

# Ta spilleavhengighet på alvor!

*«Det tok en god stund før jeg skjønnte hvor galt det egentlig var. Spilleavhengige er så gode til å skjule hva de driver med, hvor mye de spiller for og hvor mye tid som går med.» Slik startet min samtale med Unni Bergsvenkerud. Hun var gift med en spilleavhengig. Hennes historie er en av mange.*

AV KNUT ARNE GRAVINGEN, KORUS-ØST

- **DET ER VANSKELIG Å FORSTÅ** hvordan et annet menneske har det inni seg og hvilke tanker det bærer på. Man prøver å forstå hva de driver med og sette seg inn i den situasjonen de er i. Etter hvert finner du ut at du ikke klarer å følge med på deres aktiviteter. Da har det som regel gått så langt at man gir opp, advarer Bergsvenkerud.

## Brikkene falt på plass

Ektemannen var arbeidsledig og gikk hjemme hele dagen mens hun var på jobb. Alt virket normalt. Om kveldene satt de og pratet og så på TV.

– Han hadde alltid et øye på dataskjermen. At han da spilte spill skjønnte jeg ikke med en gang, forteller Bergsvenkerud.

Men en dag fikk hun en telefon fra banken som gjorde henne oppmerksom på at det var overført 10 - 15 000 kroner fra hennes konto til en spillside på Internett.

– Banken lurte på om det var jeg som hadde gjort det, eller om jeg hadde mistet kortet. Først da begynte brikkene å falle på plass, forteller hun. Ektemannen hadde i ledige øyeblikk skrevet ned hennes kortnummer. Og ettersom han var hjemme på dagtid, sorterte han posten nøye.

– Når han visste jeg hadde penger på kontoen overførte han til spilleselskaper, og var det regninger jeg ikke skulle vite om, så fikk jeg heller ikke vite om dem. Bankkortene mine hadde jeg jo alltid med meg, men det hjalp lite. Jeg sperret

kort etter kort, fikk nye, men historien bare gjentok seg. Ingen ting nytt, sukker hun.

## Hvor starter man?

– Jeg begynte med å snakke med mannen min på en helt vanlig og ordentlig måte. Det var mange spørsmål jeg måtte få svar på. Jeg måtte vite hvorfor han spilte, hvor mye han hadde tapt og hvor mye han var skyldig blant annet. Det gjaldt å få en oversikt. Jeg fikk noen svar og andre svar kom etter hvert, forteller Bergsvenkerud. Hun valgte å være tålmodig og tenke at dette skulle de klare å komme seg ut av.

## Ting tar tid

Det tok en stund før Bergsvenkerud fant ut at hun hadde en spilleavhengig i hus. Så tok det litt tid før de kom inn i hjelpeapparatet og når de var der gikk det lang tid før de fant noen som kunne hjelpe.

– Da boblen sprakk ble jeg sykemeldt. Jeg var så sliten av å skjule alt for alle hele tiden. Jeg innså at jeg også hadde problemer, forteller hun.

## Ville være en god støtte

På den tiden problemene begynte bodde ekteparet i Kristiansand.

– Vi følte at ingen av de behandlerne vi var innom egentlig viste hva de skulle svare. Jeg ville vite hva jeg kunne eller burde gjøre når ekteman-



nen kom hjem fra behandling. Hvilke konkrete tiltak burde jeg gjøre? Jeg ville hjelpe, men hvordan? Hvordan skulle jeg klare å sikre at han ikke fikk spilt bort mer enn han allerede hadde gjort? For når han kom hjem var jo både spillene, reklamen og alle tilbudene der likevel, forteller Bergsvenkerud. Hun ble med ektemannen til behandlinger, samtaler og alt hun ellers kunne være med på som støtte.

– Men over alt hvor vi kom ble vi fortalt om «elefanten i stua», og den ble jeg etter hvert lei. Jeg ville vite hva jeg selv kunne gjøre. Behandlerne vi kom til visste mye om avhengighet, men lite om spilleavhengighet. Det hjalp egentlig ikke så mye, og for min egen del var jeg ute etter kunnskap om hva jeg som pårørende kunne gjøre, sukker hun.

### For mye å være både støtte og «behandler»

Ektefellen hadde et periodisk drikkemønster og han hadde alltid spilt på ett eller annet. Hans bane var ikke på automater, men vanlige spill fra Norsk Tipping. Dette utviklet seg etter hvert til nettpoker og nettkasino.

– Jeg syntes likevel synd på han som ikke klarte å ta seg sammen og gjøre noe med problemene sine. Ettersom han ikke klarte å gå til behandling ble det for mye for Bergsvenkerud. Hun orket ikke mer og tok ut skilsmisse. Ikke uventet førte det til at ektefellen falt lengre ned. Han drakk mer alkohol og begynte med amfetamin, forteller hun. Selv om hun selv var langt nede ville hun prøve å holde ut som støtte for han. Det gikk en liten stund.

– Til slutt orket jeg ikke være der som både støtte og behandler. Jeg måtte ta meg selv i nakken og gjøre noe for min del, forteller hun.

### Dumt å nekte

– Det dumme jeg gjorde var å tvinge ektemannen min til behandling og i tillegg nekte han å bruke PC. Første gangen han skulle til behandling kjørte jeg han dit. Jeg ville være sikker på at han var der. Det var en stor tabbe. Han var jo ikke der fordi han hadde lyst til å gjøre noe med problemet, men fordi jeg sa han måtte inn, forteller hun.



*Unni Bergsvenkerud ønsker at pårørende blir sett, men også at pårørende blir sett på som en ressurs. Foto: Spilleavhengighet Norge.*

### Måtte finne flere svar

Bergsvenkerud ville finne svar på hvorfor hennes ektemann hadde blitt spilleavhengig og hvordan hun som pårørende kunne være til mest mulig hjelp, men også hva hun selv måtte passe seg for. – Jeg begynte å lese bøker om avhengighet. Jeg leste Hans Olav Fekjær sine bøker, jeg leste historier om spilleavhengige som fortalte sine historier. Men i alt jeg leste var rus og psykiatri tema. Jeg fant ingen gode svar som kunne hjelpe meg som pårørende til en som var spilleavhengig. Jeg søkte opp og ned på internett og kom til slutt over det som den gang het Pårørendeforeningen for spilleavhengige (nå Spilleavhengighet Norge). Der følte jeg endelig at jeg kunne snakke med noen som forsto hva jeg snakket om. De ga



*– Jeg tror det er mange som ikke skjønner hvordan det er å leve med en som er spilleavhengig*

meg mye mer enn å gå til en psykolog eller til en ruspoliklinikk for å høre mer om elefanten i stua, forteller hun.

### **Mer fokus på pårørende**

Bergsvenkerud møter fremdeles mange som sier de ikke blir tatt på alvor når de forteller legen at de har en spilleavhengig hjemme. I sitt møte med ansatte fra NAV har hun følt at de ikke tok hennes historie på alvor.

– De mente spilleavhengighet ikke var godt nok dokumentert. Jeg tror det er mange som ikke skjønner hvordan det er å leve med en som er spilleavhengig. Det er sikkert mange likheter med andre former for avhengighet, men ulikhetene må vi finne ut av. Alkoholisme og rus er mer synlig. Spilleavhengige ser ut som hvem som helst, mener Bergsvenkerud.

### **To tapere**

– Når man plutselig havner i en slik situasjon blir usikkerheten noe man virkelig kjenner på. Ikke vet du hva du skal si, ikke vil du si for mye, ikke skal du tape ansikt og ikke skal du vise at du har problemer. Oppi det hele har du familie, slekt, venner og kolleger. Til å begynne med føler du selv at det ikke er dine problemer. Det var jo ikke jeg som spilte, og den som spilte skulle jo snart vinne tilbake alt det tapte. Det blir to tapere, begge lyver i hver sin retning for å skjule sannhetene, forteller hun.

Bergsvenkerud sluttet fort med den løgnen og begynte tidlig å si ting som det var.

– Det var ikke lett, men det var likevel en let-

telse for meg å fortelle om problemene. Jeg fikk forklart kolleger hvorfor jeg var mye nedfor og borte fra jobb. De som orket å høre på meg fikk hele historien, forteller hun.

### **Sto frem**

Bergsvenkerud og ektemannen valgte også å stå frem med sin historie i Dagbladet.

– Vi fikk mange positive tilbakemeldinger og folk lurte på om det de hadde lest virkelig kunne være sant. Vi fikk mye støtte, noe som naturligvis var hyggelig. Tanken var da at vi kunne komme oss gjennom våre problemer, sier hun.

### **Pårørende som en ressurs**

– I mitt møte med behandlerapparatet ble ikke pårørende til spilleavhengige betraktet som en ressurs. Men jeg vet vi kan være en ressurs på mange områder. Alle har godt av å snakke med andre som har det samme problemet. Det er viktig å få følelsen av at man ikke er alene om sine problemer, sier hun. ☒