

# PITS



PÅRØRENDEGRUPPER  
TIL SPILLEAVHENGIGE

**Årsrapport  
2003**

## **FORORD**

Etter ett og et halvt års drift med pårørende grupper kan vi nå helt tydelig se at behovet for slike grupper er til stedet. I løpet av 2003 hadde vi totalt 421 henvendelser som igjen også indikerer til at det er et behov der ute i vårt lang strakte land.

Vi har i løpet av 2003 fått opp 6 grupper, på ulike steder i landet. Den ene gruppen er nå lagt ned, men ikke fordi det ikke var behov, men vi mangler ny gruppeleder til gruppa. Det er Østfold gruppen som er lagt ned.

Denne rapporten vil i hovedsak bestå av evalueringer som er blitt gjort i de ulike gruppene, det er hver enkelt gruppeleder som har laget de ulike evalueringene.

Det vil også bli lagt vekt på viktigheten med at PTS bør fortsette i fremtiden, da igjen kommer vi tilbake til dette med behovet for gruppene.

Noe av det som er i denne rapporten er stoff som ble brukt i den første halvårs rapport vi kom ut med i juni 2003. Det fordi det er fremdeles de momentene som er vikeligheten i de pårørendes hverdag.

Februar 2004 ble det avholdt et stiftelses møte og mini seminar for gruppelederne i PTS. Vi kom til et punkt hvor vi så viktigheten med å bli en etablert interesse organisasjon, dette for å styrke vår troverdighet utad og for at vi da stiller sterkere både på det økonomiske og det politiske plan. Det er også en trygghet i seg selv å være med i en etablert organisasjon.

Det er også viktig at alle PTS gruppene jobber under felles normer, samtidig som at vi bestreber at hver enkelt gruppe skal være selvstendig.

Kvalitet, trygghet og tillit er sentrale punkt i en PTS gruppe, vi ønsker at gruppene legges opp etter det behovet de pårørende måtte ha.

## **INNHold**

PTS sitt styre 2004.	Side 4
Vedtekter for organisasjonen.	Side 5 - 8
Er det behov for PTS.	Side 9
Momenter av hva en pårørende gjennomgår.	Side 10
Det å være en pårørende.	Side 10 – 11
Det å være foreldre til en som er spilleavhengig	side 12 - 13
Hvordan blir en gruppe til og hva gjør en gruppe.	Side 14
PTS sine hovedmål.	Side 15
Organisasjonenes økonomi.	Side 16
Henvendelser 2003.	Side 17
Rekruttering til PTS.	Side 18
Sentrale spørsmål fra de pårørende som tar kontakt.	Side 19
Tilbakemeldinger fra deltakerne	Side 19
Evaluering PTS Oslo (2 stk).	Side 20 - 22
Evaluering PTS Tromsø (2 stk).	Side 23 - 27
Evaluering PTS Østfold.	Side 28
Evaluering PTS Bergen.	Side 29
Evaluering PTS Nordreisa.	Side 30
Evaluering PTS Steinkjer.	Side 31

## **PTS SITT STYRE FOR 2004.**

14 og 15. februar 2004 hadde vi stiftelsesmøte i Oslo.

Det ble bestemt under vedtektene for organisasjonen at det er kun de som er gruppeledere som kan velges ut til å danne et styre.

Det ble under møtet bestemt at det skulle velges ut et interim styre frem til årsmøte før utgangen av mars 2005.

Det følgende styre i PTS pr 15. februar 2004 er disse:

Styreleder - Lill-Tove Bergmo, PTS Nord Troms

Nestleder – Hilde, PTS Nord Trøndelag

Sekretær – Birgith Vedalh Ullnæss, PTS Oslo

Styremedlem – Wenche Linda Kalnes, PTS Bergen

Styremedlem – Turid Boholm, PTS Tromsø

Det nye styret vil i fremtiden være politisk aktiv og komme med forslag som går på hvordan hverdagen til de pårørende kan gjøres lettere.

Vi vil være mer aktiv i debatter som omhandler spilleavhengighet, Dette fordi vi tror at vi kan bidra med mye når det skal legges til rette offentlige tilbud til de spilleavhengige og deres familier.

Vi har som mål og opprette pårørende grupper over hele landet, dette for at flest mulige pårørende som ønsker å gå i gruppe skal kunne gjøre det.

Det vil bli utarbeidet et ”verktøy” som vil inneholde all den informasjonen en ny gruppeleder vil trenge for å starte opp ei en gruppe.

Det vil også bli avholdt seminarer innad i PTS som går på å heve kompetansen til gruppelederne, dette er viktig for vi i mange tilfeller møter vi ulike problemstillinger som kan være til dels vanskelig å håndtere.

## VEDTEKTER FOR INTERESSEORGANISASJONEN:

### *Pårørendegrupper for spilleavhengige.*

Interesseorganisasjonens navn er Pårørendegrupper til spilleavhengige, og ble stiftet den 14.februar 2004.

#### **§ 1 Formål**

Organisasjonens formål er å opprette grupper, hvor medlemmene kan "hjelpes seg selv og andre i en vanskelig situasjon".

#### **§ 2 Organisatorisk tilknytning**

PTS er en frittstående interesseorganisasjon, med nært samarbeid med ulike fagmiljøer innen feltet spilleavhengighet.

#### **§ 3 Medlemmer**

Alle som ønsker det kan registrere seg som medlem i organisasjonen. For å være gruppeleder må man være registrert som medlem.

Alle enkeltmedlemmer, brukere, eller grupper som handler i strid med vedtektene, eller handler på en måte som er til skade, eller svekker tilliten til organisasjonen kan bli utelukket fra PTS.

#### **§ 4 Stemmerett og valgbarhet**

Alle medlemmer har stemmerett. For å kunne bli valgt til tillitsverv i organisasjonen må man være gruppeleder.

#### **§ 5 Kontingent**

Det kreves ingen kontingent, og den settes til 0.-

#### **§ 6 Økonomi**

Organisasjonen vil basere sin inntekt på offentlige og private tilskudd, og eventuelt andre bidragsytere.

Alle søknader om økonomiske ressurser skal gjøres i samråd med styret.

PTS sitt regnskap skal føres etter god regnskapskikk, og revideres i tråd med bidragsyters krav.

## **§ 7 Årsmøte**

Årsmøtet som holdes hvert år innen utgangen av mars hvert år, er PTS's høyeste myndighet.

Årsmøtet innkalles av styret med minst 1 måneds varsel, direkte til medlemmene eller ved kunngjøring i pressen. Forslag som skal behandles på årsmøtet skal være sendt til styret senest 2 uker før årsmøtet. Fullstendig sakliste må være tilgjengelig for medlemmene senest 1 uke før årsmøtet.

Alle medlemmer har adgang til årsmøtet. Årsmøtet kan invitere andre personer og/eller media til å være tilstede.

Årsmøtet er vedtaksført med det antall stemmeberettigede medlemmer som møter. Ingen har mer enn en stemme, og stemmegivning kan ikke skje ved fullmakt.

## **§ 8 Ledelse av årsmøtet**

Årsmøtet velger ordstyrer og sekretær, samt to representanter som skal underskrive protokoll.

## **§ 9 Stemmegivning på årsmøtet**

Med mindre annet er bestemt skal et vedtak for å være gyldig være truffet med alminnelig flertall av de avgitte stemmene. Blanke stemmer skal anses som ikke avgitt.

Valg foregår skriftlig hvis det foreligger mer enn ett forslag, eller at et av medlemmene krever det. Bare foreslåtte kandidater kan føres opp på stemmeseddelen. Skal flere velges ved samme avstemming, må stemmesedlene inneholde det antall forskjellige kandidater som det skal velges ved vedkommende avstemming. Stemmesedler som er blanke, eller som inneholder ikke foreslåtte kandidater, eller annet antall kandidater enn det som skal velges, teller ikke og stemmene anses som ikke avgitt.

Når et valg foregår enkeltvis og en kandidat ikke oppnår mer enn halvparten av de oppgitte stemmer, foretas bundet omvalg mellom de to kandidater som har oppnådd flest stemmer. Er det ved omvalg stemmelikhet, avgjøres valget ved loddtrekning.

Når det ved valg skal velges flere ved en avstemming, må alle for å anses valgt ha mer enn halvparten av de avgitte stemmer. Dette gjelder ikke ved valg av vararepresentanter. Hvis ikke tilstrekkelig mange kandidater har oppnådd dette i første omgang, anses de valgt som har fått mer enn halvparten av stemmene. Det foretas så bundet omvalg mellom de øvrige kandidater, og etter denne avstemmingen anses de valgt som har fått flest stemmer. Er det ved omvalg stemmelikhet, avgjøres valget ved loddtrekning.

## § 10 Årsmøtets oppgaver

Årsmøtet skal:

1. Behandle PTS`s årsmelding \ rapport
2. Behandle PTS`s regnskap.
3. Behandle innkomne forslag
4. Vedta PTS`s budsjett
6. Valg av revisor
5. Velge:
  - a) Leder - velges av årsmøtet for 2 år av gangen
  - b) 2 styremedlemmer - velges for 2 år av gangen
  - c) 2 styremedlemmer - velges for 1 år av gangen

Styret konstituerer seg selv og velger selv sekretær, og nestleder, og eventuelle andre funksjoner.

## § 11 Ekstraordinære årsmøter

Ekstraordinære årsmøter holdes når styret bestemmer det, eller minst en tredjedel av de stemmeberettigede medlemmene krever det.

Det innkalles på samme måte som for ordinære årsmøter med minst 14 dagers varsel.

Ekstraordinært årsmøte kan bare behandle og ta avgjørelse i de sakene som er kunngjort i innkallingen.

## § 12 Styret

Styrets sammensetning:

Styreleder

Nestleder

Sekretær

2 styremedlemmer.

PTS ledes av styret som er høyeste myndighet mellom årsmøtene.

Styret skal:

1. Iverksette årsmøtets bestemmelser.
2. Oppnevne etter behov grupper / personer for spesielle oppgaver og utarbeide instruks for disse.
3. Administrere og føre nødvendig kontroll med PTS økonomi i henhold til de til enhver tid gjeldende instruks og bestemmelser.  
Hver gruppeansvarlig forplikter seg til å lage regnskap over gruppas midler.
4. Representere PTS utad. Det foreligger ingen plikt for styremedlemmer å stå fram offentlig.
5. Hjelp nye grupper i gang.

Styret skal holde møte når lederen, eller et flertall av styremedlemmene ønsker det.

Styret er vedtaksført når et flertall av styrets medlemmer er til stede. Vedtak fattes med flertall av de avgitte stemmene. Ved stemmelikhet teller møtelederens stemme dobbelt.

### **§ 13 Grupper /avdelinger**

PTS organiseres med grupper. Disse ledes av oppnevnte gruppeledere. PTS sitt styre bestemmer hvordan disse gruppene skal organiseres og ledes. Dette for at alle gruppene skal være til dels like i oppbygning og funksjon.

Gruppene kan ikke inngå avtaler for PTS uten styrets godkjenning. Hver gruppeleder har også ansvaret for gruppens økonomi.

P.T.S. ønsker at gruppen skal være et gratis tilbud til de pårørende som benytter seg av gruppene.

For å kunne starte en ny gruppe må den gruppeansvarlige og minimum tre pårørende være tilstedet.

- Det vil være kontinuerlig oppfølging av gruppene.
- Det vil 1 gang pr mnd sendes ut et nyhetsbrev som forteller siste nytt om PTS.
- Det skal underskrives taushetsplikt erklæring ved første gruppemøte.
- De gruppeansvarlige skal sende inn evaluering av gruppa totalt 2 gang pr. år.

Ved oppstart av nye grupper vil det bli utdelt en startpakke til gruppelederen som inneholder all den informasjon og de retningslinjer som er nødvendig for å komme i gang og drive gruppene.

### **§ 14 Vedtektsendring**

Endringer i disse vedtekter kan bare foretas på ordinært eller ekstraordinært årsmøte etter å ha vært på sakslisten, og det kreves 2/3 flertall av de avgitte stemmer.

### **§ 15 Oppløsning (§ 15 kan ikke endres.)**

Oppløsning av PTS kan bare behandles på ordinært årsmøte. Blir oppløsning vedtatt med minst 2/3 flertall, innkalles ekstraordinært årsmøte 3 måneder senere. for at oppløsningen skal skje må vedtaket her gjentas med 2/3 flertall.

Sammenslutning med andre interesseorganisasjoner anses ikke som oppløsning av PTS. Vedtak om sammenslutning og nødvendige lovendringer i tilknytning til dette treffes i samsvar med bestemmelsene om lovendring, jfr. § 14.



## **BEHOVET FOR PÅRØRENDE GRUPPER.**

Spilleproblemer påvirker ikke bare den spilleavhengige selv, men også omgivelsene i stor grad. Spilleren låner penger, bedrar, lyver om tidsbruk og økonomi, er irritert, usosial etc. Familie, slekt, venner og også arbeidsplass dras med og blir lidende. En person som spiller mye kan ikke unngå å påvirke familiens økonomi, tid og oppmerksomhet blir også brukt til spill i stedet for familien.

Amerikanske studier har vist at så mye som 8-9 personer vanligvis kan påvirkes negativt av en spilleavhengig.

Når man så ser på antall henvendelser til hjelpelinjen og til PTS vil man absolutt se behovet for slike selvhjelpsgrupper.

Et eksempel er; på de siste GA møtene i Oslo har det møtt mellom 15 og 20 personer. Dvs. at rundt disse kan det være ca 150 personer som er påvirket av deres spill.

Mange av de pårørende PTS har hatt kontakt med forteller om hvordan de møtes av uvitenhet når de i ulike sammenheng tar opp sine bekymringer vedr. spilleren. Dette gjelder både i kontakt med ulike hjelpeinstanser (sosialkontor etc.) og blant familie og venner.

De ønsker å treffe andre pårørende i selvhjelpsgrupper for å utveksle erfaringer og minske følelsen av ensomhet. Her er man omgitt av personer med lignende erfaringer, men som ikke er direkte innblandet i ens egne problemer. Gruppen fungerer som en støtte og en avlastning.

Noen av gruppene innenfor PTS har også erfaringer med å ha besøk av spilleavhengige som ikke har direkte tilknytning til noen i gruppen. Det har vist seg at de pårørende har lettere for å ta inn hva en ukjent sier enn sin "egen" spiller, da det ikke blir så følelsesmessig ladet.

PTS ønsker å bidra til økt kunnskap om den livssituasjonen både de spilleavhengige, men ikke minst de pårørende befinner seg i. Denne kunnskapen er det de pårørende selv som kan bidra best til.

Denne kunnskapen håper vi kan føre til økt forståelse for deres situasjon.

Vi anser at kunnskap og forståelse for dette problemet behøves i samfunnet både hos politikere, helse og sosialinstanser, de som står bak pengespill og hos allmennheten..

På bakgrunn av ovenstående ser vi absolutt behovet for PTS sine selvhjelpsgrupper. Ikke minst for å hjelpe de pårørende med deres problemer, men også hjelpe de som ønsker det å hjelpe sine spilleavhengige.

## **DETTE ER NOE SOM EN PÅRØRENDE GJENOMGÅR I SIN HVERDAG.**

- Tap av sosialt nettverk
- Mye tid på å skjule problemet ovenfor familie og venner.
- Økonomiske problemer.
- Pengene til ferie med barna som ble borte.
- Penger til fritidsaktiviteter både til seg selv og barna
- Oppsigelse pga underslag, udokumentert fravær.
- Løgner og tillitsbrudd.
- Konflikter og samlivsbrudd.
- Redsel for at noen skal få kjennskap til problemene.
- Hva skjer vist vi avslører ”hemmeligheten”?
- Foreldres redsel for spillende barns fremtid.

## **DET Å VÆRE EN PÅRØRENDE TIL EN SPILLEAVHENGIG**

(skrevet av en pårørende som har en samboer som er spilleavhengig)

Når man får mistanke om at en i familien (eller nære venner) har problemer i forhold til pengespill, kommer man i en meget vanskelig rolle.

Før man får mistankene bekreftet sliter mange med en følelse av å stadig være anklagende til den som spiller. De pårørende blir gjerne veldig frustrert og stiller gjerne direkte spørsmål til den som spiller, uten å få beroligende svar.

Mange av spillerne lyver mye i denne fasen og benekter som oftest sin trang til spill, evt. de bagatelliserer sitt problem. Som regel endrer spilleren adferd i denne fasen og blir mer oppfarende, hissig og deprimert. De uteblir fra hjemmet over lengre tidsperioder, osv, osv.

Når mistanken så blir bekreftet og det kommer en innrømmelse fra spilleren, kommer innrømmelsen som et stort sjokk for de pårørende, til tross for at de på forhånd hadde mistanker. Det er vanlig at de pårørende reagerer med både sinn, sorg, apati, depresjoner og avmakt. Mange vil nok i denne fasen tenke at alt er over. Når spilleren er samboer \ ektefelle vil man føle et stort tillitsbrudd av den grunn at spilleren har løyet over en lengre periode. Det føles umulig å kunne stole på sin partner igjen.

Til nå har slik problematikk vært et tabu tema og er vel fremdeles det, blant de som rammes. Man føler seg sviktet på det groveste av den som spiller og mange kvier seg for å søke hjelp, det fordi det er lett å tro at man er de eneste i verden med et slikt problem i familien.

I kjølvannet av en innrømmelse følger det som regel store økonomiske misligheter. Store og mange forbrukslån, private lån, underslag og lignende. Mange samboere / ektefeller går fra hverandre i denne fasen, dels fordi at den økonomiske tryggheten ikke lenger er til stede og fordi man ikke klarer å se noen løsning på problemene.

Dette er en tøff påkjenning, og da særlig for familier med barn å få denne problematikken inn i familien. Det er tøft å skal forklare for sine barn at de ikke kan få alt de trenger fordi pengene er spilt bort. Eller at vi må flytte fordi vi har mistet huset på tvangsauksjon. Det å måtte se sitt hjem gå på tvangssalg er en meget tøff situasjon for alle.

Det er viktig å vite som pårørende at man kan få hjelp, om bare det å få noen å snakke med som forstår at dette er tøft. eks. familievernkontor, sosialkontor, psykiatrisk sykepleier, økonomisk rådgiver, prest evt. andre. ( PTS og hjelpelinjen) (og behandling for den rammede)

Det å være en pårørende betyr først å fremst å bry seg om den som rammes. Samtaler rundt daglige problemer, hjelp og støtte for å kunne mestre hverdagen uten spill, er den viktigste delen for den pårørende.

Mange pårørende velger å ta full kontroll over økonomien i en periode, dette både for sin egen trygghet, men også for å kunne forhindre spilleren i å spille.(ingen penger, ingen spill).

For å kunne klare å yte best mulig hjelp som en pårørende er det viktig å få en forståelse i hva det innebærer å være spilleavhengig. Ved å forstå at spilleavhengighet er en sykdom er det kanskje enklere å bidra som pårørende.

## **DET Å VÆRE FORELDRE TIL BARN SOM SPILLER**

(skrevet av en mor til en spilleavhengig)

Som forelder til to tenåringsgutter gjennom flere år, har man gjennomlevd alle mulige bekymringer knyttet til farer som kan true disse flotte ungdommene. Utdanning press, fester, alkohol, kjærlighetssorg og bilkjøring. Alle som har ungdommer i hus vet hva det medfører av gleder og bekymringer.

Min største bekymring som mor var ungdommenes møte med kriminelle handlinger eller narkotiske miljøer, og om de var godt nok rustet til å møte dette og ta stilling til rett og galt. Aldri hadde jeg trodd at en automat skulle bli min verste fiende.

Som 20-åring var sønnen min aktiv i idrett og inne i sitt siste år som tømrerlærling. Han hadde mange gode venner som han omgikk daglig. I mars dette året begynte han å endre seg fra å være en glad og utadventt gutt, med tid til lillebror og prat med mamma, til å bli oppfarende og med stort søvnbehov kombinert med perioder med tidlig opp og seint i seng. Han dro ut om morgenen før han skulle på jobb, og kom ikke hjem før ved 24-tida på natta. Han ble ukonsentrert, glemte alle beskjeder, brukte et par timer på å stikke bort på nærbutikken med automater i inngangen, hadde aldri penger dagen etter lønn, betalt ikke regninger og fikk inkassokrav, fortalte merkelige historier om hvor pengene var blitt av, og hadde mange sykemeldinger og virket smertefri likevel. Han forandret personlighet, og virket rastløs når han hadde vært hjemme noen timer.

Som mor kjenner du at noe er galt, og med litt vennlig men bestemt press fortalte han hva som hadde skjedd.

Det ble mange og lange samtaler, og mange tilbakefall med lovnad om at spill var han ferdig med. Det ble tårer og høye stemmer, trusler, mye skam og dårlig samvittighet. Helt til jeg kom i kontakt med Pårørendegrupper til spilleavhengige. Der fikk jeg bekreftelse og anerkjennelse for mine egne følelser, og redsler for framtiden. Jeg fikk et sted hvor jeg kunne legge av meg noe av min frustrasjon slik at ikke alt gikk utover han som hadde det vanskelig i utgangspunktet. Og jeg fikk hjelp til å arbeide målbevisst sammen med min sønn om håndtering av økonomi, oppbygging av tillit og det å gi slipp på mistro, og trangen til å kontrollere at han virkelig ikke spiller lengre.

Du må gå over mange fjell som pårørende til en spillavhengig. I Tromsø finnes det ingen behandling, og jeg ble mor, pårørende og behandler for min egen sønn, samtidig som jeg selv trengte hjelp for å håndtere det som skjedde med meg i denne prosessen. Når tilbakefallene blir så mange, og løgnene og sviket varer over lang tid, er det svært vanskelig å gå alene. Gjennom PTS fikk jeg og mannen min støtte og hjelp til å hjelpe både oss selv og sønnen vår. Det som har skjedd har påvirket hele familien vår, tilliten kommer sakte tilbake. Min uro, når han nå flytter til egen leilighet til sommeren, kan bare jeg gjøre noe med.

Automatene fortsetter ”å lange” til forbipasserende. De blinker med sine tiltrekkende lys og farger, og lurer stadig nye unge mennesker til å prøve lykken, inklusive adrenalinrush, og magisk tenkning rundt egen evne til å spille maskinen til utbetaling. Og når pengene klirrer i de stålkalde skålene får du applaus for godt utført arbeide og bekreftelsen på at du har lykke dagen din i dag.

Jeg har fått en energi som må finne sin utløsning i å jobbe for at du skal vende blikket ditt og se hvilken uskyldig, hyggelig og underholdene trussel automatene påfører samfunnet vårt og menneskene som bor her.

## **HVORDAN BLIR EN GRUPPE TIL OG HVA GJØR EN GRUPPE.**

Før en gruppe kan starte må disse momentene være på plass:

- En Gruppeleder.
- Et (gratis) lokale. Som er noe skjermet og tilrettelagt for funksjonshemmede.
- Fagperson som kan kontaktes av gruppeleder
- Minimum tre pårørende
- Kontakt telefon (fult mulig å bruke sin private i starten).

## **HJELP TIL DEN NYE GRUPPELEDEREN.**

Det er utarbeidet en startpakke som den nye gruppelederen får tilsendt enten via post eller mail.

Den inneholder all den informasjonen gruppelederen vil trenge for å starte opp. Den inneholder også ulike dokumenter som gruppeleder skal levere ut til de som går i gruppa.

Den nye gruppeleder vil også få veiledning og praktisk hjelp fra de andre gruppelederne og styret i PTS.

## **HVORDAN FINNE GRUPPELEDER?**

De nye gruppelederne finner vi i de pårørende som tar kontakt, mange ganger er det pårørende som ønsker og bidra med mer enn å bare gå i gruppe, vi presenterer da hva det vil si å være gruppeleder, og motiverer den pårørende til og påta seg oppgaven.

## **HVA GJØR EN GRUPPE?**

- Vi tar vare på hverandre og utveksler erfaringer.
- Snakker ut om det som er vondt og vanskelig.
- Har arbeidsmål som de pårørende kan jobbe ut fra.
- Vi har faste temaer ved enkelte møter.
- Vi inviterer ulike fagpersoner inn i gruppa
- Vi er opptatt av at gruppen formes etter de pårørende.
- Vi inviterer de spilleavhengige inn enkelte ganger.
- Gruppen skal virke som en avlastning for de pårørende.

## **PTS HOVEDMÅL**

Disse målene er de første som ble laget, det drives nå og utarbeides nye hovedmål.

**MOTTO: *Hjelp seg selv og andre i en vanskelig situasjon.***

- Gruppeleder i hver gruppe.
- Fagperson bak hver gruppe.
- Dette skal alltid være et gratis tilbud.
- Deltakere skal få et innblikk i hva spilleavhengighet er.
- Minimum 3 pårørende pr. gruppe.
- Kontinuerlig oppfølging av gruppene.
- Faste møtetider å møtested.
- Erklæring om taushet skal underskrives.
- Hver gruppe skal ha en protokoll, som det skal føres inn antall medlemmer og møter, Samt litt om gruppas funksjon.
- Tips om hvordan vi som pårørende kan hjelpe spilleren.
- Viktig å fokusere på at dette skal være trygge og tillitsfulle grupper.
- Deltakerne skal vite at de her kan få utløp for alle de vonde tankene som følger med, når du er en pårørende til en spiller.
- Deltakerne vil også få informasjon om hvor det er behandlingstilbud til spillere.

## **ORGANISASJONENS ØKONOMI.**

I 2003 gikk Øst Norsk Kompetanse senter på Sanderud sykehus inn med kr 50 000 til oppstart av PTS.

Vi jobber nå med å få statlige midler til og drive PTS, Det er viktig og huske at dette er et frivillig arbeid, men vi ønsker ikke at de som er gruppeledere skal ha utgifter på og drive en gruppe.

Det skal søkes om et fast beløp i året til hver enkelt gruppe. Det vil også søkes midler til å holde egne seminarer som kan heve kompetansen til gruppelederne og samt gjøre en erfaringsutveksling gruppene i mellom. Inn under denne potten skal det også være midler til at gruppelederne skal kunne delta på de seminarer som holdes av andre arrangører.

Hver enkelt gruppe står fritt til å søke midler fra sin egen kommune \ fylke. Vi har utarbeidet en søknadsmal som kan brukes til dette.

Det legges opp til at hver gruppe oppretter en egen konto som gruppeleder disponerer og fører regnskap over, styret vil være behjelpelig med å få dette i gang. Gruppelederne vil også bli pålagt å sende regnskap til styret slik at vi får alt inn under et felles regnskap en gang pr. år.

## **MOTTATTE MIDLER FOR 2003 \ 2004.**

Oslo kommune.	kr 20 000 (Øremerket)
Lyngen kommune	kr 10 000 (Etablering)
Alta kommune	kr 9 200 (Øremerket)
Steinkjer kommune	kr 10 000 (Øremerket)
Skjervøy kommune	kr 5 000 (Øremerket)
Nordreisa kommune	kr 1 000 (Øremerket)
Skoglunds Transport A\S	kr 1 000 (Øremerket Troms).

I tillegg til dette så har gruppeleder i Tromsø (Lyngen) og Steinkjer fått utbetalt reise penger til og kunne delta på ulike seminarer ang spilleavhengighet.



## HENVENDELSER FOR 2003

På grunn av et registreringssystem som fungerte dårlig så er det feil og mangler på disse tabellene.

Registrering av hvor de fikk vite om PTS 2003	
Media	75 stk
Hjelpelinja \ behandlere	54 stk
Internett \ mail \ opplysningen	33 stk
Div (venner og familie)	24 stk

Nedenfor er henvendelsene fordelt inn i fylker.

(Her er det 40 henvendelse som ikke har blitt registret inn under fylker).

Henvendelser fordelt på fylker.	
Akershus	10
Aust Agder	0
Buskerud	6
Finnmark	8
Hordaland	10
Hedmark	3
Møre og Romsdal	2
Nord-Trøndelag	0
Nordland	14
Oppland	3
Oslo	15
Rogaland	12
Sør-Trøndelag	5
Sogn og fjordane	0
Troms	25
Telemark	3
Vestfold	4
Vest-Agder	0
Østfold	26

Andre henvendelser	
Anonyme (helt)	103
Spillere	39
spørsmål	69

Henvendelsene på denne tabellen er ikke ført opp i fylker eller hvor de fikk vite om PTS Det fordi de har ønsket å være helt anonym, å andre har bare hatt ett spørsmål eller to. Spillerne er heller ikke ført opp i fylker pga da dette er for pårørende.

## **REKRUTTERING TIL GRUPPENE.**

Rekruttering er noe som det må jobbes med hele tiden, det fordi det tar tid før de pårørende våger og ta kontakt. Mange er usikker i starten om de vil begynne i en gruppe. Det vi ser er at når de først har begynt så er de veldig takknemlig for at vi utøvde litt press for å få de til å komme i gruppen.

Vi ser at da **den nasjonale hjelpelinjen** kom i gang så begynte vi og motta henvendelser mer jevnlig, noe som også gjør at vi kan bruke mer tid på de nye pårørende som tar kontakt

**Media** er definitivt den plassen vi har best rekruttering fra, men det er også gjerne stor pågang på telefonen etter et innslag i media, det gjør at vi ikke kan bruke den tiden vi ønsker på hver enkelt som tar kontakt.

Det er mye arbeid med å bruke media som rekrutterings kilde fordi vi hele tiden da må ha en form for nyhet som de ønsker og skrive om. Det er store forskjeller rundt i landet på hvor mye dekning vi får i media, vi ser at i Nord er det lettere enn i sør, årsaken til det er litt usikkert men vi tror det henger sammen med om man ønsker og stå frem eller ikke.

**Internet** er også en plass vi ser at det nå i de siste har begynt å ha god effekt, det er fordi vi er oppført på flere ulike hjemmesider. Vi vil i fremtiden bestrebe for og få vår egen hjemmeside hvor hver enkelt gruppe har sin egen link, dette fordi at de som da tar kontakt kan henvende seg til den gruppen som er nærmest der de bor.

**Institusjoner og behandlere** har også den siste tiden begynt å henvise de pårørende til oss. Vi ønsker å få laget et informasjonshefte om PTS som kan sendes ut til alle offentlige instanser og institusjoner.

Vi jobber også for at hver gruppe skal ha sin egen **kontakt telefon** i tillegg til den Nasjonale kontakt telefonen til PTS. Dette fordi vi ser at løsningen med å videre henvise de pårørende ikke er noen god løsning, vi har opplevd at i overkant av 30 pårørende er bitt borte underveis av videre henvisning.

Den første kontakten med de pårørende er kjempeviktig, de må få føle at de har møtt en som forstår hva dette dreier seg om. Det å ta kontakt i seg selv er vanskelig den første gangen, og vist de da ikke treffe på rette kontakt person har de lett for å trekke seg ut.

## **DE MEST VANNLIGE SPØRSMÅLENE FRA DE PÅRØRENDE SOM TAR KONTAKT ER:**

- Hvorfor oss?
- Hvorfor spiller han eller hun?
- Hva skal \ kan jeg gjøre?
- Hvorfor rasere vår økonomi?
- Hva har jeg \ vi gjort galt under oppveksten?
- Er det min skyld at han eller hun spiller?
- Finnes det hjelp å få?
- Hva gjorde dere?
- Hvordan kan jeg hjelpe?
- Finnes det hjelp for meg?
- Hva med fremtiden?
- Hva med barna, skal de få vite det?
- Hvordan skal vi klare det økonomiske?
- Er det vanlig å ha det sånn \ reagere sånn som jeg gjør?

Disse spørsmålene og mange flere er det de pårørende sitter med når de oppdager at det er en som er spilleavhengig i familien eller i vennekretsen.

## **TILBAKEMELDINGER FRA DE SOM ER AKTIV I GRUPPENE I DAG.**

Når de pårørende har gått i gruppen i en lengre periode leverer vi ut et evaluerings skjema slik at vi kan få en skriftlig tilbakemelding på hvordan de pårørende opplever gruppen. Nedenfor er det listet opp noen tilbakemeldinger vi har fått.

- Godt å ha noe konkret som de selv kan gjøre.(Tema).
- Hverdagen som en pårørende blir lettere.
- Syns møte tiden er for kort.( den er i dag på 2 timer)
- Lettere å forstå hva spilleavhengighet er.
- Føler seg ikke alene om problemet.
- Populært å få inn fagpersoner i gruppen.
- Sorg reaksjoner når møter blir avlyst.
- Godt å få snakket ut om all frustrasjon og sinne.
- Mye fortvilelse over at det er dårlig med behandlingstilbud.
- Føler at de blir forstått.

## **EVALUERING NR 1 FRA PTS OSLO**

(Gruppeleder Birgith Vedalh Ullnæss, Kontakt tlf: **982 07 561**)

Start 3. mars 2003.

Møtes hver mandag

Lokale: Blå Kors- Storgt. 38, Oslo – får låne gratis av Blå Kors et lite lokale med plass til toppen 9 personer

Medlemmer 9-10 personer – en kjerne på 5-6 som kommer hver gang og har vært med nesten hele tiden.

7 har menn/samboere/eksmenn som er avhengige av spilleautomater

Alder fra 30-midt i 50-årene

1 har sønn 32 år som er avhengig av spill på Internet

1 foreldre par (skilte) som har en sønn på 19 som er avhengig av automater

Medlemmene har stort sett vært rekruttert gjennom at de har ringt PTS etter å ha sett på Internet eller de siste gjennom å ha fått oppgitt mitt nummer på hjelpelinjen.

Grappa har hele tiden vært enige om at dette skal være en selvhjelpsgruppe hvor vi kan treffes og prate om erfaringer, minske følelsen av ensomhet, gi hverandre råd og støtte, dele opplevelser, bli hørt og forstått av andre i samme situasjon.

Det har stort sett kommet en ny til hvert møte, slik at det har til nå gått med en del tid til presentasjoner etc.

Temaer under møtene har vært følelser overfor ”vår spilleavhengige” Hva deres avhengighet har gjort med livene våre. Kan vi noen gang føle tillit igjen? Hva kan vi gjøre for å støtte og hjelpe – hvor går våre grenser, skam, skyld etc.

Et hovedtema har også vært økonomi – hva gjør vi i forhold til dette.

Det er kommet opp en del juridiske spørsmål og gruppeansvarlig har tatt kontakt med en advokat som er villig til å besøke gruppen og komme med gode råd.

Psykolog har vært invitert på et møte hvor gruppen snakket om følelser.

De fleste medlemmene i gruppen er enige om at vi nå må få stabilitet i gruppen – ikke ta inn flere nye..

Deltakerne i gruppen opplever at det er godt å komme i gruppen og få snakke om problemene med noen som forstår uten at de er direkte innblandet i ens egne problemer. I tillegg til de som går i grappa har undertegnede etter at tlf nummeret mitt kom på Internet og blir oppgitt av Hjelpelinjen hatt flere telefoner fra pårørende i Østlandsområdet.

Samtalene har stort sett gått på at de som ringer har fått snakket om sine problemer og undertegnede har henvist til de få hjelpeinstanser som er. De har alle gitt uttrykk for at det har vært godt bare å kunne få snakke om sine problemer.

## **EVALUERING NR 2 FRA PTS OSLO**

Start etter sommerferien 26. august 2003.

Møtes hver mandag

Lokale: Blå Kors- Storgt. 38, Oslo

På de første 2 møtene møtte 4 av de deltagerne som hadde møtt før sommeren.

2 ga beskjed om at de ikke kom til å møte;

Begrunnelse;

Den ene som hadde en mann som hadde vært avhengig av automater fortalte at han var blitt spillefri og hun hadde på nåværende tidspunkt ikke behov for gruppa.

Den andre som hadde en voksen sønn som er avhengig av både automater og internettspill bor et stykke unna. Hun sa at det var såpass mange andre problemer også så hun orket ikke lenger å reise inn til gruppa.

Begge fikk beskjed om at de når som helst kunne ta kontakt med undertegnede.

En annen av deltagerne ga beskjed om at hun hadde flyttet fra mannen sin – hun er nå medio nov. begynt i gruppa igjen.

Jeg har utover høsten fått 5 nye gruppedeltagere.

Gruppa består pr dags dato av 8 personer alle kvinner.

1 har en far som er spilleavhengig de andre har ektemenn/samboere.

Vi har møte en gang i uken.

Rekrutteringen har vært den samme som før, via PTS – prosjektleder, hjelpelinjen, Blå Kors eller Nettsiden til NFP.

I tillegg til de som nå går i gruppen har jeg hatt 5 telefonhenvendelser – det går mest på erfaringsutveksling i forhold til det å leve sammen med en spilleavhengig – i 1 tilfelle var det en mor som hadde en sønn som var ganske langt nede og truet med selvmord. Da hun var fra Østfold satte jeg henne i kontakt med gruppeleder der som selv har en sønn som er spilleavhengig og kjenner til behandlingsmuligheter der.

Gruppa har hele tiden vært enige om at dette skal være en selvhjelpsgruppe hvor vi kan treffes og prate om erfaringer, minske følelsen av ensomhet, gi hverandre råd og støtte, dele opplevelser, bli hørt og forstått av andre i samme situasjon.

Temaer under møtene har vært følelser overfor ”vår spilleavhengige” Hva deres avhengighet har gjort med livene våre. Kan vi noen gang føle tillit igjen? Hva kan vi gjøre for å støtte og hjelpe – hvor går våre grenser, skam, skyld etc.

Deltakerne i gruppen opplever at det er godt å komme i gruppen og få snakke om problemene med noen som forstår uten at de er direkte innblandet i ens egne problemer.

Vi har hatt besøk av en tidligere spilleavhengig som kunne si mye om samspillet mellom partene i et slikt forhold. 4 av gruppens medlemmer har også vært på et åpent GA-møte.

Vi har også hatt besøk av prosjektleder i PTS, noe gruppa satte pris på, da de fleste har vært i kontakt med henne.

Flere i gruppa opplever at det å ha møtene samtidig som GA har sine møter gir gevinster i form av at ektefellene kan reise sammen til møtene, man får gode samtaler i bilen da begge er ”gira” på temaet.

## **EVALUERING NR 1 PTS TROMS.**( 01.02.03 – 25.05.03)

(Gruppeledere Lill-Tove Bergmo og Turid Boholm. Kontakt tlf: **952 30 375**)

Oppstart den 01.02.03

Det har vært 8 møter i dette tidsrommet, på 3 av disse har vi invitert spillerne med.

Antall medlemmer totalt i hele perioden 8 stk.

2 er sluttet, dette fordi spilleren ikke viste interesse for å slutte å spille, de følte da at de ikke kunne bidra med noe, de valgte derfor å avbryte kontakten med spilleren. De gikk i gruppen 1-2 ganger etter at kontakten med spilleren var brutt.

Gruppen består av:

Et ektepar som har en sønn som spiller på automat.

Tre damer som har en samboer som spiller på automat. (en har sluttet i gruppa)

En 17 års gammel jente som har en stefar som spiller

En dame som har en venninne som spiller. (har sluttet i gruppa)

Gjennomsnittsalderen i gruppa er på 33 år.

I denne perioden har gruppa møttes hver 14 dag, i hovedsak på lørdager.

Da Troms er spredt har vi valgt å ha møteplass på tre forskjellige steder, Tromsø, Lyngen og Balsfjord.

Møtene er to delt, dette fordi det her i nord er lite mulighet for behandling.

Del 1 (1 time), går til å lage forskjellige mål og tiltak som de pårørende prøver ut i samarbeid med spilleren, vi evaluerer også tiltakene ved hver samling.

Denne delen har vist seg å være veldig fruktbar og fungerer godt. Med det menes det at spilleren klarer å la være å spille.

Del 2 (1 time), går til å snakke om hvordan vi har det, det er mange vonde følelser som kommer opp. Føler seg som dårlig partner, mor, venn etc, etc.

### **FELLESMØTER MED SPILLERNE**

På disse møtene har vi i hovedsak snakket om tiltak og mål.

Vi har også hatt diskusjon om hvordan vi behandler hverandre, og hva vi kan gjøre for at hverdagen skal bli enklere for begge parter.

Tillit og kommunikasjon er også sentrale elementer under disse møtene, det blir utvekslet erfaringer på hvordan vi skal kunne stole på hverandre igjen, hva den enkelte bør gjøre for å kunne skape tillit eller få tillit.

Det blir også lagt stor vekt på viktigheten med å snakke åpent ut om det som er vondt å vanskelig i den situasjonen de er i.

## TEMA SOM HAR VÆRT AKTUELLE ER:

1. Lage mål og tiltak ut i fra 8 forskjellige punkt, alt etter hva som passer den enkelte.

1.1. Økonomistyring.

1.2. Konfrontasjon med spiller.

1.3. Ultimasjon, si at du forstår at dette er et problem, men du kan ikke godta det.

1.4. Fortell konsekvensene med å spille.

1.5. Fortell at du ønsker å støtte opp men ha klare grenser

1.6. Søke om profesjonell hjelp.

1.7. Om spiller ikke innrømmer, innformer nærmiljøet.

1.8. Lag avtaler. ( med spiller eller andre i gruppa)

Disse punktene har gruppa vært med og utarbeidet ut fra de erfaringene som er blitt gjort. Hvert enkelt punkt kan ha mange underpunkter.

Ut i fra disse har gruppa i samarbeid laget forskjellige konkrete tiltak til hverandre, alle har et felles overordnet mål som er at spiller skal slutte å spille.

2. Foredrag om spilleavhengighet.

3. vold.

4. Kommunikasjon – Tillit.

5. Kontrollert spill.

Ved diverse lange avbrekk i gruppa for eksempel påske og sommer ferie lages det egne avtaler med hverandre i gruppa eventuelt med spilleren.

Disse avtalene er i hovedsak ringe avtaler.

Pr dags dato er det 5 spillere som er involvert i denne gruppa tre av disse har klart å holde seg spille fri etter at de pårørende begynte i gruppa.

En spiller har klart å redusere til det minimale, men han har heller ingen pårørende som er med i gruppa.

Den siste har hatt kun en sprekk etter den pårørende begynte i gruppa.

Disse spillerne har også dannet en gruppe og møtes hver 14 dag, og en gang pr mnd sammen med pårørende gruppa.

Det har vært invitert journalist i fra Nordlys inn i gruppa, dette for å rekruttere flere pårørende.



## **EVALUERING NR 2 PTS TROMS.** ( I tiden 25.05.03. - 31.12-03)

Dette blir en oppdatering av forrige evaluering, derfor bør disse to leses i en sammenheng.

Siden forrige evaluering har det vært totalt 11 samlinger i PTS Troms.

8. ordinære samlinger

1. fellesmøte med spilleavhengig gruppa.
2. samlinger for de som ble involvert i en til dels grov voldssak som gikk til retten, samlingene gikk til og bearbeidet de opplevelsene mange av gruppas medlemmer ble utsatt for.

I dag er det totalt 15 pårørende som er involvert i gruppa, de møter regelmessig opp på samlingene.

I perioder har vi ukentlige møter, men vil på sikt legge opp til hver 14 dag. Pr i dag ringes alle opp dagen før møtet, men etter jul vil dette ta slutt, det fordi vi da ser muligheten til å la flere komme til, dette fordi ikke alle vil møter hver gang det er samling når de ikke lenger blir opp ringt.

Det har blitt vurdert å dele gruppa i to, men vi ser at det lett kan skje at den ene gruppa faller fra dersom det blir gjort.

Gruppen består i dag av pårørende til:

- Ektefeller
- Samboere
- Barn
- Venner

I tillegg kjøres det ringeavtaler med 2 arbeidsgivere som har ansatte involvert i gruppa.

Samlingen er fortsatt 2- delte, hvor den ene delen er til å lage arbeidsmål til den enkelte pårørende, det er de selv som bestemmer hvordan de vil ha det.

Den andre delen går til å snakke om hvordan vi har det på både godt og vondt.

Da vi i hele høst har opplevd å få nye til gruppa ved nesten hver samling, har det blitt brukt mye tid på å bli kjent og trygg i gruppa.

De er i gang med arbeidsmål, men det er for tidlig og si hvordan dette fungerer.

Fra forrige evaluering hadde flere slike arbeidsmål, disse er godt fornøyd, de utaler at dette har vært viktig og nyttig å gjøre.

#### TEMA:

Det er fremdeles de samme temaene som fra forrige evaluering som blir brukt til å lage konkrete arbeidsmål.

I perioden fra juni til august var det ingen samlinger, de pårørende hadde da i forkant laget avtaler med hverandre og den som spiller om hvordan de skulle håndtere problemet. Det ble også laget ringeavtaler med hverandre.

Vi ser at de pårørende som går i gruppe faktisk klarer å hjelpe den som spiller med å holde seg spillefri, vi har kun hatt en pårørende som har måtte oppleve at spilleren har hatt en sprekk.

Dette tar vi som et signal på at det er viktig at vi har noe konkret å jobbe med i gruppene.

#### FELLESMØTER MED SPILLEAVHENGIG GRUPPA:

Fra erfaringen første halv året med felles samlinger ser vi at dette er noe vi vil fortsette med.

I mange tilfeller kan den som spiller føle seg til side satt med at den pårørende går i gruppe, vi ser det derfor som helt nødvendig at de som spiller for være med og se hva vi gjør på samlingene.

Det er også slik at den gruppa til de spilleavhengige kom i gang, dette er meget positivt for begge gruppene, for da klarer man å få vekk det at en føler seg utenfor.

Pga ulike problemstillinger har vi hatt kun et fellesmøte, det gikk mest til å informere om hva vi gjør i de ulike gruppene og til presentasjon.

Vi vil også på disse møtene diskutere de ulike arbeidsmålene som er satt i gang, dette for at spilleren også skal kunne føle at han eller hun er med og bestemme hvordan dette skal fungere i praksis.

I begge gruppene opplever vi at der er pårørende som ikke har med spilleren og spillere som ikke har pårørende, vi har ikke satt noe krav for at de ikke kan delta på fellesmøtene. Det eneste kravet som er satt er at de må være med i en av gruppene.

Vi har også med jevne mellomrom pårørende og spillere fra andre deler av landsdelen med i gruppa, disse er gjerne bare med en gang eller to pga avstanden. Når dette skjer legger vi opp til fellesmøte av den grunn at begge kan være med på et møte.

Troms gruppa tar inn pårørende fra hele landsdelen og vi har ofte besøk fra de to andre fylkene. Dette kan virke stressende utenfra, men de pårørende som går fast i gruppa er positive til det.

Vi planlegger fra etter jul å lage en fast plan på fellesmøter, dette fordi vi under disse møtene også tar sikte på å invitere ulike fagpersoner. Da begge gruppene har ønske om det.

Vi ser at det er kjempe viktig at disse to gruppene jobber tett sammen, samtidig som om at vi holder en viss avstand.

#### REKRUTTERING:

Vi har i høst opplevd en enorm pågang til begge gruppene, vi tror det henger sammen med at det i høst ble opprette et behandlingstilbud på rustiltakene i Troms for spilleavhengige, mange av de nye er rekruttert derfra.

Vi har også mange henvendelse som har først vært i kontakt med den nasjonale hjelpelinjen for spilleavhengige.

Det har også det siste året vært mye media dekning om problemet.

Det som forundrer oss er at vi har også mange som tar kontakt som nylig har oppdaget at de har dette problemet i familien.

Vi konkluderer det med at de har lettere for å ta kontakt nå enn for kanskje et år siden da det enda ikke var så opplyst her i Troms om problemet som det i dag.

#### GJESTER TIL GRUPPA:

- Trude Boldermo, ansvarlig for behandlingsgruppa i Troms.
- Finn Gyllstrøm, spesial konsulent innen spilleavhengighet på Øst Norsk kompetansesenter.
- Jan Egil Vold, barnepsykolog ved Bup Levanger.
- Ektepar fra Svolvær.
- Tiltentk gruppeansvarlige i Steinkjer PTS,( dette for å få et innblikk i hvordan en gruppe kan fungere).

#### HELHETS VURDERING:

Som en helhetsvurdering fra oppstart i starten av februar og frem til nå ser vi at det er et økende behov for at slike grupper finnes i Troms.

De pårørende uttrykker ofte at de er takknemlig for at et slikt tilbud eksisterer, det letter deres hverdag som pårørende og i noen tilfeller sies det at de ikke hadde klart seg gjennom den tøffe hverdagen uten å ha gruppa å støtte seg til.

De få gangen vi har måtte avlyse samlinger så har vi ved noen tilfeller opplevd en form for sorg reaksjon, dette går veldig inn på oss som er gruppeansvarlige, men det sier også noe om hvor viktig det er at dette tilbudet fortsetter.

Vi erfarer hele tiden nye måter å håndtere problemstillingene på, vi er godt fornøyd med gruppa å vi ser veldig frem til fortsettelsen.

Vi er begge pårørende og har derfor en viss forutsetning til å være grupperansvarlige.

Vi ønsker ikke i disse evalueringene å utdype for mye om hva som skjer i gruppene, dette er fordi vi ikke ønsker at de pårørende skal kunne kjenne seg igjen i en evaluering. Dette med taushet er viktig for de som går i gruppene, det ligger mye skam og vonde følelser bak den enkelte pårørende.

**EVALUERING PTS ØSTFOLD.**(Ikke oppstart etter jul)  
( Mangler gruppeleder, kontakt tlf: **952 30 375**)

PTS Østfoldgruppen hadde sitt første møte 19.5.2003. PTS Østfold består av 10 pårørende. Rekrutteringen har skjedd via PTS, Internet og hjelpelinjen. Østfoldgruppen har tilhold i Frivillighetssentralens lokaler Farmannsgt. 13B, Fredrikstad og møtes hver annenhver mandag.

Østfoldgruppen har avholdt 2 møter hvor temaer som: Stå frem for familie og venner og fortelle om situasjonen en er i. Fortelle familie og venner om hvordan det å leve med en spilleavhengig. Hvordan det påvirker en både psykisk og økonomisk. Følelsen av mislykkethet som foreldre, ektefelle eller kjæreste. Hvordan støtte spilleren til å komme ut av avhengigheten? Positiv fokusering i gruppa. Målsetning: etter endt møte skal alle gå ut med styrket optimisme.

Spilleautomatene på sykehuset i Fredrikstad og Moss har blitt fjernet takket være Østfoldgruppen.

Tema som tas opp i gruppene vil avhenge av gruppesammensetning. Tema(er) som skal tas opp på neste møte blir satt opp av gruppemedlemmene.

## **EVALUERING PTS BERGEN.**

(Gruppeleder Wenche Linda Kalnes, Kontakt tlf: **986 39 438**)

Pårørendegruppen i Bergen ble startet opp høsten 2003. Vi er i etableringsfasen, men er kommet godt i gang. Det første møtet ble avholdt den 18.august 2003.

Vi består i dag av en gruppe pårørende som møtes hver 3.uke, onsdager fra kl. 18.30 til kl. 19.30. Vi holder til i lokalene til Norsk Folkehjelp i Kong Oskarsgate 54 i Bergen.

Faglig veileder for gruppen er Finn Gyllstrøm ved Øst Norsk Kompetansesenter på Sanderud sykehus.

På gruppemøtene har vi brukt god tid til å bli kjent og bli trygge på hverandre. Vi har pratet mye om det som har vært tøft og vanskelig å takle for oss som pårørende.

Vi har gruppemedlemmer som er i "sjokkfasen" og trenger tid til å bearbeide alle de ubehagelige opplevelsene og problemene som følger med, når en nettopp har oppdaget at en som står en nær er spilleavhengig.

Andre trenger noen å prate med for og kommer gjennom hverdagen, når det begynner å tære på kreftene å være en pårørende til noen som har hatt spilleavhengighet lenge.

På møtene deler vi informasjonen vedrørende PTS og "siste nytt" fra prosjektleder Lill-Tove Bergmo. Vi diskuterer det vi leser i aviser og har sett på tv angående spilleavhengighet.

Nå prioriterer vi å skaffe PTS Bergen PR gjennom lokalpressen og ellers ved hjelp av plakatoppsetting på kjøpesentre og lignende.

## **EVALUERING PTS NORDREISA**

(Gruppeleder Lill-Tove Bergmo, kontakt tlf **952 30 375**)

OPPSTART DEN 05.11.03

(Evaluering i tiden 05.11 til 31.12-03)

Det har vært 3 møter siden oppstart.

Antall medlemmer pr i dag er 5.

Gjennomsnittsalderen er 30 år.

Gruppen består av pårørende til foreldre og ektefeller.

Siden oppstart har det vært samling hver uke. Vi holder hus på et dagsenter i Nordreisa, etter jul vil denne gruppa sjonglere mellom tre kommuner, da det er tre kommuner representert i denne gruppa.

Denne gruppa er fremdeles i en bli kjent fase, dvs at møtene omhandler hvordan vi har det, og hva de opplever i forhold til det å være med i en gruppe hvor de kan dele sine tanker og følelser med andre.

Tema som har vært diskutert er:

- Hvordan det oppleves å måtte ta ansvar for sine foreldre.
- Økonomi.
- Tillit.

Etter jul vil også denne gruppa gå i gang med konkrete arbeidsmål på lik linje med Tromsø gruppa. Dette er et ønske og et stort behov fra de pårørende.

Det kommer tydelig frem i gruppa etter så kort tid, at de føler enn viss hjelp og støtte med å ha dette tilbudet, det letter deres hverdag som en pårørende.

## **EVALUERING PTS STEINKJER.**

(Gruppeleder Hilde, Kontakt tlf **952 30 375**)

Støttegruppen i Midt-Norge er lagt til Steinkjer, geografisk dekker gruppen da både Sør-Trøndelag og Nord-Trøndelag.

Gruppen ble startet høsten-03 og hadde sitt første møte i november. Pr.1.februar hadde gruppen 6 pårørende, inklusiv gruppeleder.

Gruppen består av:

Gruppeleder, som er samboer med spiller

En dame hvis ektefelle er spiller

To døtre av overnevnte mann

En dame som har en sønn som spiller

En dame hvis samboer er spiller

Vi har så langt hatt kun et møte, men gruppeleder har vært på to hjemmebesøk til to av gruppene pårørende, dette mest pga. trygghetsfølelse og fordi det føles ubehagelig å møte andre.

Gruppen har som mål å ha et fast møte pr. mnd. , og ta evt. flere møter ved behov.

Vi har fra februar tilhold i lokalene til Innherredsprosjektet i Steinkjer, adr. Svein Jarls gate 16, 7713 Steinkjer.

Innherredsprosjektet er en møteplass med fokus på vegen videre, først og fremst med tanke på rusproblematikk og soning/rusbehandling, men vi har valgt å dra nytte av deres lokaler og også knytte bekjentskap med deres pårørendegrupper.

Rekrutteringen har så langt skjedd via PTS, men vi planlegger å gå ut å i de lokale aviser og fortelle om gruppen.

