa suunnaton häpeä ja itsesääliä. Sen myötä päätetään lopettaa pelaaminen. Päätetään olla rehellisiä ja lopettaa valehtelu, jota on voinut jatkua vuosikausia. On kehitytty valehtelemisen ammattilaisiksi ja tavasta pois oppiminen on haastavaa. Kerrotaan puolisolle ja läheisille velkautumisesta ja peliriippuvuudesta. Velkaa on kertynyt paljon ja parisuhde on koetuksella pitkän aikaa. Puoliso on kuitenkin tärkein tuki ja kannustaja pelaamattomuudessa, vaikka luottamuksen palautuminen vie aikaa.

Velkoja yritetään usein maksaa lumipallotaktiikalla pois, eli velka kerrallaan kokonaan pois mahdollisimman nopeasti. Elämä on sinnittelyä vähäisillä käyttövaroilla. Tehdään ylitöitä, että velat saadaan nopeammin maksettua. Halutaan ottaa nyt omalta osaltaan vastuu perheestä.

Pelihimot vaivaavat ajoittain, mutta menevät ohi nopeasti. Pelaamisen tuomaa jännitystä on välillä ikävä. Suuremmat rahatulot polttelevat, mutta onnistutaan olemaan pelaamatta. Tunnistetaan, että ollaan peliriippuvaisia kaiken aikaa. Eletään päivä kerrallaan ja ollaan nöyriä tilanteen edessä. On omin voimin opeteltu tutustumaan itseensä ja tunnistetaan omia heikkouksia ja vahvuuksia. Opetellaan keskeneräisenä olemista ja olemaan armollisia itselle

menneisyydestä huolimatta. Koetaan, että lopulta oma motivaatio ja tahto ratkaisee pelaamisen lopettamisen. Pystytään valitsemaan pelaamattomuus houkutuksista huolimatta. Opitaan nauttimaan uudelleen elämän pienistä asioista.

Rehellisyyteen pyrkivä, monenlaista tukea hakeva pelaaja (neljä kirjoittajaa)

On kerrottu läheisille pelaamisesta ja velkaantumisesta. Halutaan lopettaa salailu ja olla rehellisiä. Puoliso on tähänkin ryhmään kuuluvien pääasiallinen tuki, mutta sen lisäksi haetaan monella tavalla aktiivisesti apua rahapeliriippuvuuteen. Aloitetaan psykoterapia tai psykologilla käynnit ja lisäksi voidaan käydä GA-ryhmässä. GA-ryhmä koetaan paikkana, jossa todella ymmärretään rahapeliriippuvaisen tilannetta. Opetellaan tunnistamaan ja käsittelemään tunteita sellaisenaan. Saadaan tietoa riippuvuuksien synnystä ja riippuvuustaipumuksen periytymisestä. Ymmärretään, että pelaamiseen paetaan usein ahdistavia ajatuksia ja ikäviä tunteita. Opitaan, että riippuvuus on usein periytyvää: suvussa voikin olla paljon alkoholisteja, jotkut ovat syömisongelmaisia tai rahapeliriippuvaisia. Taustalla voi olla myös neurologisia ja psyykkisiä ongelmia, koulukiusaamista sekä lapsuuden aiheuttamia muita traumakokemuksia.

Pelaamiseen ei juuri enää retkahdeta. Pelihimoa vastaan silti käydään aika ajoin kovaa taistelua. Nähdään rahapelaamisesta unia. Rahapelimainokset häiritsevät ja houkuttelevat pelaamaan. Mainosten määrä voi lisääntyä pelifirmojen estojen asettamisen jälkeen, mikä koetaan todella vastuuttomana. Peliajatukset ajoittuvat heikkoihin hetkiin. Pelaamista voi olla ikävä, vaikka on useita vuosia oltu pelaamatta ja muistetaan pelaamisen aiheuttama ahdistus. Koetaan aluksi vieroitusoireita, kun ei voida pelata. Pelihimon selättämiseen on kuitenkin alettu löytää keinoja ja niitä käytetään. Osa menetelmistä on opittu terapeutilta, osa on perinteisiä: liikunta vie ajatuksia muualle ja tuo hyvää oloa. Joskus paetaan muihin riippuvuuksiin, kuten roskaruuan ja herkkujen syömiseen tai tupakointiin. Tämä aluksi sallitaan itselle: selätetään yksi ongelma kerrallaan.

Velkojen määrä tekee elämästä sinnittelyä ja tiukka rahatilanne aiheuttaa stressiä. Huonotaloudellisten asioiden hallinta aiheuttaa pettymystä itseensä. Pankkitilin kontrollointi on voitu antaa puolisolalle. Velkoja yritetään maksaa liian nopeasti ja liian isoja summia, jolloin

elämiseen ei jäävä käyttöraha on minimaalinen. Rahan arvon ymmärtäminen suurien pelisummien vuoksi on hämartynt. Talousasioiden hallinta on aluksi niin vaikeaa, että tekee mieli luovuttaa ja alkaa pelata. Vinkkejä talouden hallintaan saadaan monelta taholta, talous- ja velkaneuvonnasta, psykoterapeutilta, Facebookin Velallisten tuki -ryhmästä ja Ta-kuusäätiön talouden hallinnan verkkokursseilta. Jollakin on käytössä päiväbudjetti, mitä ei saa ylittää. Vähitellen rahan arvo selkeytyy ja talous pysyy paremmin hallinnassa.

Jaksetaan pyörittää perheen arkea ja käydä työssä. Opitaan ymmärtämään, ettei peliriippuvuus tee itsestä kaikessa huonoa ihmistä. Riippuvuuksiakin opitaan pikkuhiljaa hallitsemaan ja saadaan asioita kuntoon. Parisuhteessa menee paremmin ja lapset voivat hyvin. Oma fyysinen ja henkinen hyvinvointi kohenee. On opittu asettamaan realistisia tavoitteita, mitkä auttavat motivoitumaan tulevaisuuteen. Päivä kerrallaan -asenteella jatketaan ja tehdään joka päivä päätös pelaamattomuudesta.

Impulsiivinen pelaaja (kolme kirjoittajaa)

Rahapeliriippuvuus on voinut alkaa äkillisesti. On saatu valtava euforia voitoista, dopamiini- ja adrenaliinitasot ovat korkealla. Pelaaminen on pakonomaista. Voittorahat polttelevat aina, eikä voi olla niitä pelaamatta. Toisaalta hävitytkin rahat polttelevat, on houkutus yrittää saada ne takaisin. Kaverit jäävät ja nettikasinot valtaavat niiden paikan. Opinnot voivat jäädä kesken. Normaaliarkeen palaaminen tuntuu mahdottomalta voittoputken jälkeen. Mikään muu asia ei enää tunnu miltään. Mukaan tulevat pikavipit ja kulutusluotot. Impulsiivisuuden vuoksi on voitu syyllistyä rikollisuuteen. Varastetaan jotain, että saadaan rahaa riittämään pelaamiseen. Säästetään myös ruuassa sen vuoksi tai ei ehditä laittamaan ruokaa. Syödään roskaruokaa. Panttilainaamokin tulee jollekin tutuksi.

Velkaa voi kertyä niin paljon, että se lopulta pysäyttää. Kerrotaan asiasta ehkä läheiselle. Pelitilejä suljetaan ja laitetaan estoja lainafirmoille. Nettikasinointia kuitenkin nousee kuin sie-niä sateella, samoin uusia maksumenetelmiä. Kasinomainokset voivat herättää pelihimon. Retkahduksia tapahtuu enemmän, jos on tylsistynyt tai väsynyt. Aivot muistavat pelien jännityksen ja houkutus pelata kasvaa. Ei vielä kokonaan haluta lopettaa pelaamista. Keskustelualueella saatetaan kehua voitoilla ja pelaamisen huumalla. Sallitaan itselle joidenkin pelien pelaaminen, mistä keskustelualueella huomautetaan ja kehoitetaan jättämään kaikki pelit.

Jonkinlainen asennemuutos tapahtuu, kun jälleen kerran on hävitty suuri summa. Päätetään katsoa totuutta silmiin. Otetaan itse vastuuta raha-asioista, eikä turvauduta läheisten maksukykyyn. Annetaan luottokortti puolisolle. Rahan arvon ymmärtäminen on vaikeaa ja opetellaan taloudellisten asioiden hoitoa. Elämä on pienellä käyttörahalla sinnittelyä, koska yritetään maksaa velat nopeasti pois. Veloista voidaan pitää kuukausittain kirjaa päiväkirjamerkinnöissä.

Voidaan hakea apua A-klinikalta tai päästä psykoterapiaan, joista saadaan keinoja selättää ongelmaa ja rahapelaamisen olemus selviää paremmin. Tavoitteeksi asetetaan täysi pelaamattomuus ja avoimuus. Myönnetään, että ollaan vakavasti peliriippuvaisia. Päivä kerrallaan -asenteelle lähdetään eteenpäin. Työpaikka pelastaa päivän ajan, koska silloin ei voida pelata. Vapaa-aikaan on tärkeää keksiä muuta tekemistä kuten liikuntaa.

Masentunut pelaaja (yksi kirjoittaja)

On pelattu lapsesta asti. Lapsuusperheessä on ollut ongelmia ja rahapelaamiseen on paettu jo tuolloin pahaa oloa ja yksinäisyyttä, mikä tapa jatkuu aikuisiässä. Pelatessa huonot asiat unohtuvat. Mielihyvää saadaan enää vain pelaamisesta. Toleranssi mielihyvän saamiseen on aikojen saatossa kasvanut. Tarvitaan suurempia rahallisia panoksia, että sillä on vaikutusta. Pelaaminen on riistäytynyt käsistä negatiivisen elämäntapahtuman jälkeen.

Haetaan apua monella tavalla, mutta ei jakseta pitkään missään jatkaa. Voidaan käydä GA-ryhmässä, psykologilla, traumaterapiassa ja suoritetaan Pelit Poikki -ohjelmaa. Masennuslääkkeillä saadaan tasattua mielialaa. Välillä saadaan pelaaminen loppumaan, mutta jonkin ajan kuluttua pelaaminen alkaa uudelleen. Rahaa menee ja velkaa tulee, mikä ahdistaa ja harmittaa. Masennus syvenee ja voimat hupenevat. Lopulta jäädään sairauslomalle.

Pelit ovat mielessä varsinkin iltaisin. Pelihimoa torjutaan tuolloin harrastamalla liikuntaa. Pelaamisesta nähdään paljon unia. Pelifirmoilta tulee bonusviestejä, jotka ärsyttävät ja synnyttävät pelihimoa. Koronarajoitukset hankaloittavat pelaamattomuutta, kun kaikki harrastuspaikat ovat suljettu. Pelihimo voi yltyä välillä niin vahvaksi, että pää tuntuu räjähtävän.

Pahaa oloa yritetään purkaa kirjoittamalla palstalle. Itsetuhoiset ajatukset vaivaavat. Läheisten takia jaksetaan kuitenkin jatkaa elämää. Hyviä asioita ei juuri missään nähdä.

4.3 Rahapeli-riippuvaisten elämismaailman hahmottaminen kehollisuuden, tajunnallisuuden ja situationaalisuuden kautta

Kehollisuuteen liittyvät merkitykset

Rahapeli-riippuvuuden syntymisessä merkittävä rooli on sen kehollisilla vaikutuksilla. Rahapelaajat kertovat pelaamisen tuottamasta mielihyvän tunteesta, jopa euforiasta. Mielihyvää saa Kiiänmaan (2015, 52) mukaan toistamaan pelaamista. Mielihyvämekanismit aivoissa aktivoituvat samalla tavalla kuin muissakin riippuvuuksissa. Useampi pelaaja kertoo dopamiini- tai serotoniinitasojen kohoamisesta. Samantasoisesta mielihyvän saamiseen he kertovat tarvitsevänsä suurempia rahapanoksia kuin aiemmin eli toleranssi kasvaa. Monet rahapelaamisesta eroon pyrkivät tuntevat, etteivät saa enää mistään muusta niin suurta mielihyvää kuin pelaamisesta. Useat rahapelaajat ovat aloittaneet pelaamisen jo lapsena. Pitkään pelanneet kertovat kehon tottuneen pelaamiskäytäntöihin, jonka vuoksi siitä pois oppiminen on vaikeaa. Aivot ovatkin merkittävässä asemassa, sillä ne ovat mukauttaneet dopamiinin tuotantoa sitä mukaa, kun pelaaminen on lisääntynyt (Castrén & Alho 2020, 9). Muutos voi sen vuoksi olla aluksi hankalaa. Pelaajat kertovat, että pelaamisen lopettamisen jälkeen voi mennä pitkä aika, että alkaa tuntea niistä asioista mielihyvää, jotka ennen ovat merkinneet heille paljonkin.

Motivaatioon ja oppimiseen liittyvissä aivotoiminnoissa sekä persoonallisuuden piirteissä tapahtuu kaikissa riippuvuushäiriöissä muutoksia (Grant ym. 2010, 234, 235). Joidenkin rahapelaajien puolisoit saattoivat kertoa, että pelaamattomuuden pidentyessä puoliso ei ollut enää niin kireä kuin aiemmin. Pikkuhiljaa he myös oppivat iloitsemaan tavallisemmista arjen asioista, kuten perheestä, hyvästä työpaikasta ja arjen askareista. Välillä pelaamiseen aiheuttamaan hurmosta kuitenkin kaivataan, vaikka tiedetään sen lähes tuhonneen heidän elämänsä. Koetaan aluksi suoranaisia vieroitusoireita. Kaivataan joskus jopa pelaamiseen liittyvää kaikkea negatiivistakin, koska tavallinen arki tuntuu niin neutraalilta ja tylsältä. Kaivataan jännitystä elämään. Tutkimusten mukaan rahapelaamiseen ajaakin usein tylsyyden tunne ja jännityksen hakeminen (Salonen ym. 2020b, 145; Lähteenmaa 2022, 35).

Impulsiiviset rahapelaajat kertovat, että intensiivisimmän pelaamisjakson aikana ei malteta keskeyttää pelaamista edes siksi ajaksi, että laitettaisiin tai ylipäättään syötäisiin kunnollista ruokaa. Joku pelaaja kertoo seisoneensa tuntikausia pelikoneen ääressä, vaikka jalat puutuvat ja vessaankin pitäisi päästä. Pelaamisen aikana monet pelaajat kertovat pelaamiseen palavan rahaa useita tuhansia, mutta ruokakaupassa mietitään, minkä jogurttipurkin saa halvimmalla. Yritetään säästää rahaa pelaamiseen. Useimmat rahapelaamisen lopettaneet velkaantuneet pelaajat kertovat puolestaan siitä, että kunnolliseen ruokaan ei ole varaa, koska velkoja yritetään maksaa nopeasti pois. Nuudelit mainitaan monen rahapelaajan kertomuksissa. Uusien vaatteiden hankkimisen ja varmasti myös kaiken muuan tarpeellisen hankkimisen kohdalla on samansuuntainen tilanne. Kaikesta on tingittävä. Parilla kirjoittajalla syömishäiriö vahvistuu, kun he lopettavat pelaamisen. He taistelevat syömisongelman ja samalla myös painonhallinnan kanssa. Tässä tutkielmassa mukana olleista päiväkirjamerkinnoistä ei kuitenkaan noussut esille kovin suurta fyysistä sairastavuutta. Tutkimusten mukaan rahapelaajille tyypillistä on taloudellisen niukkuuden aiheuttama yksipuolinen ruokailu, joka heikentää yleiskuntoa ja altistaa fyysisille sairauksille (Heinälä 2015, 95; Salonen, Kontto, Alho & Castrén 2017, 556). Vain yksi pelaaja mainitsi joidenkin fyysisiin oireisiin liittyvien tutkimusten olevan meneillään. Monet kirjoittajista lisäsivät liikuntaa sen jälkeen, kun yrittivät lopettaa pelaamisen. Joillakin säännöllinen liikunta oli osa päivittäistä elämää pelaamisen aikanakin. Kirjoittajien keski-ikä oli todennäköisesti reilusti alle 40 vuotta, niin voi olla, ettei yksipuolinen ruoka vielä heidän terveydentilassaan näkynyt.

Tajunnallisuuteen liittyvät merkitykset

Kehollisuus ja tajunnallisuus kietoutuvat toisiinsa, sillä tajunnallisuuteen liittyvät toiminnot koetaan psyykkisinä elämyksinä kehossa. Useimmat pelaajat kertovat paenneensa negatiivisia tunteita pelaamiseen. Pelaamiseen saatetaan ryhtyä pelihimon yltyessä niin suureksi, ettei voida sitä enää vastustaa. Kun pelaajat analysoivat myöhemmin tilannetta, niin he oivaltavat, että taustalla ovat olleet ikävät tunteet ja tilanteet, kuten yksinäisyys ja ikävystyminen.

Psyykkiseen tiedostamattomaan liittyvät olennaisesti tunteet. Kun siirrytään tiedostamaan taustalla vaikuttavia tunteita, on tapahtunut jo siirtyminen henkiseen tiedostamiseen. Joihin-

kin tilanteisiin liittyy tunnetihentymiä, jotka voivat pakottaa ihmisen havahtumaan ja tarkastelemaan tilannettaan. (Perttula 2008, 125.) Samaa tarkoittanee Twersky (2014, 133, 137), joka kertoo päihderiippuvuuden katkaisemisessa ”oman pohjan löytämisen” merkityksellisyydestä. Hänen mukaansa tällöin riippuvuutta aiheuttaman toiminnan kielteiset vaikutukset ylittävät jonkin rajan. Useat pelaajat kertovat jonkinlaisesta pohjakosketuksesta, joka pakottaa pysähtymään ja ottamaan uuden suunnan elämässä. Velkaa voi olla kertynyt niin paljon, että se pysäyttää tai joku läheinen saa tietää salassa pidetystä rahapeliongelmasta. Pohjakosketuksen kokeminen voi kuitenkin joidenkin ihmisten taholta estyä, jos nämä mahdollistavat riippuvuutta aiheuttavan toiminnan jatkumisen (mt. 2014, 138). Rahapeliriippuvuudessa pelaajat pitivät sellaisina hyvää tarkoittavia vanhempia, jotka maksoivat heidän rahapelivelkansa.

Salaaminen on tuttua kaikille pelaajille, vaikka vain kolme pelaajaa pitää asian salassa velkaneuvojalle kertomista lukuun ottamatta. Useimmat ovat pitkään salanneet rahapelaamisen läheisiltään, eivätkä ole aluksi hakeneet apua mistään tai kertoneet pelaamisesta kenellekään. Monet kertovat tulleen valehtelun ammattilaisiksi, ja joutuvat tekemään töitä sen eteen, että oppivat tavasta eroon. Salaaminen koetaan raskaana ja oloa helpottaa, kun se loppuu. Osa pelaajista kertoo itsetuhoisista ajatuksista ja vielä suurempi osa masentuneisuudesta, joka iskee varsinkin suurten hävittyjen summien jälkeen. Itsemurha-ajatuksia ja sen yritykset sekä masentuneisuus ovat tutkimusten mukaan yleisiä rahapelaajilla (Ladouceur & Lachance 2020, 19). Toivottomuus vuosikausia jatkuvasta tiukasta rahatilanteesta koetaan raskaana. Yksi pelaaja jää sairauslomalle masennusoireiden vuoksi. Muut pystyvät jatkamaan työnteoa masennusoireista huolimatta. Itsemurhaa ei kukaan kerro yrittäneensä.

Osa pelaajista (kolme pelaajaa) sinnittelee omin avuin rahapeliongelman kanssa. Heistä harvempi kertoo siitä, että on opetellut tunnistamaan tunteitaan ja analysoimaan pelaamisen motiivejaan. Toiminta säilyy siten tunnepohjaisena ja pitkälti tiedostamattomana. Pelaamisen tilalle saatetaan etsiä muuta tekemistä, mutta usein se on siirtymistä toiseen riippuvuuteen. Impulsiiviset pelaajat (kaksi pelaajaa) toimivat myös samalla tavalla, vaikka hakevatkin ulkopuolista tukea. Masentuneella pelaajalla ei puolestaan ole voimavaroja käsitellä tilannetta, vaikka hakeekin apua monesta suunnasta. Pelkästään puolisoiden tuella selviävät (kaksi pelaajaa) jo hieman tunnistavat tunteitaan, jolloin heidän on helpompi tunnistaa pelihimon synnyttäviä tilanteita. Ulkopuolista tukea aktiivisesti hakevat ja myös läheisilleen rahapelaamisesta kertoneet (neljä pelaajaa) näyttävät selviävän paremmin. He päättävät olla

rehellisiä ja tunnustavat olevansa rahapeliiriippuvaisia. Välillä heilläkin tapahtuu pakene-
mista muihin riippuvuuksiin, mutta nämä tiedostetaan ja niitä opetellaan vähitellen hallitse-
maan. Psykkinen kokemus on muuttunut ymmärtämisen ja tiedostamisen kautta henkiseksi.
Vasta tässä vaiheessa ihminen voi Rauhalan (1992, 70) mukaan olla vastuussa tekemisistään.
Psyykkisen tilassa hän vain toimii kehoillisuuden ohjaamana, eikä vielä tiedosta toimin-
taansa. Rahapelaajien toipuminen näyttää onnistuvan paremmin, kun he alkavat käsitte-
lää tunteitaan ja motiivejaan pelata. Monet kertovatkin siitä, että ovat paremmin oppineet
tuntemaan itseään. Rauhala (1992, 71) käyttää tästä käsitettä itsetiedostus, joka merkitsee
juuri henkisen olemassaoloa. Rauhala (1998, 210) käsittää Jungiin⁸ yhtyen, että henkisen
syventyminen ihmisessä ottaa kehoillisuuteen liittyvän viettimaailman automaattisesti hallin-
taansa, eikä hän enää niin helposti ajaudu vain toimimaan viettiensä (esim. pelihimon) oh-
jaamana. Siten itsensä tuntemisen opettelu ei olisi rahapeliiriippuvuuden hoidossa ollenkaan
vähäpätöinen asia.

Pelihimon voisi aivan hyvin kirjata kehoillisuuden osa-alueeseen, sillä monet pelaajat kerto-
vat ”pelipirusta”, joka houkuttelee pelaamaan. He kokevat, että tältä tulee suorastaan ehdo-
tuksia, miten voisi ratkaista esimerkiksi jonkun rahapulman eli kehoitetaan pelaamalla yrittää
voittaa tarvittavat rahat. Tieteellisesti ”pelipirua” ei voi todistaa, mutta joillekin rahapeliiriip-
puvaisille se näyttää olevan todellisuutta, ja he käyttävät usein sitä käsitettä. Joku kertoo
”pelipirun” istuvan olkapäällä. Itsellenikin tämä ajattelu olisi kristillisen maailmankuvan
vuoksi helppo hyväksyä. Pahan voimien olemassaolon jouduin kuitenkin jo aluksi sulkeis-
tamaan pois. Pelihimon yksi pelaaja kertoo olevan niin vahvaa, että pää tuntuu räjähtävän.
Pelihimoa opitaan pikkuhiljaa torjumaan ja tiedostamaan sen taustalla olevia tunteita ja ti-
lanteita, kun siirrytään enemmän Rauhalan (1992, 71) mainitsemaan itsetiedostamisen tilaan
eikä impulsiivisesti vain toimita tunteista käsin. Suurin osa pelaajista näkee rahapelaamiseen
liittyviä unia sen jälkeen, kun on päättänyt lopettaa pelaamisen. Joillakin nämä unet lisäävät
pelihimoa, mutta usein niissä hävitään ja koetaan samoja ahdistuksen tunteita kuin oikeassa
elämässä. Herätessä ollaan helpottuneita, kun se olikin vain unta. Kasino- ja Veikkauksen
mainokset saattoivat monilla aiheuttaa pelihimon lisääntymisen ja pelaamiseen retkahtami-
sen hyvästä kehityksestä huolimatta. Mainosten on todettu aiemmissa tutkimuksissakin li-
säävän paljon pelaavien pelihimoa. Binden ja Romildin (2019, 720) tutkimuksen mukaan
erityisesti korkeammin koulutetut kertoivat mainosten vaikuttavan heidän pelaamiseensa.

⁸ Jung, Carl (1953–1977): *Collected Works I-XIX*. London. Routledge & Kegan.

Runsas pelaaminen saattaa alkaa uudelleen niinkin pienestä kuin yhden raaputusravan raaputtamisesta. Joku kieltäytyy osallistumasta edes työpaikan lottoporukkaan, ettei pelihimo vain voimistuisi. Jotkut kokevat, että retkahtamista estää se, että tunnustaa olevansa ikuinen rahapeliriippuvainen. Jos sen unohtaa ja ajattelee voivansa vähän pelata, niin saatetaan sukeltaa taas syvälle rahapelaamisen syövereihin. Kun pelaajat pyrkivät pelaamattomuuteen, he kertovat useimmiten siitä, että elävät päivän kerrallaan. Sellaisesta asenteesta kertoo peräti yhdeksän kolmestatoista rahapelaajasta. Twerskyn (2014, 44) mukaan ”päivä kerrallaan” -asenne on suorastaan absoluuttisen välttämätön, kun toivutaan päihderiippuvuudesta. Hänen käsityksensä mukaan retkahdus on lähellä, jos tämän asenteen unohtaa. Asenne voi olla yhtä tärkeä myös rahapeliriippuvuudesta toivuttaessa. Twersky on 12 askeleen toipumisohjelman kannattaja, jonka periaatteissa korostetaan elinikäistä riippuvuusominaisuutta. Osa AA-ryhmissä käyvistä laskee raittiina olemisen päiviä kuolemaansa asti. Rahapeliriippuvuus on diagnosoitu sairaudeksi, mikä ajattelu voi vahvistaa riippuvuusominaisuuden pysyväisluonteisuutta.

Situationaalisuuteen liittyvät merkitykset

Rahapelaajan elämäntilanne eli situaatio osoittautuu keskustelualueen kirjoittajien tarinoista jokapäiväiseksi taisteluksi. Sen on taistelua pelihimoa vastaan kuin myös taloudellista sinnittelyä usein vuodesta toiseen. Suurin osa pelaajista yrittää maksaa rahapelaamisesta kertyneitä velkoja mahdollisimman nopeasti pois, ja yrittää tulla toimeen sitten vähäisillä käyttövaroilla. Paljon aikaa ja voimavaroja vaatii myös se, että tehdään velkojien kanssa maksusuunnitelmia. Kulutusluottojen korot ovat usein kohtuuttomia, jolloin pääoma ei lyhene juuri ollenkaan, vaikka velkaa maksetaan pois. Velkaantuminen onkin keskustelualueen tärkein teema, joka tulee esille myös peliongelmaisten auttavan puhelimen keskusteluissa, josta kerrotaan Peluurin vuosiraportissa (Silvennoinen & Vuorento 2020). Yksikään tutkimuksen pelaajista ei kerro lainanneensa rahaa pelaamiseen sukulaisiltaan tai ystäviltään. Lähteenmaan ja Strandin (2008) tutkimuksessa velkaa pelaamiseen otettiin myös heiltä. Nykyisin velanottomahdollisuudet ovat moninkertaistuneet heidän tutkimuksensa ajankohtaan verrattuna. Läheiset saattoivat joitakin auttaa korkeakorkoisten lainojen maksamisessa sen jälkeen, kun nämä olivat päättäneet lopettaa pelaamisen. Yleensä pelaajat maksoivat nämä velat läheiselle

takaisin, ellei kyse ollut nuoresta pelaajasta. Velanottoa läheisiltä vähentää tietenkin myös se, että kaikki ovat työelämässä ja saavat säännöllisen palkan.

Lähes kaikki pelaajat pelaamattomuuteen pyrkiessään laittavat estoja luottofirmoille, mutta kertovat, että uusia luotonantofirmoja syntyy jatkuvasti. Nämä ovat myös aktiivisia mainostamaan netissä mahdollisuuksista saada lainaa. Pelaajat kokevat niiden kuin myös nettikasinoiden toiminnan vastuuttomana. Kun kasinoille on tehty sulkuja ja ilmoitettu olevansa rahapeli riippuvainen, niin mainosten määrä tuntuu lisääntyvän. Pelaajat kertovat, että nettikasinota syntyy jatkuvasti uusia, joihin aiemmista kielloista huolimatta voi aina liittyä. Myös Veikkauksen mainoksia pidetään vastuuttomina. Siten voi yhtyä Nowerin ja Calerin (2018, 1) kritiikkiin rahapelaamisen vastuullisuuden säilyttämisestä pelkästään pelaajille. Heidän kehittämänsä syndeeminen lähestymistapa kehottaa tarkastelemaan rahapeliongelmia kokonaisvaltaisesti ja ottamaan mukaan kaikki siihen vaikuttavat tekijät. Suomessa rahapelaaminen on kulttuurisesti hyväksyttyä, jonka tuloja on tarvittu yleishyödyllisten toimintojen pyörittämiseksi. Kukaan pelaajista ei silti edes mainitse, että pelaamisella rahoittaisi yleishyödyllisiä kohteita Suomessa. Se ei toimi ainakaan motiivina pelaamiselle ja sen hyväksyttävyydelle. Muutamaa pelaajaa harmittaa se, että ovat rahoittaneet maltalaisia pelaamistaan. Kyse oli tällöin ulkomaisten nettikasinoiden toiminnasta.

Perintäyhtiöiden toiminta koetaan välillä vastuuttomana. Perintäyhtiöt voivat yhden kirjoittajan mukaan pitää velkaa omassa perinnässään vuosikautia ja siirtää sen vasta sitten oikeudelliseen perintään eli ulosotto prosessiin. Siten ne saavat venytettyä velan perintäaikaa sen yleiseen vanhenemisaikaan eli 20 vuoteen tai yksityishenkilön ollessa velkoja 25 vuoteen (laki velan vanhentumisesta 15.8.2003/728). Ulosottopäätöksen jälkeen velka vanhenisi 15 vuodessa ellei ole kyse rikosperusteisesta vankeustuomioon tai yhdyskuntapalveluun johtaneesta velasta tai velkoja on yksityishenkilö, jolloin vanhenemiseen menisi 20 vuotta (Ulosottokaari 15.6.2007/705, 24 §). Vaikka monet pelaajat yrittävät kaikin keinoin välttää ulosottoa luottotietojen menettämisen pelossa, niin velan vanhenemisen kannalta olisi suotavaa, että perintätoimistojen siirtäisivät velan ulosoton käsittelyyn mahdollisimman pikaisesti. Olisiko tässä lakimuutoksen paikka, että perintätoimistot velvoitettaisiin siirtämään velka lainsäätämässä määräajassa oikeudelliseen perintään tai muuttaa velan yleistä vanhenemisaikaa 15 vuoteen? Varsinkin pienituloisille, joilta ulosottokaan ei voi juuri mitään ulosmittata, veloista eroon pääseminen voi kestää kohtuuttoman kauan.

Tutkimuksessa mukana olleet rahapelaajat osoittautuvat pelaamisen lopetettuaan pikemminkin vastuuntuntoisiksi kuin vastuuttomiksi. Suurin osa haluaa maksaa velkansa ja sen lisäksi kantaa vastuuta perheen menoista. Varsinkin miehet kokevat joskus miehisyyden kärsivän siitä, että puoliso on joutunut pelaamisen aikoihin maksamaan enemmän yhteisiä menoja. Joku pelaaja halusi korvata menetettyjä tuloja puolisolle maksamalla hänelle ”lainaa” useita kymmeniä tuhansia euroja ja piti maksusta tarkkaa kirjanpitoa. Osa haluaa suorastaan rankaista itseään, ja tarkoituksella maksaa velkoja niin paljon pois, että joutuu tulemaan todella vähällä toimeen eli vähän kärsimään tekemisistään. He syyllistävät itseään tilanteesta. Ne pelaajat, jotka käsittävät rahapeliriippuvuuden sairautena, ovat hieman armollisempia itseään kohtaan. Armollisuuteen toiset keskustelijat välillä itserankaisijoita ohjaavat ja muistuttavat rahapeliriippuvuuden sairaudenomaisesta luonteesta.

Useimmat rahapelaajat kertovat suunnattomasta häpeästä ja ahdistuksesta, jota tuntevat rahapelaamisesta. Häpeän tunteen voi katsoa olevan kollektiivisen kokemuksen, vaikka se toisaalta on tunteena sekä kehollinen että tajunnallinen. Häpeähän tunnetaan yleensä, kun verrataan itseään muuhun ympäristöön ja suhteessa toisiin. Pelaajat kokevat olevansa heikkoja, koska eivät pysty hallitsemaan pelaamistaan. Millerin ja Thomasin (2018) tutkimuksessa selvisi, että hallinnollisten toimien ja sitä tukevan median pyrkimys edistää vastuullista pelaamista, lisäsi rahapelaajien kokemaa häpeän tunnetta. Tässä tutkimuksessa rahapelaajat eivät suoraan kerro siitä paineesta, mutta tuntevat olevansa kyllä itse vastuussa ja syyllistävät itseään tilanteestaan, kuten jo aiemmin on tullut esille. Vastuullisuuden ajatus on jo ehkä niin sisäistetty, ettei sitä edes kyseenalaisteta.

Twerskyn (2014, 89) mukaan häpeän kokeminen tarkoittaa sitä, että ihminen häpeää itseään, mutta syyllisyyttä tunteva häpeää tekemisiään asioita. Syyllisyys on terveellisempi olotila, koska häpeävä ihminen pitää itseään huonompana kuin muut. Häpeän taustalla on heikko itsetunto. Toipumisen onnistumiseksi onkin tärkeää, että rahapelaaja alkaa ymmärtämään oman arvonsa ihmisenä. Häpeä muuttuu vähitellen terveeksi syyllisyydeksi, joka merkitsee muun muassa sitä, että rahapeliriippuvuus ymmärretään sairautena, johon ei itse ole syyllinen. Silti hän on vastuullinen teoistaan. Positiivisen kehityskulun aikaansaamisessa on tärkeää, että riippuvuudesta kärsivä käy läpi omaa elämänsä ja usein toipumiseen kuuluu myös jonkinlaisten hyvitysten tekeminen läheisille. (Twersky 2014, 93.) Lienee siten tärkeä prosessi toipumisen kannalta, että osa rahapelaajista halusi hyvittää puolisolle rahallisesti kuluja, jotka tämä oli joutunut pelaamisen aikana maksamaan.

Sairauskeskeisyyden on ajateltu vähentävän riippuvuuksiin liittyvää stigmaa. Ainakin yksi pelaaja mainitsee, että kokee puolisonsa holhoavan häntä ja toteaa itsekkin, että onhan rahapeliriippuvuus kyllä sairaus ja tyytyy kohtaloonsa. Koivumäki (2022, 130) peräänkuuluttaa Rauhalan (1998) ajatuksiin tukeutuen kuitenkin sairauskeskeisyydestä toisenlaiseen ajatteluun siirtymistä eli riippuvuuksia pitäisi lähestyä elämäntilanneorientaatiosta käsin. Sairauskeskeisyyden ja sen aivosairausmallin nähdään olevan ristiriidassa holistisen ihmiskäsityksen kanssa, koska se huomioi ainoastaan kehollisuuden. Siinä korostuu erottelu sairaisiin ja terveisiin, mikä voi pikemminkin ylläpitää stigmaa. Riippuvuuksia pidetään psyykkisinä häiriöinä, joista sosiaalityössä voidaan käyttää sille tutumpaa käsitettä psykososiaalinen ongelma. Pelkästään fyysisisinä aivosairauksina riippuvuuksia ei siis voida pitää. Elämäntilanneorientaatiossa riippuvuusongelman ei nähdä kehittyvän vain ihmisen aivoissa, mikä on tyypillistä sairausorientaatiolle. Sen sijaan riippuvuuden syntymiseen käsitetään vaikuttavan kulloinkin eletyn elämäntilanteen, jossa yksilöön vaikuttavat kehollisesti ja tajunnallisesti biologiset, elämänhistorialliset, sosiaaliset, yhteiskunnalliset, taloudelliset, poliittiset ja kulttuuriset tekijät ja tilanteet. Riippuvuudet voidaan nähdä selviytymiskeinona haastavassa elämäntilanteessa. (Koivumäki 2022, 130–137.) Myös Twerskyn (2014, 162) voi käsittää olevan samoilla linjoilla, vaikka hän pitääkin riippuvuuksia elinikäisinä ominaisuuksina. Hänen mukaansa riippuvuuksiin usein paetaan ongelmia, joita kunkin elämään vääjäämättä ilmaantuu: riippuvuuksista toipuvalle onkin hyvä painottaa sitä, että elämä ei milloinkaan tule olemaan ongelmatonta. Juuri kriisien kautta tapahtuu kasvaminen, joka jatkuu elämän loppuun saakka.

Fenomenologinen tutkimus ei yleensä pyri löytämään syitä ja seurauksia, vaan pureutumaan tutkittavien kokemuksiin. Oman aineistoni elämäntarinoiden sisällöt vaihtelevat suuresti. Osa pohtii rahapeliriippuvuuden syitä, osa keskittyy kuvailemaan tämänhetkistä elämää ja useimmiten taloudellista tilannettaan. Jos aineisto olisi perustunut haastatteluihin, olisin voinut itse enemmän vaikuttaa siihen, mistä keskustellaan. Kuitenkin havaitsin yleisiä merkitysverkostoja aiempaan tutkimukseen vertailllessani, että ongelmalliseen rahapelaamiseen päätymisessä voi usein nähdä toteutuvan Blaszczynskin ja Nowerin (2002) kehittämän polkumallin mukaista kehitystä. Ensimmäisten kolmen ryhmän rahapeliriippuvuuden voi nähdä olevan useimmissa tapauksissa seurausta viihdepelaamisesta, joka on johtanut ongelmapelaamiseen. Osalla heistäkin on tosin taustassaan lapsuuden traumoja ja suvussa päihderiippuvuutta, on geneettistä alttiutta eli kuuluisivat polkumallin toiseen ryhmään. Useimmille

pelaaminen on myös keino paeta kielteisiä tunteita ja ahdistusta. Masentunut pelaaja puolestaan kuuluu selkeästi polkumallin toiseen ryhmään, koska taustalla on lapsuusperheen vakavia ongelmia. Pelaaminen on alkanut jo varhaisessa vaiheessa. Impulsiivisilla pelaajilla on havaittavissa ehkä neurologisista häiriöistä johtuvaa käyttäytymistä, minkä vuoksi irrottautuminen pelaamisesta on vaikeampaa. Yhdellä pelaajalla impulsiivisuus on johtanut jonkinlaiseen rikolliseen toimintaan: on muun muassa tankannut autoaan huoltoasemalla maksamatta tankkaustaan ja yrittänyt veikkausta ilman maksua.

Nusken ym. (2016, 15) tutkimuksessa ongelmalliseen pelaamiseen päätyvät naiset olivat useimmiten kokeneet jonkun negatiivisen tapahtuman, jonka jälkeen pelaaminen oli riistäytynyt käsistä. Sellaisia saattoivat olla puolison kuolema tai ero puolisoista. Omassa tutkimusaineistossani vain yksi pelaaja kertoo negatiivisen tapahtuman pahentaneen rahapeliongelmaa. Pikemminkin yllättävä havainto on se, että puoliset pysyvät rinnalla, vaikka luottamus toiseen horjuu ja pelaaminen on aiheuttanut taloudellisen ahdingon.

Joidenkin tutkimusten mukaan yksinäisyys ja sosiaalinen eristyneisyys johtavat usein pelaamisen lisääntymiseen (mm. Nuske ym. 2016, 16). Yksinäisyydestä kertoo muutama pelaaja, mutta useimmat kertovat pelaamisen syyksi pakenemisen negatiivisia tunteita ja tylsyyttä sekä jännityksen hakemisen. Nuoriin kohdistuneissa tutkimuksissa yksinäisyys ei ole ollut merkittävä rahapelaamista lisäävä tekijä (Lähteenmaa 2022, 32). Keskustelualueen kirjoittajat olivatkin pääasiassa nuoria alle 40-vuotiaita aikuisia. Castrén ja Lahti (2015, 73) kertovat tutkimuksiin vedoten, että monille rahapelipaikka merkitsee myös sosiaalista yhteenkuuluvuutta. Vaikka tutkimuksen rahapelaajat pelasivat välillä yksinäisyyden lievittämiseksi, se ei kuitenkaan merkitse pelisaleihin eikä kauppojen pelirivistöön pelaamaan menoa, jossa olisi ollut mahdollista saada sosiaalisia kontakteja. Sosiaalisten kontaktien hakeminen pelimaailmasta ei tullut lainkaan esille, ellei lukuun oteta jonkun pelaajan satunnaista korttipelaamista kaveriporukan kanssa. Pelaaminen on tosin saattanut alkaa lapsena jonkun läheisen kanssa yhdessä koetuista pelituokioista esimerkiksi vakioveikkauksen parissa. Kaikki tutkimuksen rahapelaajat olivatkin työelämässä ja heillä on siellä sosiaalisia kontakteja. Useimmat valittavat sitä, että heidän pelaamisensa on vienyt sitä vastoin pois sosiaalisista tilanteista kuten nuorempana kaverien seurasta tai on tapahtunut lasten ja läheisten laiminlyömistä rahapelaamiseen käytetyn ajan vuoksi.

Harrastuksiin osallistuminen on haasteellista, koska ei ole rahaa ja pelaamisen jatkuessa ei ole aikaakaan. Useimmilla harrastuksena onkin lenkillä käyntiä tai lukemista. Yksi rahapelaamisen lopettanut iloitsi siitä, että oli saanut ostettua pitkästä aikaa uudet lenkkikengät. Niihinkään ei pelaamisen aikoihin ollut varaa. Myös koronarajoitukset hankaloittavat harrastuksissa mukana olemista ja osaltaan vaikeuttavat pelihimon kanssa taistelua. Yksi kirjoittaja mainitsee GA-ryhmän olevan hänen harrastuksensa ja senkin toiminta oli keskeytynyt koronan takia.

4.4 Rahapeliongelmassa saatu tuki ja sen merkitys

Keskustelupalstalle kirjoittaminen ja siellä koettu vertaistuki on joillekin ainoa tuen muoto ja joskus ensimmäinen paikka, jossa asia tuodaan edes jonkun ulkopuolisen tietoon. Kirjoittajat kokevat, että siellä heitä ymmärretään. Monet kertovat, että keskustelualueen kirjoitusten lukeminen auttaa heitä torjumaan pelihimoa. Kannustusviesteilläkin on merkitystä pelaamattomuuteen pyrittäessä. Pari kirjoittajaa mainitsee, että keskustelupalstan lukeminen herättää heissä pelihimoa, jonka jälkeen he haluavat pitää taukoa keskustelualueella käymisestä. Sivustolla onkin periaatteena, että pelivoitoista ei saa kirjoittaa, ettei se herätä pelihimoa. Kuitenkin joku niistä välillä kirjoittaa.

GA-ryhmässä ilmoittaa käyvänsä kolme rahapeliiriippuvaista. GA-ryhmiä on lähinnä vain suurimmissa kaupungeissa, niin niissä käyminen ei kaikille ole senkään vuoksi mahdollista. Twerskyn (2014, 116) mukaan vertaisryhmät ovat riippuvuuksista toipuville suorastaan välttämättömiä, koska he ovat häpeänsä vuoksi rakentaneet ympärilleen kuin suojakuoren, joka eristää heidät toisista ihmisistä. Vertaisryhmässä he voivat turvallisesti alkaa purkaa tätä puolustusmuuria ja muutenkin oppivat toisten kertomusten pohjalta ymmärtämään riippuvuusajattelua. GA-ryhmissä käyneet kirjoittajat pitävätkin niissä saatua vertaistukea merkittävänä. Siellä koetaan, että heidän tilannettaan todella ymmärretään. Ei tarvitse selitellä asiaa. Huumoriakin viljellään, vaikka ollaan vakavan tilanteen äärellä. Yksi pelaaja mainitsee GA-ryhmän olevan lähinnä harrastukseen verrattavissa, kun taas psykologin kanssa keskustelut tuntuvat työltä. GA-ryhmissä käynnin avulla saadaan torjuttua pelihimoa ja päästään pelaamattomuudessa eteenpäin. Korona-aikana GA-ryhmätkin keskeyttivät toimintansa, mikä hankaloitti pelaamattomuutta. Tällöin ainoaksi vertaistueksi jäi keskustelualueella asioiden jakaminen.

Puolison tuki on merkittävä useille pelaajille. Nuorempia pelaajia tukevat myös vanhemmat ja joissakin tapauksissa sisarukset. Puoliso osoittautuu kärsivälliseksi ja pysyy rinnalla, vaikka rahapelaaminen on aiheuttanut taloudellista niukkuutta. Useampi kirjoittaja kehuu puolisonsa tukea ja sitä, ettei yksin olisi selvinnyt tilanteesta. Yksi kirjoittajista kertoo eroavansa puolisostaan, mutta ei mainitse syyksi rahapelaamista. Perheen merkitystä hoitoon hakeutumisessa pidetään tutkimusten mukaan merkittävänä (Itäpuisto & Pajula 2015, 176). Taustalla vaikuttaa pelko siitä, että tieto rahapelaamisesta saattaa johtaa parisuhteen katkeamiseen. Useat kirjoittajat kertovatkin puolison tai vanhempien myötävaikuttaneen siihen, että ovat hakeneet tukea pelaamiseensa. Osa pelaajista kertoo, että pelaamisen lopettamisessa on paljon pelissä, koska sen jatkuessa on vaara perheen menettämisestä. Pari pelaajaa on antanut puolisolle mahdollisuuden kontrolloida heidän tilinkäyttöään. Erityisen toimivaksi käytännöksi pelaamisen vähentämisessä on osoittautunut, että pelaajan raha-asioista annetaan vastuu aluksi jollekin toiselle (Itäpuisto & Pajula 2015, 178).

Ulkopuolista tukea haettiin useimmiten A-klinikalta ja mielenterveyspalveluista, josta ohjattiin joskus psykoterapiaan. Muutama pelaaja oli osallistunut Peluurin ylläpitämään Peli poikki -ohjelmaan. Näistä palveluista saatiin tietoa peliriippuvuudesta sekä keinoja tunteiden tunnistamiseen ja pelihimon voittamiseen. Pohdittiin myös, mitä tarpeita pelaamisella yritettiin täyttää. Aluksi terapiassa käyminen oli raskasta, mutta helpottui ajan myötä. Osa käsittelikin lapsuuden traumoja, joka vaati voimavaroja. Joku sai vinkkejä taloudenkin hallintaan psykologilta. Yhdellä pelaajalla hypnoosi oli auttanut pelaamisesta irti pysymisessä. Useimmat mielenterveyden ja riippuvuuksien hoidon palveluita hakeneet kokivat hyötynensä palvelusta. Yksi pelaaja ei kokenut saaneensa apua A-klinikalta ja yritti parin vuoden ajan päästä psykoterapiaan ja lopulta palveluun pääsikin. Sen hän koki heti auttavan itseään. Palveluun olisi hyvä päästä heti, kun motivaatio muutokseen herää. Muuta negatiivista palautetta kirjoittajat eivät silti palveluiden saamisesta antaneet. Tutkimusten mukaan ammatiauttajilla voi olla suuri merkitys muutosprosessissa, mutta se vaatii usein asiakkaan aitoa kohtaamista ja ymmärtämistä, kykyä välittää asiakkaalle uutta näkökulmaa mahdollisuuksiinsa ja samalla toivoa paremmasta (Koski-Jännes 1998, 231). Useimmat kokivat hyötynensä palveluista, jos niitä olivat suostuneet hakeman. Pari kirjoittajaa mainitsi, että maksulliseen terapiaan osallistuminen oli vaikeaa taloudellisen tiukkuuden vuoksi.

Taloudellisissa asioissa velkaneuvonta oli ensisijainen taho, johon otettiin yhteyttä. Jotkut olivat jo aiemmin olleet velkajärjestelyssä, mutta sen jälkeen pelanneet ja velkautuneet uudelleen. Velkaneuvonnasta sekä Takuusäätiöstä voitiin saada keinoja talouden hallintaan. Sen sijaan sosiaalityöstä ei kertonut yksikään saaneensa eikä edes hakeneensa apua. Kaikki olivat työssä, niin olivat tietoisia siitä, että heidän tulonsa ylittävät Kelan perustoimeentulotuen laskelmissa huomioon otettavat menot reippaasti, minkä jälkeen ei voi yleensä saada sosiaalitoimenkaan tukea. Kahdella pelaajalla alkoi ulosotto, jonka Kela laskelmassaan vähentää tuloista, mutta hekään eivät loppujen lopuksi toimeentulotukea hakeneet. Esille tuli myös seurakunnan diakoniatyö, kun joku kirjoittajalle vastannut esitti diakoniatyöstä taloudellisen avun hakemista. Yksikään tutkimuksessa mukana olleista rahapelaajista ei diakoniatyöstäkään tukea kertonut saaneensa eikä edes käyneensä seurakunnasta apua pyytämässä. Oma kokemukseni on, että sosiaalityössäkin voidaan sosiaalityöntekijän harkintaa käyttäen myöntää täydentävää toimeentulotukea, kun tunnetaan asiakkaan tilanne, samoin seurakuntien diakoniatyöstä. Monet rahapelaamisen vuoksi velkaantuneet eivät hae apua taloudellisiin ongelmiin, koska pitävät velkaantumista itseaiheutettuna, josta pitää myös selvittää omin avuin (Heiskanen 2017a, 33). Yksi kirjoittaja mainitsikin, että diakoniatyöstä saatava rahallinen apu kuuluu vain niille, jotka sitä todella tarvitsevat. Ei niille, jotka ovat itse aiheuttaneet tilanteensa.

Heiskasen (2017a, 39; 2017b, 5) tutkimusten mukaan sosiaalipalveluissa rahapeliongelma käsitetään tavallisimmin mielenterveysongelmaksi ja rahapeliriippuvainen ohjataan mielen-terveyspalveluihin. Siellä puolestaan talousongelmat saatetaan ohittaa, vaikka ongelmape- laajat käsittävät ongelmansa ensisijaisesti taloudelliseksi. Useimmat oman tutkimukseni ra- hapelaajat tunnistavat pelaamisen taustalla olevan tunteiden hallinnan puutteet ja muut psyykkistä stressiä aiheuttavat tekijät, mutta rahapelaamisesta velkaantumisesta johtuva ta- loudellisen tilanteen heikkous on ensisijainen huoli kaikilla kirjoittajilla. Siihen he eivät yleensä saa apua mistään, vaan he usein sinnittelevät vähäisillä tuloilla vuodesta toiseen. Rahapelaajat kertoivat usein voimavarojenkin puutteesta, jonka vuoksi eivät jaksaneet hakea apua ongelmiinsa. Heiskasen (2017a, 33) mukaan usein syynä on myös häpeä pelaamisesta ja halutaan säilyttää jonkinlainen omanarvontunto, eikä alkaa sosiaalitoimen asiakkuuteen.

5 JOHTOPÄÄTÖKSET

Rahapeli riippuvuus on monitahoinen ongelma, joka vaikuttaa rahapelaajan ja tämän läheisten elämään lukuisilla tavoilla. Rahapelaaja näyttää olevan kuin kärpänen hämähäkin verkossa. Hän yrittää pyristellä irti verkosta ja välillä siitä irti pääseekin, mutta joutuu usein toteamaan, että on jälleen kiinni ja samassa ahdingossa. Hämähäkki vaanii kaikkialla kutoen verkkojaan. Verkosta päässyt voi olla jo niin heikentynyt, ettei välttämättä ilman tukea jaksa pyristellä vahvaa vastaan. Tutkimusten mukaan vahva tukiverkosto voi estää viihdepelaamisen muuttumisen rahapeliongelmaksi (Nuske ym. 2016). Tämä tutkielma osoittaa, että rahapeli riippuvuuden kanssa eläminen ja varsinkin siitä eroon pääseminen vaatii paljon voimavaroja. Rahapeli riippuvuus näyttää olevan yksi vaikeimmista riippuvuuksista.

Tämän tutkimuksen rahapelaajat olivat jaettavissa viiteen ryhmään. Ensimmäinen ryhmä koostui niistä, jotka salaavat pelaamisen läheisiltäänkin, eivätkä hae muuta tukea pelaamiensa kuin keskustelualueelle kirjoittelun ja sen kautta saadun vertaistuen. Toiseen ryhmään kuuluvat kertoivat ongelmasta puolisolleen tai muulle läheiselle, mutta eivät hae muuta tukea pelaamiseen. Kolmas ryhmä koostui niistä pelaajista, jotka ovat kertoneet rahapelaamisesta ja velkaantumisesta läheisilleen sekä hakevat tukea ongelmaan useilta eri tahoilta. Neljäs ryhmä muodostui impulsiivisista rahapelaajista, jotka saattoivat kertoa pelaamisesta läheisilleen ja hakea apua ongelmiinsa, mutta edellistä ryhmää useammin retkahtivat pelaamaan ja välillä sallivatkin pelaamisen, koska kokivat siitä saavansa niin suurta mielihyvää. Viidennen ryhmän muodostin vielä yhdestä pelaajasta, joka ilmoitti olevansa vakavasti masentunut, jonka vuoksi arjen hallinta oli muita kirjoittajia haastavampaa. Hänellä oli taustalla jo lapsuudessaan sekä myöhemmin elämässään tilanteita ja menetyksiä, jotka olivat masennusta aiheuttaneet. Vähäisten voimavarojen vuoksi pelaaminen riistäytyi, vaikka hänkin haki apua ja tukea tilanteeseen useammalta taholta. Tämän tutkielman pelaajat eivät vahvista käsitystä, että pelaaminen yleensä salataan, sillä vain kolme pelaajaa 13 pelaajasta piti asian omana tietonaan.

Rahapelaajien arki ilmenee jatkuvana taisteluna usein vuodesta toiseen. Se on sinnittelyä pienillä käyttövaroilla, koska useimmilla on suuria summia velkaa, jota he pyrkivät lyhentämään mahdollisimman nopeasti. Pienemmät lyhennykset eivät aina ole mahdollisiakaan, jos maksuaikaa ei voi pidentää. Ulosotto vie monilla osan tuloista ja sen lisäksi voi olla muita velkoja. Osa pelaajista onnistuu pääsemään velkajärjestelyyn tai saa Takuusäätiön lainalla yhdistettyä lainansa, mikäli lainamäärä on kohtuullinen ja omaa säännölliset tulot. Muuta

taloudellista tukea pelaajat eivät saa, eivätkä yleensä tukea haakaan. He tiedostavat itse aiheuttaneensa ongelmansa, jolloin haluavat siitä selvitä omin varoin. Tutkimuksessa mukana olleet rahapelaajat osoittautuvatkin erittäin vastuuntuntoisiksi eikä vastuuttomiksi, joina heitä yleisesti pidetään. Rehellisyyteen ja oman vastuun kantamiseen perheestä ja perheen taloudesta pyritään. Joku on niin vastuullinen, ettei uskalla perustaa perhettä. Mielestäni rahapeliiriippuvaisten vastuullisuus sekä sinnikkyys onkin tutkimuksessa yllättävin asia. Ehkä kyse jollakin on kulissien ylläpitämisestä. Muussa elämässä pyritään näyttämään kunnollisilta ja säilyttämään kasvot muiden ihmisten ja varsinkin työtoverien silmissä.

Elämä on taistelua pelihimoa vastaan. Pelihimoa lisäävät tilillä oleva hieman suurempi rahamäärä, nähdyt peliunet, peli- ja rahoitusyhtiöiden mainokset. Mainoksia tutkimuksessa mukana olleet kirjoittajat pitävät vastuuttomina. Usein nämä lisääntyvät juuri silloin, kun pelaaja on laittanut estoja kyseisille yhtiöille. Alussa pelaamattomuus on vaikeinta, sillä pelaajat kokevat kehonsakin tottuneen pelaamiseen. Tutkimusten mukaan myös aivotoinnassa tapahtuu riippuvuushäiriöissä muutoksia, niin pois oppiminen vie aikansa, eivätkä pelaamiseen yllyttävät mainokset vie tilannetta parempaan suuntaan.

Rahapelaamisesta luopumisen käynnistää usein jonkinlaisen pohjakosketuksen saavuttaminen. On menetetty niin paljon rahaa, että päätetään lopettaa pelaaminen. Jollakin sellainen kokemus oli, että puoliso sai tietää pelaamisesta. Rahapeliongelma koetaan todella häpeällisenä asiana, eikä sitä aina myönnetä edes puolisolalle. Työpaikalla asian selviäminen olisi kauhistus. Häpeästä ehkä kertoo sekin, etteivät kainuulaiset aikuissosiaalityön asiakkaat suostuneet haastattelupyyntöihin.

Osa salaakin ongelman ja yrittää selvitä pelaamattomuuteen omin voimin. Muutama siinä näyttää onnistuvan, mutta monella riippuvuus voi muuttaa muotoaan. Esimerkiksi syöminen lisääntyy. Muiden päihteiden käytön kuin tupakoinnin lisääntymisestä eivät tutkimuksen rahapelaajat kertoneet. Tärkeää yksinkin selvityksessä näyttäisi olevan se, että opetellaan tunnistamaan, mistä rahapelaaminen saattaa johtua. Mitkä tilanteet laukaisevat pelaamisen? Puolison tuki on merkittävä asia suurimmalle osalle pelaamisesta irti pyrkivälle ja joillekin riittää pelkästään puolison tuki. Rehellisyys ja salaamisen lopettaminen lisäävät henkistä hyvinvointia ja vaikuttavat parisuhteeseen kohentavasti. Parhaiten rahapelaajaa ymmärretään vertaistukiryhmässä, jossa ei tarvitse selitellä tilannettaan. Näitä ryhmiä vain on harvoilla

paikkakunnilla, ettei niihin osallistuminen ole aina mahdollista. Vertaistukea saadaan myös keskustelupalstalta. Jollekin se on ainoa tuki rahapeliongelmassa.

Parhaiten rahapelaamisesta näyttävät pääsevän eroon ne pelaajat, jotka hakevat ulkopuolista apua pelaamiseensa ja alkavat käsitellä menneisyyttään ja tunteitaan. He oppivat tiedostamaan niitä tilanteita ja tuntemuksia, jotka lisäävät pelihimoa, kuten yksinäisyys ja ikävystyminen. Jotkut löytävät rahapelaamiseen ajautumiseen syyksi impulsiivisen persoonallisuuden, lapsuuden traumoja tai päihderiippuvuutta lapsuusperheessä. Tässä uskoisin pätevän Rauhalan (1992, 70) maininnan siitä, että vasta siirtyessään itsetiedostuksen tilaan, ihminen voi ottaa aiemmin tiedostamattoman viettimaailman hallintaansa. Hän ei enää ole silloin niin helposti pelihimonkaan viettäessä. Tosin suurin osa pelaajista silti elää päivän kerrallaan ja pitää itseään ikuisena rahapeleriippuvaisena, jolloin käsittävät rahapeleriippuvuuden kroonisenä sairautena. He eivät uskalla ottaa sitä riskiä, että retkahtaisivat kokeilujen jälkeen taas pelaamaan. Mutta voisiko olla, että he eivät enää niin helposti edes retkahtaisi pelaamaan, jos ovat tunne-elämäänsä saaneet tasapainoon ja oppineet tuntemaan itseään? Jotkut kertovat itsetuntonsakin parantuneen. Yksi pelaaja mainitseekin, ettei enää tarvitse pelaamista, koska on niin paljon muuttunut. Pelaaminen ei käy enää mielelläkään.

Nyt vallitseva ajattelu pitää rahapeleriippuvuutta sairautena ja siihen voi saada sairausdiagnoosinkin. Sairausorientaation on ajateltu vähentävän riippuvuuksiin liittyvää stigmaa. Hermeneuttisfenomenologiselle ajattelulle puolestaan on tyypillistä lähestyä yksilön tilannetta elämismaailmasta ja elämäntilanteesta käsin. Tämän tutkimuksen rahapelaajat näyttävät elävän sairausorientaation värittämässä elämismaailmassa. Sen hyvä puoli näyttäisi olevan, että voidaan olla armollisempia itseään kohtaan, koska ollaan sairaita. Rahapeleriippuvuutta pidetään sairautena toisten sairauksien joukossa. Jos lähestytään ongelmaa elämäntilanneorientaation kautta, voitaisiin ehkä paremmin ymmärtää, että pelaaminen on aloitettu tai siihen palataan useimmiten haastavassa elämäntilanteessa. Rahapelaaminen on voinut olla selviytymiskeino, joka on jäänyt tavaksi. Monet rahapelaajat pohtivatkin niitä tilanteita, jotka aiheuttavat rahapelihimoa ja pelaamisen aloittamista. Tämän tutkimuksen rahapelaajien kokemuksista kuitenkin ilmenee, että nollatoleranssi pelaamisessa on viisain keino pysyä irti pelaamisesta. Moni kertoo välillä kokeilleensa vähän pelata ja sen seurauksena ongelma on alkanut uudelleen. Onko syynä sitten se, ettei asianomainen ole vielä riittävän pitkälle toipunut ja itsetunnoltaan vahvistunut, vai onko riippuvuus todellakin elinikäinen sai-

raus, kun siihen on sairastunut? Jos Rauhalaan (1992, 71) on uskominen, niin ikuinen rahapeliiriippuvainen ei tarvitsisi olla, kun vain tulee enemmän itsestään tietoiseksi ja henkinen puoli vahvistuu. Koivumäki (2022, 137) pitää Rauhalan kehittämää elämäntilanneorientaatiota vastadiskurssina sairauspuheelle. Hänen mukaansa riippuvuuden syntymiseen vaikuttavat aina monitahoiset sosiaaliset, historialliset, kulttuuriset ja yhteiskunnalliset seikat.

Mielestäni sosiaalityölle tyypillistä olisi painottaa enemmän elämäntilanneorientaatiota, joka huomioi ihmisen kokonaisvaltaisemmin. Rahapeliiriippuvaisen asiakkaan kohtaamisessa se merkitsee tämän elämäntilanteen perusteellista kartoittamista, jota on hyvä tehdä yhteistyössä varsinaisen riippuvuushoidon kanssa. Sosiaalityöltä rahapeliiriippuvaiset odottavat lähinnä taloudellista apua, mutta se voisi olla enemmän psykososiaalista tukea ja elämäntilanteen kartoittamista. Palvelutarpeen arviointia tehtäessä ja asiakkaan toimintakykyä selvitettäessä on syytä kartoittaa aina myös mahdollinen rahapeliongelma. Nowerin ja Calerin (2018) kehittänyt syndeeminen lähestymistapakin painottaa kokonaisvaltaisempaa otetta rahapeliiriippuvuuden tunnistamiseen ja ongelmassa auttamiseen. Heidän mukaansa rahapeliongelmaa pitäisi kartoittaa nykyistä useammalla taholla. Myös tutkimustietoa rahapeliongelmaista pitää välittää kaikille toimijoille, että pystytään tehokkaasti auttamaan mahdollisimman varhaisessa vaiheessa.

Tutkielmassa mukana olleet rahapelaajat olivat kaikki työelämässä, mikä olikin yllättävää, sillä oletukseni oli, että rahapeliongelman kanssa painivat olisivat matalan sosioekonomisen aseman omaavia. Kuitenkin rahapeliongelma voi kehittyä kenelle tahansa, eikä se katso yhteiskuntaluokkaa, niin kuin eivät katso muutkaan riippuvuudet. Siksi olisikin hyvä työterveyshuollon käynneillä kartoittaa myös rahapeliiriippuvuuden olemassaoloa. Nyt siellä yleensä kartoitetaan vain päihteiden käyttöä. Rahapeliiriippuvuus on hyvä huomioida työpaikkojen päihdeohjelmissa, jolloin hoitoon ohjaamisen prosessi on selkeämpi hahmottaa.

Tutkimusten mukaan rahapeliongelmaan kytkeytyy varsinkin matalan sosioekonomisen taustan omaavilla mielenterveys- ja päihdeongelmia (mm. Nower & Caler 2018, 4). Oman tutkielmani aineisto koostui työssäkäyvistä henkilöistä, niin nämä ongelmat eivät heidän joukossaan selkeästi esiintyneet. Yksikään ei maininnut olevansa riippuvainen muista päihteistä kuin tupakasta. Masentuneisuudesta mainitsi useampi kirjoittaja, mutta vain yksi jäi sairauslomalle sen vuoksi. Siten tästä tutkimuksesta ei voi vahvistaa aiempien tutkimusten

käsitystä. Tarvittaisiinkin tutkimusta matalampaan sosioekonomiseen taustaan olevien pelaajien, kuten eläkeläisten ja pitkäaikaistyöttömien, kokemuksista. Siihen ryhmään kuuluvia olisi aikuissosiaalityön kautta ollut mahdollista tavoittaa, mutta se ei valitettavasti nyt toteutunut. Elämäntilanne oli todella raskas jo työssäkäyville, niin pienituloisten taloutta ja elämää se kuormittaa varmasti vielä enemmän.

Koska tähän tutkimukseen en onnistunut saamaan haastateltavia kohtuullisessa ajassa, niin kannattaisi vielä jonkun yrittää tehdä fenomenologista haastattelututkimusta rahapeliiriippuvaisten kokemuksista. Uskoisin, että sillä tavalla voitaisiin löytää uusia asioita ja näkökulmia rahapeliongelman omaavan elämäntilanteeseen. Haastateltavia olisi löytynyt varmasti paremmin riippuvuuksien hoidon palveluista. Siihen olisi kuitenkin Kainuun sosiaali- ja terveydenhuollon kuntayhtymässä pitänyt hakea uusi tutkimuslupa, jonka arvelin vievän kohtuuttomasti aikaa. Pystyin jo aloittamaan Päihdelinkin keskusteluihin tutustumisen ennen tutkimusluvan saamista, sillä A-klinikkasäätiöltä näytettiin vihreää valoa tutkimukselle heti, kun sitä sieltä tiedustelin. Vaikka pelikoneita on viimeisten vuosien aikana vähennetty kaupaliikkeistä ja huoltoasemilta, niin monille eläkeläisille nämä ovat edelleen käytetyimpiä rahapelikohteita. Suomessa on kartoitettu nuorten rahapeliongelman tilannetta, mutta iäkkäämpien eläkeläisten rahapeliongelmaa ei ole juurikaan tutkittu.

6 POHDINTA

Fenomenologinen tutkimus voi puhtaimmillaan edetä siten, että ensin hankitaan aineisto ja edetään aineistolähtöisen analyysin kautta, jonka jälkeen vasta tutustutaan ilmiöstä tehtyyn aiempaan tutkimukseen. Silloin kokemuksiin eivät niin paljon vaikuta tutkijan omat ennakkokäsitykset. Jouduin kuitenkin odottelemaan alkuperäiseen suunnitelmaani tutkimuslupaa toista kuukautta, ja että sain alkaa käyttämään Päihdelinkin aineistoa, odottelin tutkimuslupaa vielä toisen kuukauden. Tutkielmani etenemiseksi tutustuin rahapeliongelmaan ilmiönä siksi jo etukäteen ja kirjoitin teoriaosuuden lähes valmiiksi ennen aineistooni tutustumista. Se tarvittiin myös tutkimussuunnitelmaan. Siten aineistoa lukiessani oma käsitykseni oli jo jonkin verran aiemman tutkimustiedon värittämää. Toki pyrin silti mahdollisimman neutraaliin asenteeseen, mikä on fenomenologisen tutkimuksen pääperiaate. Oma tietämykseni ei kuitenkaan voinut vaikuttaa rahapelaajien kertomuksiin, koska en tehnyt haastatteluja tai kysynyt heiltä suoraan mitään.

Aiemman tutkimustiedon ja tutkielman teoriaosuuden kirjoittaminen vaikutti varmasti siihen, mitä asioita nostin aineiston ja teorian väliseen dialogiin. Koin tärkeänä sitoa aineistosta saadun tiedon aiempaan tutkimustietoon ja samalla ajankohtaiseen tieteelliseen keskusteluun. Välttämättä sitä ei fenomenologisessa tutkimuksessa tarvitse tehdä. Päädyin tähän varmasti siksi, koska sitä on korostettu sosiaalityön opinnoissa useammilla kursseilla sekä kandintutkielman seminaareissa. Pyrin nostamaan esille ne seikat, jotka rahapelaajien kertomuksissa nousivat merkityksellisiksi asioiksi, vaikka niistä ei aiempaa tutkimustietoa olisi-kaan ollut.

Tutkimuksia rahapeliongelma-alueesta on todella paljon ja oli vaikeaa löytää juuri niitä tutkimuksia, joista löytyisi omaan tutkielmaani varten otettavien tietojen. Löysin Abbottin ym. (2018) ongelmalliseen rahapelaamiseen kehittämän käsitteellisen viitekehyksen (*The Conceptual Framework of Harmful Gambling*) vasta teoriaosuuden kirjoittamisen loppuvaiheessa. Siinä on kerätty aihepiireittäin uusin tai tärkein tutkimustieto rahapeliongelmaan vaikuttavista tekijöistä. Joitakin tutkimuksia olin näistä löytänytkin, mutta monista muista tutkimuksista olisi voinut saada arvokasta tietoa. Jos olisin heti löytänyt tämän selvityksen, olisi se helpottanut tutkimusten löytämistä ja niihin tutustumista. Se mainittiin kyllä useamman kerran Salosen ym. (2020b) rahapelaamisesta laatimassa tilastoraportissa, johon tutustuin heti pro gradu -tutkielmaa aloittaessani, mutta tuolloin en sitä alkanut tutkimaan. Koska olen tehnyt

kokoaikaisia opintoja kokoaikatyön ohessa, niin tekemiseen ei ole voinut keskittyä niin paljon kuin hyvän pro gradu -tutkielman aikaansaaminen vaatisi. Salonen kumppaneineen käytti juuri tuon käsitteellisen viitekehyksen rakennettakin selvityksessään. Uskoisin silti, että tuossa rakenteellisessa viitekehyksessä oli koostettuna siihen liittyvien tutkimusten tärkein sisältö. Siitä saikin selkeän käsityksen, miten moniulotteinen asia rahapeliongelma on. Sen vaikutukset eivät todellakaan ulotu vain rahapeliriippuvaiseen ja hänen läheisiinsä, vaan se vaikuttaa laajemmin myös yhteiskunnallisesti.

Tutkimusaiheena rahapeliriippuvuus osoittautui todella mielenkiintoiseksi ja mielestäni aloittelevalla sosiaalityöntekijälle tärkeäksi aiheeksi. Tällä hetkellä työskentelen aikuissosiaalityön sosiaalityöntekijänä, niin olen jo useita kertoja viimeisten kuukausien aikana hyötynyt tiedosta, jota olen tätä tutkielmaa tehdessäni saanut rahapeliongelmaasta. Uskon, että nyt on helpompi kohdata niitä asiakkaita, joilla on rahapeliongelma. Tiedän, että kyseessä on yksi vaikeimmista riippuvuuksista. Aiemmin ei minulla ole riittänyt kovin paljon ymmärrystä rahapelaamiseen. En ole voinut käsittää, että miten joku voi voittaa vaikkapa 10 000 euroa tai jopa 100 000 euroa ja käyttää sen viikon sisällä pelaamiseen eikä maksa sillä summalla velkojaan, vaan voi tulla sosiaalitoimistosta kysymään toimeentulotukea, koska rahat ovat lopussa. Rahapelaajien keskustelujen mukaan tilillä olevat rahat polttavat ja aiheuttavat niin suuren ahdistuksen, että ne on pakko pelata. Sitten ahdistus helpottaa tai pikemminkin voi muuttaa muotoaan, koska hävityt rahat puolestaan ahdistavat. Ehkä aiemmin sorruin asiakkaan syylistämiseen ja lisäsin hänen häpeän tunnettaan.

Suurin huolen aihe rahapelaajilla on taloudellisen tilanteen heikkous, mutta rahapeliongelman akuutissa vaiheessa siihen on vaikeaa sosiaalityön antaa taloudellista apua. Mielestäni silloin, kun rahapelaaja pyrkii rahapelaamisesta eroon ja on tietävästi riippuvuuksien hoidon palveluissa, voisi tilannetta tilapäisesti helpottaa täydentävällä toimeentulotuella. Kaikilla ei ole mahdollisuutta saada yhdistelylainaa Takuusätiöltä tai päästä velkajärjestelyn piiriin, vaan joutuvat lyhentämään palvelkoja suurimmalla osalla tuloistaan vielä vuosikausia pelaamisen lopettamisen jälkeen. Rakentavaa yhteistyötä riippuvuuksien hoidon ja sosiaalityön välillä tarvitaan.

Hermeneuttisfenomenologinen tutkimusote ei ollut varmasti helpoimmasta päästä oleva menetelmä. Meni paljon aikaa fenomenologiaan perehtymiseen, mikä viivästytti tutkielman valmistumista. Vieläkään en voi sanoa olevani fenomenologisen tutkimuksen asiantuntija,

mutta alkuun olen sen periaatteiden ymmärtämisessä päässyt. Mielestäni tällä menetelmällä saadaan aineistosta syvällisemmin tutkimuksessa mukana olevien kokemuksia esille, mitä muulla menetelmällä saataisiin. Näin olisi tapahtunut varmasti tehokkaammin haastattelututkimuksessa. Kun palataan useita kertoja aineistoon, niin ilmiöstä nousevan ymmärryksen myötä siitä nousee uusia asioita. Ymmärrystä lisää vielä aiempi teoria- ja tutkimustieto. Jos mukaan olisi alun alkaen otettu joku sosiaalityön teoria, johon aineistoa olisi peilattu, ei rahapelaajien kokemukset olisi nousseet niin aidosti esiin, mitä ne tässä menetelmässä nousivat. Siten ymmärrän nyt, miksi kokemusten tutkimusta ei kannata sitoa etukäteen mihinkään teoriaan ja omat ennakkokäsitykset pitää sulkeistaa mahdollisimman pitkälle pois, että tavoitetaan tutkittavan kokemusmaailma. Tosin Abbottin ym. (2018) kehittämä rahapeliongelman käsitteellinen viitekehys voisi ohjata tarkastelemaan rahapeliriippuvuutta esimerkiksi systeemiteorian kautta. Hilbrecht ym. (2020, 193) mainitsevat mallia esitellessään mm. rahapelaamisen makrotason vaikutukset. Ongelmaa voisi tarkastella myös Habermasin kommunikatiivisen toiminnan teorian kautta, missä Habermas käsittelee ihmisen toimintaa juuri elämismaailman avulla (Garrett 2013, 190). Monet sosiaalityön teoriat voisivat varmasti tuoda rahapeliriippuvaisen elämäntilanteen ymmärtämiseen uudenlaisia selityksiä.

Rahapeliongelman kehittymiseen vaikuttavat varsinkin suomalaisessa rahapelikulttuurissa paljon poliittisesti tehdyt päätökset ja valinnat, joita Habermasin teoria pitää systeemiin liittyvinä asioina, jotka vaikuttavat yksilöiden elämismaailmaan. Rahapelaaminen on tuonut valtiolle tuloja yleishyödyllisiin kohteisiin, niin Veikkauksen toimintaa ei ehkä ole säädelty niin paljon kuin voitaisiin. Myös rahapelaamisen tutkimusten rahoitus tulee osittain rahapelaamisesta, mitä voi pitää eettisesti arveluttavana. Voitaissiinko rahapeliongelmaa ehkäistä tehokkaammin, jos valtio-omisteisella Veikkaus Oy:llä ei olisi monopoliasemaa markkinoilla vai karkaisiko rahapelitarjonnan vastuullisuus vielä kauemmaksi? Oman tutkielmani aineisto koostui osittain ulkomaisten kasinoyhtiöitten pelaajista, mutta ainakin yksi pelaaja kertoi Veikkauksen mainoksia saavansa jopa sinne asetettujen estojen jälkeen. Näiden hän koki lisäävään pelihimoa. Veikkauksen sivuilla korostetaan vastuullista markkinointia ja arpajaislakikin siihen velvoittaa. On vastuutonta, jos mainoksia edelleen lähetetään niille pelaajille, joiden tiedetään olevan rahapeliriippuvaisia ja jotka ovat asettaneet estot rahapeleihin pääsemiseen. Suurimmat rahavirrathan tulevat juuri ongelmapelaajilta. Eikö haluta ”lypsävää lehmää” päästää menemään? Vastuullisuuden vaatimusta pitäisi muuttaa vielä enemmän rahapeliyhtiöiden ja poliittisten päättäjien suuntaan yksilön vastuutakaan unohtamatta.

Painetta siihen suuntaan onkin onneksi olemassa (esim. Hilbrecht ym. 2020, 193) ja varmasti paljon on jo tehty asian eteen.

Kun perehdyin riippuvuuksiin, niin törmäsin jo aiemmin kandintyössä käyttämäni Edward Decin ja Richard Ryanin kehittämään itseohjautuvuusteoriaan. Se on myös varteenotettava teoria sosiaalityössä, kun kohdataan rahapeliriippuvaisia asiakkaita. Syyllistäminen ja sanktiot eivät pelaajaa auta, vaan kun motivoidaan asiakasta muutokseen, niin teorian mukaisesti on otettava huomioon ihmisen perustarpeista omaehtoisuus (*autonomy*), kyvykkyys (*competence*) ja yhteisöllisyys (*relatedness*). (Deci & Ryan 2000, 263.) Rahapelaamisesta toivuttaessa tärkeää onkin se, että rahapeliongelman omaavalle syntyy oma sisäinen motivaatio pelaamisesta luopumiseen. Kaikilla oman tutkielmani rahapelaajilla olikin sisäinen motivaatio pelaamisesta irti pääsemiseen. Osa pelaajista yritti päästä pelaamisesta omin voimin eli omaehtoisesti, mutta heiltä saattoivat puuttua seuraavat kaksi elementtiä, jolloin retkahtamis tapahtui eniten. Koskijännes ym. (2008,10) pitää kyvykkyyden eli kompetenssin tukemisessa tärkeänä sitä, että riippuvuudesta toipuvaa tuetaan selkeiden tavoitteiden asettamisessa, annetaan myönteistä palautetta ja vahvistetaan tämän uskoa kykyihinsä tavoitteiden saavuttamisessa. Kyvykkyys muussa elämässä voi myös riittää vahvistamaan henkilön uskoa omaan osaamiseensa (Martela 2014) ja siitäkin on syytä muistuttaa, kun tuetaan rahapelaajaa. Yhteisöllisyys sosiaalityössä voi toteutua siinä, että osoitetaan asiakkaalle empatiaa ja kunnioitusta syyllistämistä välttämällä (Koskijännes ym. 2008, 9). Yhteisöllisyyttä vahvisti joillakin tutkimuksen pelaajilla vertaistukiryhmään osallistuminen sekä omien läheisten ihmisten tuki.

Martela (2014) haluaa lisätä itseohjautuvuusteoriaan vielä neljännen perustarpeen eli hyvän-
tahtoisuuden (*benevolence*), jonka täyttyminen lisäisi ihmisen hyvinvointia. Se määritellään haluksi tehdä hyvää eikä pahaa toisille ihmisille. Mielestäni tämä on varteenotettava lisäys ja oman aikamme pahoinvointia selittävänä tekijänä voisi olla vallitseva itsekkyyys ja oman edun tavoittelu. Oman itsensä äärimmäinen toteuttaminen ja hetkellisen mielihyvän tavoittelu eivät välttämättä tee onnelliseksi. Rahapelaajien hyvinvointia voisi lisätä se, että he voisivat kanavoida rahapelaamisesta vapautuvaa aikaa sellaiseen toimintaan, että voisivat auttaa toisia. Yksi kirjoittajista mainitseekin, että kunhan pääsee pelaamisesta eroon, niin haluaa auttaa muita asian kanssa kamppailevia. Jotkut voisivat kenties toimia kokemusasiantuntijoina ja kertoa elämästään rahapeliongelman kanssa, mikä voisi vähentää siihen liittyviä en-

nakkoasenteita ja rahapelaajien tuntemaan häpeää. Enemmän pitäisi uskaltaa tässäkin ongelmassa tulla kaapista ulos. Aina ei pelaaminen pysy ilon puolella, vaikka Veikkauksen siihen kehottava viesti kaikuu korviimme päivittäin tavarataloissa ja mediassa.

LÄHTEET

- Abbott, Max & Binde, Per & Clark, Luke & Hodgins, David & Johnson, Mark & Manitowabi, Darrel & Quilty, Lena & Spångberg, Jessika & Volberg, Rachel & Walker, Douglas & Williams, Robert (2018): *Conceptual Framework of Harmful Gambling: An International Collaboration, Third Edition*. Gambling Research Exchange Ontario (GREO). Ontario, Canada. Guelph,
- Alho, Hannu & Lahti, T. (2015): *Rahapeliongelman hoitovaihtoehdot*. Teoksessa Alho Hannu & Heinälä, Pekka & Kiianmaa, Kalervo & Lahti, Tuuli & Murto, Antti (toim). *Rahapeliriippuvuus*. Helsinki. Duodecim
- Arpajaislaki 23.11.2001/1047.
- Backman, Jussi (2018): *Äärellisyyden kohtaaminen: kokemuksen filosofista käsitehistoriaa*. Teoksessa Toikkanen, Jarkko & Virtanen, Ira A. *Kokemuksen tutkimus VI. Kokemuksen käsite ja käyttö*. Rovaniemi. Lapland University press. 26–41.
- Binde, Per (2016): Preventing and responding to gambling-related harm and crime in the workplace. Julkaisussa *Nordic Studies on Alcohol and Drugs*. 33 (3), 247–265.
- Binde, Per & Romild, Ulla (2019): Self-Reported Negative Influence of Gambling Advertising in a Swedish Population-Based Sample. Julkaisussa *Journal of Gambling Studies* 35, 709–724.
- Blaszczynski, Alex & Nower, Lia (2002): A pathways model of problem and pathological gambling. Julkaisussa *Addiction* 97 (5), 487–499.
- Bramley, Stephanie & Norrie, Caroline & Manthorpe, Jill (2019): Gambling Risks: Exploring Social Work Practitioners' Experiences of Clients Presenting with Risks of Gambling-Related Harm. Julkaisussa *Practice; Abingdon* 31 (4), 259–275.
- Butler, Nadia & Quigg, Zara & Bates, Rebecca & Sayle, Madeleine & Ewart, Henrietta (2019): Gambling with Your Health: Associations Between Gambling Problem Severity and Health Risk Behaviours, Health and Wellbeing. Julkaisussa *Journal of Gambling Studies* 36, 527–538.
- Castrén, Sari & Alho, Hannu (2020): Toiminnalliset riippuvuudet. Julkaisussa *Yleislääkäri* 8, 9–14.
- Castrén, Sari & Lahti, Tuuli (2015): Rahapelaamisen motiivit. Teoksessa Alho, Hannu & Heinälä, Pekka & Kiianmaa, Kalervo & Lahti, Tuuli & Murto, Antti (toim). *Rahapeliriippuvuus*. Helsinki. Duodecim. 71–73.
- Castrén, Sari & Perhoniemi, Riku & Kontto, Jukka & Alho, Hannu & Salonen, Anne (2018): Association between gambling harms and game types: Finnish population study. Julkaisussa *International Gambling Studies*, 18 (1), 124–142.

- Deci, Edward & Ryan, Richard (2000): The “What” and “Why” of Goal Pursuits: Human Needs and the Self-Determination of Behavior. Julkaisussa *Psychological Inquiry*. 11 (4), 227–268.
- Desai, Rani & Potenza, Marc (2008): Gender differences in the associations between past-year gambling problems and psychiatric disorders. Julkaisussa *Soc Psychiatry Psychiatr Epidemiol* 43, 173–183.
- Economist (2017): The world’s biggest gamblers. <https://www.economist.com/graphic-detail/2017/02/09/the-worlds-biggest-gamblers>. Viitattu 6.11.2021.
- Garrett, Paul Michael (2018): *Social Work and Social Theory: Making Connections*. Policy Press.
- Goffman, Erving (1963): *Stigma: Notes on the management of spoiled identity*. A Touchstone Book. Simon & Schuster, New York. Inc. Prentice-Hall.
- Granfelt, Riitta (1993): Psykososiaalinen orientaatio sosiaalityössä. Teoksessa: Granfelt, Riitta & Jokiranta, Harri & Karvinen, Synnöve & Matthies, Aila-Leena & Pohjola, Anneli (toim.) *Monisärmäinen sosiaalityö*. Helsinki. Sosiaaliturvan Keskusliitto. 175–228.
- Grant, John E. & Potenza, Marc N. & Weinstein, Aviv & Gorelick, David A. (2010): Introduction to Behavioral Addictions. Julkaisussa *The American Journal of Drug and Alcohol Abuse* (36), 233–241.
- Halme, Jukka T. & Helakorpi, Satu & Laitalainen, Elina & Uutela, Antti & Alho, Hannu (2010): Rahapelaamisen tiheys on yhteydessä terveysterveisiin työikäisillä suomalaisilla. Julkaisussa *Sosiaalilääketieteellinen aikakauslehti*. 47, 98–108.
- Halme, Jukka T. & Tammi, Tuukka (2008): Katsaus ongelmapelaamisen ja patologisen pelaamisen hoitoa koskevaan vaikuttavuustutkimukseen: tutkimus on vähäistä ja tulokset epävarmoja. Julkaisussa *Sosiaalilääketieteellinen aikakauslehti*. 45, 301–313.
- Heinälä, Pekka (2015): Rahapeliongelmiin liittyvät psyykkiset ja fyysiset sairaudet. Teoksessa Alho Hannu & Heinälä, Pekka & Kiianmaa, Kalervo & Lahti, Tuuli & Murto, Antti (toim). *Rahapeliriippuvuus*. Helsinki. Duodecim. 95–101.
- Heiskanen, Maria (2017a): Financial recovery from problem gambling: problem gamblers’ experiences of social assistance and other financial support. Julkaisussa *Journal of Gambling Issues*. (35), 24–48.
- Heiskanen, Maria (2017b): *Problem gamblers and money: Unbalanced budgets and financial recovery*. Väitöskirja. Valtiotieteellinen tiedekunta. Sosiaalitieteiden laitos. Helsingin yliopisto.
- Heiskanen, Maria & Egerer, Michael (2019): The conceptualisation of problem gambling in social services: email interviews with Finnish social services directors. Julkaisussa *Nordic Social Work Research*. 9 (1), 29–41.

- Hilbrecht, Margo & Baxter, David & Abbott, Max & Binde, Per & Clark, Luke & Hodgins, David C. & Manitowab, Darrel & Quilty, Lena & Spånberg, Jessca & Volberg, Rachel & Walker, Douglas & Williams, Rober J. (2020): The Conceptual Framework of Harmful Gambling: A revised framework for understanding gambling harm. Julkaisussa *Journal of Behavioral Addictions* 9 (2), 190–205.
- Hirsjärvi, Sirkka & Remes, Pirkko & Sajavaara, Paula (2004): Tutki ja kirjoita. Helsinki: Tammi.
- Huhtinen, Aki-Mauri & Tuominen, Juha (2020): Fenomenologia. Ihmisten kokemukset tutkimuksen kohteena. Teoksessa Puusa, Anu & Juuti, Pauli (toim.) *Laadullisen tutkimuksen näkökulmat ja menetelmät*. Gaudeamus. 286–298.
- Husserl, Edmund (1913): *Ideoita puhtaasta fenomenologiasta ja fenomenologisesta filosofiasta*. Helsinki. Gaudeamus.
- ICD-11 (2021): ICD-11 for Mortality and Morbidity Statistics (Version: 05/2021). 6C50 Gambling disorder. <https://icd.who.int/browse11/l-m/en#/http%3a%2f%2fid.who.int%2fcd%2fentity%2f1041487064>. Viitattu 7.11.2021.
- Itäpuisto, Marita (2011): Peliongelmaisen hoitoon hakeutumisen esteet. Julkaisussa *Yhteiskuntapolitiikka* 76 (3), 309–319.
- Jaakkola, Tapio & Heinälä, Pekka & Alho, Hannu (2015): Rahapelaaminen ja työelämä. Teoksessa Alho, Hannu & Heinälä, Pekka & Kiianmaa, Kalervo & Lahti, Tuuli & Murto, Antti (toim.) *Rahapeliriippuvuus*. Helsinki. Duodecim. 161–167.
- Jaakkola, Tapio (2020): Rahapelihaittojen ehkäisy ja sote-järjestöt – tietoa, ohjeita ja toimintamalleja. Ohjeistus pelihaittojen ehkäisystä SOSTEn jäsenjärjestöille. SOSTE.
- Jokinen, Arja (2021): Laadullisen tutkimuksen näkökulmat. Teoksessa Jaana Vuori (toim.) *Laadullisen tutkimuksen verkkokäsikirja*. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoaristo. <https://www.fsd.tuni.fi/palvelut/menetelmaopetus/>. Viitattu 2.10.2021
- Judén-Tupakka, Soila (2007): Askelia fenomenologiseen analyysiin. Fenomenologinen menetelmä empiirisessä tutkimuksessa. Teoksessa Syrjäläinen, Eija & Eronen, Ari & Värri, Veli-Matti (toim.) *Avauksia laadullisen tutkimuksen analyysiin*. Tampere. Tampere University Press. 62–90.
- Järvinen-Tassopoulos, Johanna & Kesänen, Minna (toim.) (2021): Rahapeliongelman kohtaaminen sosiaalityössä. Pelihaitat. Tukiaineisto. Helsinki. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos.
- Järvinen-Tassopoulos, Johanna & Marionneau, Virve (2021): Ongelmallinen rahapelaaminen sukupolvien välisenä kokemuksena ja huolenaiheena. Teoksessa Järvinen-Tassopoulos, Johanna & Pirskanen, Henna (toim.) *Riippuvuus perheessä*. Helsinki. Gaudeamus. 31–54.
- Kinnunen, Jani (2016): Reilusti addiktiivinen peli. Pelinkehittäjien näkökulma vastuullisiin free-to-play ja rahapeleihin. Julkaisussa *Yhteiskuntapolitiikka* 81 (4), 407–417.

- Koivumäki, Piia (2022): Eletty elämäntilanne päihdesosiaalityössä: Filosofinen analyysi Rauhalan ihmiskäsityksen tilanteen käsitteestä. Julkaisussa Sosiaalipolitiikan ja sosiaalityön tutkimuksen aikakauslehti Janus 30 (2), 124–139.
- Koski-Jännes, Anja (1998): Miten riippuvuus voitetaan. Helsinki. Otava.
- Kotakorpi, Kaisa & Roukka, Tomi & Viren, Matti (2016): Rahapelien verotus ja rahapeli-tuottojen käyttö Suomessa. Keille kuuluvat rahapelien tuotot? Julkaisussa Yhteiskun-tapolitiikka 81 (4), 447–452.
- Kukkola, Jani (2018): Kokemuksen tutkimuksen metatiede: kokemuksen käsitteen käytön ja kokemuksen ehtojen tutkimus. Teoksessa Toikkanen, Jarkko & Virtanen, Ira A.(toim.): Kokemuksen tutkimus VI. Kokemuksen käsite ja käyttö. Rovaniemi. Lap-land University Press. 41–63.
- Ladouceur, Robert & Lachanse, Stella (2020): Rahapeliiriippuvuus hallintaan. Terapeutin käsikirja. Helsinki. PunaMusta Oy.
- Laine, Timo (2018): Miten kokemusta voidaan tutkia? Fenomenologinen näkökulma. Te-oksessa Valli, Raine (toim.) Ikkunoita tutkimusmetodeihin 2. Näkökulmia aloittele-valle tutkijalle tutkimuksen teoreettisiin lähtökohtiin ja analyysimenetelmiin. Jyväskylä. PS-kustannus. 25–42.
- Laki arpajaislain muuttamisesta 22.12.2021/1284.
- Laki velan vanhentumisesta 15.8.2003/728.
- Lehto-Lunden, Tiina (2020): Lapsi tukiperheessä. Eksistentiaalis-fenomenologinen tutki-mus lasten kokemuksista. Heikki Waris -instituutin tutkimuksia 3/2020. Akateemi-nen väitöskirja. Valtiotieteellinen tiedekunta. Helsinki. Helsingin yliopisto.
- Lehtomaa, Merja (2008): Fenomenologinen kokemuksen tutkimus: Haastattelu, analyysi ja ymmärtäminen. Teoksessa Perttula, Juha & Latomaa, Timo: Kokemuksen tutkimus. Merkitys – Tulkinta – Ymmärtäminen. Rovaniemi. Lapin yliopistokustannus. 166–194.
- Lind, Kalle (2015): Rahapelaamisen ja rikollisuuden välinen yhteys. Teoksessa Alho Hannu & Heinälä, Pekka & Kiiänmaa, Kalervo & Lahti, Tuuli & Murto, Antti (toim). Rahapeliiriippuvuus. Helsinki. Duodecim. 95–101.
- Lintonen, Tomi & Nevalainen, Jaakko & Latvala, Tiina (2018): Miten alkoholin riski-käyttö, muiden päihteiden ja tupakkatuotteiden käyttö sekä rahapelaaminen liittyvät toisiinsa? Teoksessa Mäkelä, Pia & Härkönen, Janne & Lintonen, Tomi & Tigerstedt, Christoffer & Warpenius, Katariina (toim.): Näin Suomi juo. Suomalaisten muuttuvat alkoholinkäyttötavat. Helsinki. Terveystieteiden tutkimuskeskus.
- Lintonen, Tomi & Nordmyr, Johanna & Raisamo, Susanna & Tammi, Tuukka (2016): Suomalainen rahapelitutkimus syntyi arpajaislain myötävaikutuksella. Rahapelitutki-muksen bibliografia 2016. Julkaisussa Yhteiskuntapolitiikka 81 (4), 437–446.

- Livingstone, Charles & Adams, Peter J. (2016): Clear principles are needed for integrity in gambling research. *Julkaisussa Addiction* 111 (1), 5–10.
- Lähteenmaa, Jaana (2015): Rahapeliongelmiin liittyvä velkaantuminen. Teoksessa Alho, Hannu & Heinälä, Pekka & Kiianmaa, Kalervo & Lahti, Tuuli & Murto, Antti (toim.) *Rahapeliriippuvuus*. Helsinki. Duodecim. 25–26.
- Lähteenmaa, Jaana & Strand, Teija (2008): Pelin jälkeen: velkaa vai voittoja? Tutkimus velan ottamisesta rahapeleihin, erityistarkastelussa nettipokeri ja pikavippaaminen. *Julkaisuja nro 25/2008*. Helsinki. Stakes.
- Lähteenmaa, Jaana (2022): Kuin heikoilla jäillä kävelyä. Nuorten aikuisten rahapelaaminen työmarkkinoiden marginaaleissa. Vasemmistofoorumi ry – Raportteja 3/2022. Helsinki. <http://vasemmistofoorumi.fi/uusi/wp-content/uploads/2022/07/lahteenmaa-netti2.pdf> Viitattu 11.8.2022.
- Maliranta, Mika (2021): Näkökulmia suomalaiseen rahapelaamiseen. Kilpailu- ja kuluttajaviraston selvityksiä 4/2021. Kilpailu- ja kuluttajavirasto. <https://www.kkv.fi/uploads/sites/2/2021/11/2021-kkv-selvityksia-4-2021-nakokulmia-suomalaiseen-rahapelaamiseen.pdf>. Viitattu 31.12.2021.
- Marionneau, Virve & Järvinen-Tassopoulos, Johanna (2022): Treatment and help services for gambling during COVID-19: Experiences of gamblers and their concerned significant others. *Julkaisussa Nordic Studies on Alcohol and Drugs*. 39 (1), 10–24.
- Martela, Frank (2014): Itseohjautuvuusteoria – Eli onnellisen elämän kolme keskeisintä tekijää. <https://frankmartela.fi/2014/04/04/itseohjautuvuusteoria-eli-kolme-vastaustaihin-mika-tekee-ihmisen-onnelliseksi/> Viitattu 11.8.2022.
- Metsämuuronen, Jari (2011): Tutkimuksen tekemisen perusteet ihmistieteissä. Helsinki. International Methelp Oy.
- Miettinen, Timo & Pulkkinen, Simo & Taipale, Joona (2010): Johdanto. Teoksessa Miettinen, Timo & Pulkkinen, Simo & Taipale, Joona (toim.) *Fenomenologian ydinkysymyksiä*. Helsinki. Gaudeamus. 9–22.
- Miller, Helen & Thomas, Samantha (2018): The problem with 'responsible gambling': impact of government and industry discourses on feelings of felt and enacted stigma in people who experience problems with gambling. *Julkaisussa Addiction research & theory*. 26 (2) 85–94.
- Murto, Antti & Mustalampi, Saini (2015): Rahapelitoiminnasta aiheutuvat haitat. Teoksessa Alho, Hannu & Heinälä, Pekka & Kiianmaa, Kalervo & Lahti, Tuuli & Murto, Antti (toim.) *Rahapeliriippuvuus*. Helsinki. Duodecim. 20–21.
- Mustalampi, Saini & Partanen, Airi (2015): Sosiaali- ja terveydenhuollon palvelut rahapeliongelmissa. Teoksessa Alho, Hannu & Heinälä, Pekka & Kiianmaa, Kalervo & Lahti, Tuuli & Murto, Antti (toim.) *Rahapeliriippuvuus*. Helsinki. Duodecim. 131–133.

- Nordmyr, Johanna & Forsman, Anna K. (2018); A systematic mapping of nordic gambling research 2000–2015: current status and suggested future directions. *Julkaisussa Addiction research & theory*. 26 (5), 339–348.
- Nower, Lia & Caler, Kyle (2018): Widening the net: A syndemic approach to responsible gambling. *Julkaisussa SUCHT Journal of Addiction Research and Practice*. 64 (5–6), 1–7.
- Nuske, Elaine Mary & Holdsworth, Louise & Breen, Helen (2016): Significant life events and social connectedness in Australian women's gambling experiences. *Julkaisussa Nordic Studies on Alcohol and Drugs*. 33 (1), 7–26.
- Peluuri (2021): Mitä rahapeliongelma on? <https://www.peluuri.fi/pelaajalle/peliongelma>. Viitattu 7.11.2021.
- Perttula, Juha (1995): Kokemus psykologisena tutkimuskohteena. Johdatus fenomenologiseen psykologiaan. Tampere. Suomen fenomenologinen instituutti.
- Perttula, Juha (2008): Kokemus ja kokemuksen tutkimus: fenomenologisen erityistieteen tieteenteoria. Teoksessa Perttula, Juha & Latomaa, Timo: Kokemuksen tutkimus. Merkitys – Tulkinta – Ymmärtäminen. Rovaniemi. Lapin yliopistokustannus. 116–162.
- Pihlström, Sami (2008): Tutkimuksen etiikan filosofisia lähtökohtia. Teoksessa Pietilä, Anna-Maija & Länsimies-Antikainen, Helena (toim.) *Etiikkaa moni-tieteisesti: pohdintaa ja kysymyksiä*. Kuopion yliopiston julkaisuja F:45. Kuopio. Kuopion yliopisto. 11–14.
- Pirttilä, Tuula (2008): Tutkimuseettiset toimikunnat – toimintaa ohjaavat normit ja tutkimuseettinen pohdinta. Teoksessa Pietilä, Anna-Maija & Länsimies-Antikainen, Helena (toim.) *Etiikkaa monitieteisesti: pohdintaa ja kysymyksiä*. Kuopion yliopiston julkaisuja F:45. Kuopio. Kuopion yliopisto. 65–90.
- Pohjoismainen hyvinvointikeskus (2019): Aikakauslehti Nordic Studies on Alcohol and Drugs ja Helsingin yliopisto aloittavat yhteistyön. Saatavilla <https://nordicwelfare.org/fi/nyheter/aikakauslehti-nordic-studies-on-alcohol-and-drugs-ja-helsingin-yliopisto-aloittavat-yhteistyon/>. Viitattu 31.10.2021.
- Raijas, Anu & Pirilä, Maria (2019): Rahapelijärjestelmät – Suomi ja muut maat. Kilpailu- ja kuluttajaviraston selvityksiä 4/2019.
- Rauhala, Lauri (1995): Humanistinen psykologia. Helsinki. Yliopistopaino.
- Rauhala, Lauri (1992): Henkinen ihmisessä. Teoksessa Rauhala, Lauri (2009): *Henkinen Ihminen*. Helsinki. Gaudeamus. 7–136.
- Rauhala, Lauri (1998): Ihmisen ainutlaatuisuus. Teoksessa Rauhala, Lauri (2009): *Henkinen Ihminen*. Helsinki. Gaudeamus. 137–298.
- Rikoslaki 19.12.1889/39.

- Salonen, Anne & Hagfors, Heli & Lind, Kalle & Kontto, Jukka (2020a): Rahapelaaminen ja peliongelmat – Suomalaisten rahapelaaminen 2019. Rahapelien pelaaminen riskitasolla on vähentynyt. Tilastoraportti 8/2020. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos.
- Salonen, Anne & Lind, Kalle & Hagfors, Heli & Castrén, Sari & Kontto, Jukka (2020b): Rahapelaaminen, peliongelmat ja rahapelaamiseen liittyvät asenteet ja mielipiteet vuosina 2007–2019. Suomalaisten rahapelaaminen 2019. Raportti 18/2020. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos.
- Salonen, Anne & Kontto, Jukka & Alho, Hannu & Castrén, Sari (2017): Suomalaisten rahapelikulutus – keneltä rahapeliyhtiöiden tuotot tulevat? Yhteiskuntapolitiikka 82(5), 549–559.
- Salonen Anne & Lind, Kalle & Castrén, Sari & Lahdenkari, Mika & Kontto, Jukka & Selin, Jani & Hellman, Matilda & Järvinen-Tassopoulos, Johanna (2019): Rahapelaaminen, rahapelihaitat ja rahapelien markkinointiin liittyvät mielipiteet kolmessa maakunnassa. Rahapelikyselyn 2016–2017 perustulokset yksinoikeusjärjestelmän uudistuksessa. THL raportti 4/2019.
- Salonen, Anne & Raisamo, Susanna (2015): Suomalaisten rahapelaaminen 2015. Rahapelaaminen, rahapeliongelmat ja rahapelaamiseen liittyvät asenteet ja mielipiteet 15–74-vuotiailla. Raportti 16/2015. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos.
- Sarajärvi, Anneli & Tuomi, Jouni (2018): Laadullinen tutkimus ja sisällön analyysi. Helsinki. Tammi.
- Selkee, Magdaleena & Lintonen, Tomi (2021): Rahapelaamisen yhteiskunnalliset haittakustannukset. Asiantuntijoiden näkemyksiä kustannusten laskemisesta. Yhteiskuntapolitiikka 86 (1), 83–91.
- Silvennoinen, Inka & Vuorento, Henna (2020): Peluuri vuosiraportti 2020. <https://www.peluuri.fi/peluuri/peluurin-vuosiraportit>. Viitattu 26.3.2022.
- Škařupová, Kateřina & Vlach, Tomáš & Mravčík, Viktor (2020): Early intervention and identification of gambling disorder: a systematic literature review of strategies implemented by gambling operators. Julkaisussa Central European Journal Of Public Health 28(1), 18–23.
- Sosiaalihuoltolaki 30.12.2014/1301.
- Strand, Teija (2011): Talouden asiantuntijoiden näkemyksiä rahapelaamiseen liittyvästä velkaantumisesta. Julkaisussa Yhteiskuntapolitiikka 76, 511–522.
- TENK. Tutkimuseettinen neuvottelukunta (2012): Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsitteleminen Suomessa. Helsinki. Tutkimuseettisen neuvottelukunnan ohje 2012.
- TENK. Tutkimuseettinen neuvottelukunta (2019): Ihmiseen kohdistuvan tutkimuksen eettiset periaatteet ja ihmistieteiden eettinen ennakoarviointi Suomessa. Helsinki. Tutkimuseettisen neuvottelukunnan julkaisuja 3/2019.

- Tietopuu (2022): Mikä on Tietopuu-sivusto? https://tietopuu.a-klinikkasäätiö.fi/mika_on_tietopuu_sivusto. Viitattu 16.5.2022.
- Toikkanen, Jarkko & Virtanen, Ira A. (2018): Kokemuksen käsitteen ja käytön jäljillä. Teoksessa Toikkanen, Jarkko & Virtanen, Ira A. (toim.) Kokemuksen tutkimus IV. Kokemuksen käsite ja käyttö. Rovaniemi. Lapland University Press.
- Twersky, Abraham J. (2014): Riippuvuusajattelu. Itsepetoksen ymmärtäminen. Keuruu. Scanria Oy. (Alkuperäinen teos vuodelta 1990: Addictive Thinking: understanding self-deception.)
- Tökkäri, Virpi (2018): Fenomenologisen, hermeneuttis-fenomenologisen ja narratiivisen kokemuksen tutkimuksen käytäntöjä. Teoksessa Toikkanen, Jarkko & Virtanen, Ira A. Kokemuksen tutkimus VI. Kokemuksen käsite ja käyttö. Rovaniemi. Lapland University press. 64–84.
- Ulosottokaari 15.6.2007/705.
- Vahter, Tanja (2022): Sähköpostikeskustelu tutkimusluvan saamiseksi A-klinikkasäätiöltä. Henkilökohtainen tiedonanto. Viitattu 12.5.2022.
- Valtioneuvosto (2022): Rahapeliteutoilla rahoitettavien yleishyödyllisten toimintojen uusi rahoitusmalli. https://valtioneuvosto.fi/documents/10616/104236898/Rahapelituotoilla+rahoitettavien+yleishy%C3%B6dyllisten+toimintojen+uusi+rahoitusmalli_FINAL.pdf/a623bb09-b3a3-4230-308f-500b88f34862/Rahapelituotoilla+rahoitettavien+yleishy%C3%B6dyllisten+toimintojen+uusi+rahoitusmalli_FINAL.pdf?t=1644326410914. Viitattu 10.8.2022.
- Vuori, Jaana. (2022): Tutkimusetiikka ihmistieteissä. Teoksessa Vuori, Jaana (toim.) Laadullisen tutkimuksen verkkokäsikirja. Tampere. Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto. <<https://www.fsd.tuni.fi/fi/palvelut/menetelmaopetus/>>. Viitattu 24.11.2022

LIITE 1



A-klinikkasäätiö

TUTKIMUSLUPA

Aila Moilanen

Pro gradu -työn Rahapelaamiseen koukussa Rahapelaajien kokemuksia rahapeliongelmastaja palvelujärjestelmän toimivuudesta, jonka lupa-anomus ja tutkimussuunnitelma on toimitettu A-klinikkasäätiöön 26.4.2022, toteuttamiselle Päihdelinkin rahapelaajien Valtti-keskustelualueen keskusteluita analysoimalla, myönnetään tutkimuslupa. Tutkimusta on puoltanut tutkimuspäällikkö Jukka Koskelo.

Tutkimuksen toteuttamisessa tulee noudattaa yleisiä tutkimuseettisiä periaatteita, hyviä tutkimuskäytäntöjä ja A-klinikkasäätiön päihdetyön eettisen toimikunnan ohjeita.

Vastaavan tutkijan tulee huolehtia siitä, että kaikilla tutkimuksen toteuttamiseen osallistuvilla henkilöillä on riittävä vaitiolositoumus. A-klinikkasäätiön vaitiolositoumuksia saa keskustoitua.

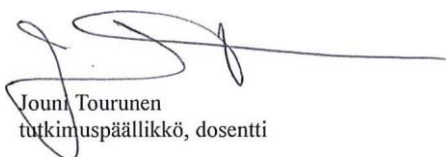
Lupa myönnetään ja kohdennetaan viitaten esitettyyn hankesuunnitelmaan. Suunnitelman muuttuessa sisällöllisesti tai toteutustavaltaan tutkijan tulee hankkia uusi lupa.

Luvan myöntäjällä on oikeus tarvittaessa tarkistaa myöntämäänsä lupaa tai keskeyttää hanke, jos se ei vastaa sitä mihin lupa on myönnetty.

A-klinikkasäätiön keskustoimisto on valmis antamaan ohjausta ja neuvontaa hankkeen toteuttamiseksi.

Hankkeen päätyttyä tutkijan tulee lisätä tutkimusraportti tutkimustietokantaan.

Helsingissä 9.5.2022



Jouni Tourunen
tutkimuspäällikkö, dosentti

LIITTEET Vaitiolositoumuksia 2 kpl

TIEDOKSI A-klinikkasäätiön tutkimustietokanta

RATAMESTARINKATU 7 A, 00520 HELSINKI BANMÄSTARGATAN 7 A, 00520 HELSINGFORS

• PUH/TEL 010 50 650

<http://www.a-k/inikka.fi>

LIITE 2



A-klinikkasäätiö

VAITIOLOSITOUMUS

Sitoudun olemaan vaiti salassa pidettävien asiakirjojen sisällöstä (laki sosiaalihuollon asiakkaan asemasta ja oikeuksista 2000/812 14§, laki potilaan asemasta ja oikeuksista 2000/653 13§) sekä muistakin tehtävissäni A-klinikkasäätiössä tietooni saamista seikoista, joista on lailla säädetty vaitiolovelvollisuus (laki sosiaalihuollon asiakkaan asemasta ja oikeuksista 2000/812 15§, laki terveydenhuollon ammattihenkilöistä 1994/559 17§).

Tämä sitoumus on tehty kahtena kappaleena, joista toinen jää sitoumuksen antajalle ja toinen A-klinikkasäätiön kehittämissyksikön hankerekisteriin.

Sitoumuksen antajan allekirjoitus

Sitoumuksen vastaanottajan (A-klinikkasäätiö) allekirjoitus

AILA MOILANEN

Nimenselvennys

Tanja Vahter

Nimenselvennys

11.5.2022

Päiväys

12.5.2022

Päiväys

Käännä