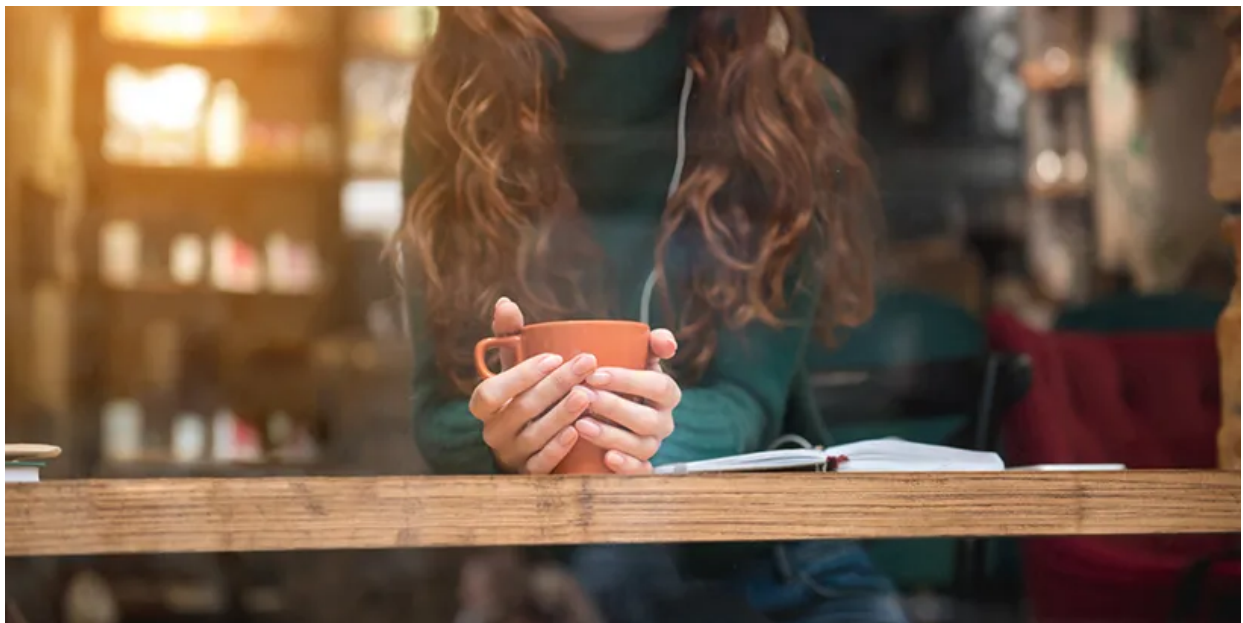


Ny podcastserie lansert

Denne gang handler det om spilleavhengighet i Pårørendepraten. Gjester i episodene er Britt Overby og Oddvar Tyssen.



– Spilleavhengighet er et stort folkehelseproblem, og det antas at mellom 0,6 og 3 prosent av befolkningen har et problematisk forhold til pengespill, sier Anne Kristine Bergem, fagrådgiver ved pårørendesenteret og ansvarlig for de to episodene som nå er spilt inn.

Spilleavhengighet er ikke bare pengespill og det berører også mennesker rundt. Tall viser at mellom 6 og 10 personer er direkte berørt av en persons spilleavhengighet.

– Spilleavhengighet skaper problemer, ikke bare for den avhengige, men for i hverdagslivet til familien når det gjelder økonomi, sosialt liv og helse, og avhengigheten er en belastning både følelsesmessig og relasjonelt. Pårørende kan blant annet kjenne på stor grad av ensomhet og de tar mye

ansvar. De opplever også liten støtte fra sin partner, sier Bergem.

Kunnskap gir hjelp

Manglende kunnskap og anerkjennelse av spilleavhengighet som en sykdom, øker opplevelsen av skam og ensomhet, og pårørende til spilleavhengige har økt risiko for egen helsesvikt som depresjon og utmattelsessymptomer.

“ **Det er mye skam knyttet til spilleavhengighet. Å snakke med likepersoner kan redusere skamfølelsen.**

└ Anne Kristine Bergem

– Pårørendesenteret mottar hvert år henvendelse fra pårørende til mennesker med spilleavhengighet. Skam, sinne, sorg, fortvilelse, gjeld, oppløste familierelasjoner og tillitsbrudd er temaer som går igjen. Ved å lage disse to podcast-episodene, ønsker vi å bidra både til økt kunnskap og mer åpenhet om tematikken.

Hjelp å få

Den første episoden har Oddvar Jordheim Tyssen som gjest. Han er psykolog ved poliklinikken til Blå Kors der det gis behandlingstilbud til mennesker med spillavhengighet.

– Når en i familien har en spilleavhengighet, påvirkes alle. I episoden forteller Oddvar om årsaker til at mennesker utvikler slike lidelser, hvilke utfordringer en slik avhengighetslidelse gir i livet og ikke minst om muligheten for å få hjelp og behandling for å komme seg ut av en vond situasjon. Det er hjelp å få, både for den som er syk og for de som er pårørende, sier Bergem.

Episoden kan du lytte til her: [Hva er spillavhengighet og hvordan får hjelp](#)

Hjelp fra likepersoner

Den andre episoden handler om likepersonsarbeid og har Britt Overby fra Spillavhengighet Norge som gjest.

– Svigersønnen til Britt utviklet spilleavhengighet i fødselspermisjon. To ganger. Det fikk Britt til å interessere seg for lidelsen og alt som skjer i en familie når noen blir avhengig. I episoden forteller hun både om dette og om hvilken hjelp som i dag gis fra blant annet Spillavhengighet Norge, sier Bergem.

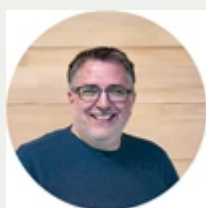
– Det er mye skam knyttet til spilleavhengighet. Å snakke med likepersoner kan redusere skamfølelsen. Dette får du høre mer om i podcasten der Britt også gir praktiske råd til par med felles økonomi og forteller hva som skjer hvis man pådrar seg gjeld.

Episoden kan du lytte til her: [Å få hjelp av andre](#)

Lytt

Podcast-episodene er produsert med støtte fra Lotteri- og stiftelsestilsynet. I tillegg til Pårørendesenterets Anne Kristen Bergem er også Oda Weider-Krog fra Moderne Media med som programleder.

Episodene finnes tilgjengelig på [Pårørendesenteret.no sin podcastplattform](#) og under navnet Pårørendepraten der du ellers hører på podcaster, feks [Spotify](#).



Tekst:

Vilhelm Viksøy

Journalist og mediaansvarlig