

# **HÄPEÄ ONGELMALLISESTI RAHAPELEJÄ PELAAVIEN KERTOMUKSISSA**

Minna Pihtilä  
Maisterintutkielma  
Sosiaalityö  
Kokkolan yliopistokeskus  
Chydenius  
Jyväskylän yliopisto  
Syksy 2023

# JYVÄSKYLÄN YLIOPISTO

Tiedekunta Humanistis-yhteiskuntatieteellinen	Laitos Kokkolan yliopistokeskus Chydenius
Tekijä Minna Pihtilä	
Työn nimi Häpeä ongelmallisesti rahapelejä pelaavien kertomuksissa	
Oppiaine Sosiaalityö	Työn tyyppi Maisterintutkielma
Aika Syksy 2023	Sivumäärä 67
Ohjaaja YTT yliopistonlehtori Laura Tiitinen ja YTT professori Aila-Leena Matthies	
<p>Suomen rahapelipolitiikasta on ollut julkista keskustelua ja kritiikkiä, koska valtion asema näyttäytyy siinä kaksijakoisena. Rahapelejä saa järjestää vain valtion omistama rahapeliyhtiö ja samanaikaisesti valtiolla on lakisääteinen velvollisuus toimia rahapeliongelmiin ehkäisijänä ja hoitajana. Tämä tekee ilmiöstä hyvin kiinnostavan ja merkityksellisen yhteiskunnalliselta kannalta. Tämän tutkimuksen tehtävänä oli tuottaa tietoa sosiaalityölle rahapeliongelmaan liittyvästä häpeäkokemuksesta ja sen merkityksestä ongelmapelaajan elämänsä aikana sekä avun hakemisen prosessissa. Tätä selvitettiin kysymällä minkälaisia merkityksiä häpeä saa ongelmapelaajien kertomuksissa ja miten ongelmapelaajan häpeä ilmenee avun hakemisen vaiheessa.</p> <p>Tutkimus pohjautui sosiaaliseen konstruktivismiin, jossa olennaista on se, miten sosiaalinen todellisuutemme rakentuu sosiaalisessa ja kielellisessä vuorovaikutuksessa. Keskeisinä käsitteinä olivat rahapelaaminen, rahapeliongelma, ongelmapelaaja ja häpeä. Rahapelaamista ja rahapeliongelmiä tarkasteltiin sosiaalityön näkökulmasta. Tutkimus toteutettiin narratiivisena tutkimuksena, jossa pyrkimyksenä oli ymmärtää tarinoiden kertojien, ongelmapelaajien, ainutlaatuista ja muuttuvaa näkökulmaa suhteessa häpeään. Tutkimusaineistona oli pelirajaton.fi -verkkosivustolla avoimesti saatavilla olevat ongelmapelaajien kirjoittamat tarinat tilanteestaan. Tutkimukseen valikoitui kahdeksan tarinaa, joita analysoitiin juonirakennanalyysin ja aktanttianalyysin keinoin.</p> <p>Tutkimustulokset osoittivat, että häpeällä on vaihtuvia rooleja ongelmapelaajan elämänsä aikana. Häpeällä voi olla iso merkitys sekä rahapeliongelman syynä, että seurauksena. Rahapelaaminen ja häpeä voivat aiheuttaa kehän, jossa ongelmapelaaminen lisää häpeää ja häpeä ongelmapelaamista. Tutkimuksen tuloksena syntyi kolme erilaista avunhakijatyyppiä: häpeän vaientamat, menneisyyden taakkaa kantavat ja läheisten tuesta hyötyvät. Sosiaalityössä voidaan tunnistaa nämä erilaiset rahapeliongelman avunhakijatyyppit, jotka voidaan ottaa huomioon kohtaamisessa. Häpeäkokemuksen vähentämiseksi on tärkeää, että ensimmäinen kohtaaminen onnistuu avun hakemisen prosessissa. Tulokset osoittivat häpeän vaikuttavan merkittävästi siihen, että ongelmapelaaja pyrkii salaamaan ongelman, eikä hae apua siihen. Rahapelaamisesta kysymisen tulisi olla vakiintunut käytäntö sosiaalityön eri osa-alueilla ja sosiaalityössä tulisi olla riittävästi tietoa sekä häpeän, että rahapeliongelman tunnistamiseksi. Tutkimuksen tuloksia voidaan hyödyntää yleisesti sosiaalityön asiakas kohtaamisissa ja erityisesti rahapeliongelmiä kohdattaessa.</p>	
Asiasanat rahapelaaminen, ongelmapelaaminen, häpeä, problem gambling, narratiivinen tutkimus	
Säilytyspaikka Jyväskylän yliopisto	
Muita tietoja	

## KUVIOT

Kuvio 1 Rahapeliongelmaa kuvaavat käsitteet ja rahapelaamisen yleisyys Suomessa .....	7
Kuvio 2 Häpeän ja rahapeliongelman kehä .....	11
Kuvio 3 Aineistonhallinta ja tietosuoja .....	27
Kuvio 4 Aktanttimalli .....	30
Kuvio 5 Aktanttianalyysi tarinan alusta (T7).....	31
Kuvio 6 Aktanttianalyysi tarinan keskikohdasta (T7).....	32
Kuvio 7 Aktanttianalyysi tarinan lopusta (T7) .....	32

## TAULUKOT

Taulukko 1 Aktanttianalyysi häpeästä irtautumisesta (T7).....	33
Taulukko 2 Aktanttianalyysi avun hakemisesta (T4) .....	34
Taulukko 3 Aktanttianalyysi avun hakemisesta (T3) .....	34
Taulukko 4 Aktanttianalyysi avun hakemisesta (T8) .....	34

# SISÄLLYS

1	JOHDANTO .....	1
2	HÄPEÄ JA RAHAPELAAMINEN ONGELMANA .....	5
2.1	Rahapelaaminen ja rahapeliongelma .....	5
2.2	Häpeä .....	8
2.3	Sosiaalityön tuki ja ongelmapelaajan kohtaaminen.....	12
2.4	Aiempi tutkimus aiheesta .....	17
3	NARRATIIVISUUS TUTKIMUKSESSA .....	21
3.1	Narratiivinen tutkimusote ja merkitysten tutkiminen .....	21
3.2	Tarinat tutkimuksessa .....	23
4	TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN .....	24
4.1	Tutkimustehtävä ja tutkimuskysymys.....	24
4.2	Aineisto ja tutkimusetiikka .....	26
4.3	Analysointi .....	29
5	HÄPEÄN MERKITYS ONGELMAPELAAJAN ELÄMÄNKULUSSA .....	36
5.1	Häpeäjuonet.....	36
5.2	Häpeän roolit tarinan eri vaiheissa .....	39
5.3	Häpeää lisäävät ja vähentävät tekijät.....	41
6	AVUNHAKIJOIDEN TYYPPITARINAT.....	46
6.1	Häpeän vaientamat.....	46
6.2	Menneisyyden taakkaa kantavat .....	48
6.3	Läheisten tuesta hyötyvät .....	49
7	YHTEENVETO, JOHTOPÄÄTÖKSET JA TUTKIMUKSEN ANTI SOSIAALITYÖLLE .....	52
7.1	Yhteenveto ja johtopäätökset.....	52
7.2	Tutkimuksen anti sosiaalityölle .....	56
7.3	Pohdinta .....	59
	LÄHTEET .....	61

# 1 JOHDANTO

Rahapelipolitiikkaa ohjaavat keskenään ristiriitaiset intressit. Rahapelistä saatavat hyödyt yhteiskunnalle näkyvät valtion tuloina sekä järjestöjen ja muiden rahapelivoitovarojen saajien rahoituksena. Haittoina nähdään pelaamisen aiheuttamat sosiaaliset, terveydelliset ja taloudelliset haitat sekä rahapelitoimintaan liittyvä rikollisuus. (Murto ja Mustalampi 2015, 17.) Tutkimusten mukaan henkilöt, joilla on rahapeliongelma tuovat merkittävän osan rahapelaamisen tuotoista (Salonen, Lind, Hagfors, Castrén ja Kontto 2020, 7). Suomen rahapelipolitiikasta onkin ollut julkista keskustelua ja kritiikkiä, koska valtion asemaa sekä ”ongelmien tuottajana”, että ehkäisijänä ja hoitajana pidetään erikoisena yhtälönä. Tämä tekee ilmiöstä hyvin kiinnostavan ja merkityksellisen yhteiskunnalliselta kannalta.

Tässä tutkimuksessa tarkastelen rahapeliongelmaan liittyvää häpeän kokemusta. Olen kiinnostunut siitä, millä tavalla ja mitä ongelmallisesti rahapelejä pelaava puhuu itsestään ja tunteistaan pelaamisen suhteen ja miten häpeä näyttäytyy osana kertomusta. Tutkimuksessa kysyn minkälaisen merkityksen häpeä saa ongelmapelaajien kertomuksissa ja miten ongelmapelaajan häpeä ilmenee avun hakemisen vaiheessa. Tutkielmani ydinkäsitteinä ovat *rahapelaaminen*, *rahapeliongelma*, *ongelmapelaaja* ja *häpeä*. Tarkastelen rahapelaamista ja rahapeliongelmia sosiaalityön näkökulmasta *psykososiaalisina ongelmina*, joissa häpeän merkitys nousee suureksi. Käytän tutkielmassani ongelmapelaajan käsitettä siitä syystä, että se on yleisesti käytössä suomalaisessa alan tutkimuksissa, enkä löydä muuta vastaavaa suomenkielistä käsitettä englannin sanalle *problem gambler*. Sekä Terveystieteiden ja hyvinvoinnin laitoksen tutkimuksissa, että yhteiskuntatieteilijöiden ja sosiologian tutkimuksissa (mm. Itäpuisto 2012; 2019 ja Heiskanen 2017) käytetään ongelmapelaajan käsitettä. Tiedostan samanaikaisesti käsitteen stigmatisoivan luonteen, enkä suosittelen sitä käytettävän asiakastyössä. Ongelmapelaajalla tarkoitan henkilöä, jolle rahapelaaminen aiheuttaa jonkinasteisia haittoja.

Rahapelaaminen on vastikkeellista pelaamista, jossa pelin voitto tai tappio on rahaa tai rahanarvoinen (Alho ja Castrén 2022, 13). Rahapeliongelma on yläkäsite puhuttaessa riskipelaamisesta, ongelmapelaamisesta ja rahapeliriippuvuudesta. Tutkimukseni kuvaa ongelmapelaajan häpeän tunteita ja tuo esille sen millä tavalla ne vaikuttavat pelaajan näkemykseen itsestään suhteessa pelaamiseen sekä muihin ihmisiin. Ongelmapelaajan kokemusten ja tunnetilojen tiedostaminen auttavat ammattilaisia häpeää kokevien asiakkaiden kohtaamisessa.

Psykososiaalisen työn lähtökohdiksi määritellään Kyösti Raunion (2010, 178) mukaan yksilön ja sosiaalisen ympäristön vuorovaikutus. Siinä vaaditaan asiantunteudesta liittyen asiakkaan ongelmiin ja niiden ratkaisemiseen vuorovaikutuksessa hänen kanssaan. Psykososiaalisen työn kohteena on ihmiset, joiden elämässä on paljon vaikeuksia ja ongelmat ovat vaativia, joten työntekijän tulee tuntee erilaisia vuorovaikutukseen perustuvia auttamistyön menetelmiä. Psykososiaalinen työ paikantuu korjaavaan työhön ja siihen voidaan nähdä liittyvän myös terapeutin ulottuvuus työotteena, joka pyrkii ymmärtämään asiakkaan tarpeita. (Emt. 178–179.) Riitta Granfelt ja Hanna Kiuru (2023, 163) määrittelevätkin psykososiaalisuuden osaksi sosiaalityön perusolemusta.

Suvi Ronkaisen (1999, 136–137) mukaan haavoittavassa häpeässä ihminen sisäistää alempiarvoisuutensa sekä huonommuutensa ja pitää vähempiarvoista asemaansa oikeutettuna. Häpeästä sanattomana ihminen toivoisi usein olevansa yksin tai jättäytyä kommunikaation ulkopuolelle vältellessään häpeän tunnetta. Häpeän erottaa syyllisyydestä teko: syyllinen on tehnyt jotain väärin ja häpeässä henkilö häpeää sitä mitä hän on suhteessa muihin (Ronkainen 1999, 141).

Häpeän kokemus on yleistä sosiaalityön asiakkuuksissa ja se näyttäytyy vahvasti yhteisenä tekijänä ongelmallisesti rahapelejä pelaavilla henkilöillä. Rahapeliongelmiin on viime aikoina kiinnitetty entistä enemmän huomiota ja esimerkiksi sosiaali- ja terveysministeriön vuonna 2021 julkaisema *Päihde- ja riippuvuusstrategia yhteiset suuntaaviivat vuoteen 2030* on osoitus siitä, että on tunnistettu tarve ohjata kokonaisvaltaisemmin erilaisiin päihde- ja riippuvuusongelmiin liittyviä riskejä, haittoja ja ongelmia. Kyseessä on ensimmäinen laajasti yhteen kokoava päihde- ja riippuvuusstrategia, joka kattaa koko väestöön kohdistuvat ennaltaehkäisevät toimet, haittojen vähentämisen sekä päihde- ja riippuvuusongelmien hoidon ja kuntoutuksen yksilötasolla. (Kotovirta, Markkula, Pajula, Paavola, Honkanen ja Tuominen 2021.) On kuitenkin tutkittu, että vain pieni osa rahapeliongelmiä kokeneista hakee apua. Tähän syynä on muun muassa häpeän kokemukset. Tämä tulisi huomioida myös pohdittaessa kustannuksia ja sitä, millaisia kustannuksia muodostuu, kun palveluihin hakeutumisessa on viivettä eikä apua ja tukea haeta ja saada silloin kun sille on tarve. (Heiskanen 2021, 475.) Näen äärimmäisen tärkeänä sen, että häpeästä puhutaan ja se nähdään olennai-

sena osana psykososiaalista kuntoutumisprosessia. Häpeä altistaa erilaisille mielenterveysongelmille, vihan hallinnan pulmille ja riippuvuuksille (Myllyviita 2020). Näin ollen rahapeliongelmissa puhuttaessa häpeä voi olla sekä syy, että seuraus ja sillä taivoin merkittävässä roolissa toipumisprosessissa.

Sosiaalityöntekijät ovat keskeisessä asemassa rahapeliongelmiin tunnistamisessa, sillä he kohtaavat ihmisiä, joilla saattaa olla yhtä aikaa monia ongelmia. Rahapeliongelma kätkeytyy usein muiden ongelmien, kuten taloudellisten vaikeuksien tai mielenterveys- ja päihdeongelmien taakse. Näin ollen tutkimus kytkeytyy osaltaan eri sosiaalityön kenttiin kuten taloussosiaalityöhön ja päihde- ja mielenterveysosiaalityöhön. Tärkeää on osata tunnistaa rahapeliongelma ja auttaa ongelmapelaajaa tilanteessaan sekä osata rakentaa yksilöllisesti sopiva palveluverkosto. Sosiaalityöntekijöiden ymmärrystä rahapeliongelmissa voidaan lisätä muun muassa tekemällä aiheeseen liittyvää tutkimusta. Sosiaalityön roolia rahapeliongelmiin ratkaisemisessa on tutkittu vasta vähän, mutta tiedetään, että rahapeliongelmillä on yhteys moniin sosiaalisiin ongelmiin, joita kohtaamme päivittäin sosiaalityössä. (Järvinen-Tassopoulos ja Kesänen 2021, 7.)

Tässä tutkimuksessa on tavoitteena tuottaa tietoa sosiaalityölle rahapeliongelmaan liittyvästä häpeäkokemuksesta ja sen merkityksestä ongelmapelaajan elämänselämyksessä sekä avunhakemisen prosessissa. Teen tutkimuksen narratiivisella eli kerronnallisella otteella. Muodostan, hankin ja välitän tietoa muille kertomusten avulla. Lyhyesti sanottuna kerronnallinen tutkimus tarkoittaa sellaista tutkimusta, joka kohdistaa huomionsa kertomuksiin ja kertomiseen tiedon välittäjänä ja rakentajana. (Heikkinen 2018, 170, 172.) Tutkimusaineistona on rahapelaajien kirjoittamat tarinat omista kokemuksistaan ongelmalliseen rahapelaamiseen liittyen. Aineistoa ei ole tuotettu tätä tutkimusta varten, vaan se on kerätty mediamateriaalina pelirajaton.fi -verkkosivustolta. Analysoin aineiston tiivistämällä sen ensin juonirakennanalyysin keinoin ja jatkan Greimasin aktanttianalyysia hyödyntäen, erittelemällä tarinoiden dynamiikkaa. Huomio kiinnittyy analyysissa siihen, miten kertoja tekstissään asemoi itseään ja omaa paikkaansa yhteisössä, sekä häpeän rooliin kertojan elämänvaiheissa (Puusa, Hänninen ja Mönkkönen 2020, 224–225).

Ajattelen tutkimuksessa tuotetun tiedon olevan sovellettavissa kaikkiin, etenkin riippuvuuksista aiheutuneisiin häpeäkokemuksiin ja niiden kohtaamisiin. Tutkimus on siten hyödynnettävissä sosiaalityön eri osa-alueilla ja tuottaa tietoa sekä ongelmapelaajille, että ammattilaisille, jotka kohtaavat heitä. Toivon tutkimuksen lisäävän ymmärrystä ilmiöstä ja antavan keinoja rahapeliongelmiin kanssa elävien asiakkaiden kohtaamiseen sekä häpeäkokemuksen huomioimiseen. Näin asiakasta voidaan tukea kokonaisvaltaisesti, huomioiden häpeän usein piilossa olevat merkitykset sekä tilanteen syynä, että seurauksena.

Aluksi, luvussa kaksi, taustoitan aihetta ja kerron keskeisimmistä käsitteistä ja niiden merkityksestä tässä tutkielmassa. Lisäksi kuvaan sosiaalityön roolia rahapeliongelmiin liittyen sekä luon katsauksen aiheesta tehtyyn aiempaan tutkimukseen. Luvussa kolme kerron narratiivisuudesta tutkimusmenetelmänä ja luvussa neljä syvennyn tarkemmin tutkimuksen toteuttamiseen kuvaamalla tutkimustehtävän, aineiston ja analysoinnin, sekä tutkimuksen eettiset kysymykset. Tutkimustulokset esittelen luvuissa viisi ja kuusi. Luvun seitsemän johtopäätöksissä luon katsauksen tutkimuksen keskeisimpiin tuloksiin aiemman tutkimuksen rinnalla. Sen jälkeen esittelen tämän tutkimuksen antia sosiaalityölle ja lopuksi pohdinnassa luon katseen tutkimusprosessin kulkuun.



## 2 HÄPEÄ JA RAHAPELAAMINEN ONGELMANA

Tutkimuksessa rahapeliongelmaa käsitellään siihen liittyvän häpeän näkökulmasta. Tämän luvun aluksi syvennyn rahapelaamiseen liittyviin keskeisiin käsitteisiin ja sen yleisyyteen. Seuraavaksi kerron häpeästä teoreettisena viitekehyksenä ja sen jälkeen käsitellään rahapeliongelmaa psykososiaalisena ongelmana sosiaalityön auttamisen kontekstissa. Lopuksi tarkastelen aiempaa tutkimusta aiheeseen liittyen ja paikannan tämän tutkimuksen siihen.

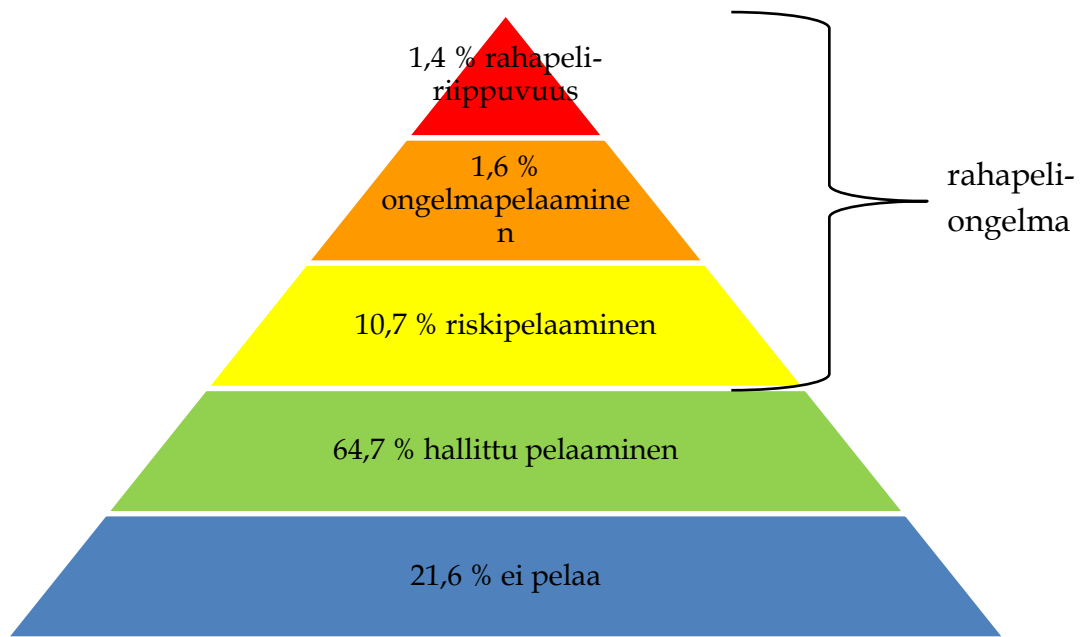
### 2.1 Rahapelaaminen ja rahapeliongelma

*Rahapelaamisen* virallinen määritelmä tulee arpajaislaista (1047/2001), jossa määritellään arpajaisten olevan vastikkeellista osallistumista toimintaan, josta voi voittaa kokonaan tai osittain sattumaan perustuvan rahanarvoisen voiton. Rahapelit luokitellaan siis Suomen lainsäädännössä arpajaisiksi, joista pelaaja voi voittaa rahaa. Valtio säätelee rahapelaamista Suomessa niin, että vain valtion omistamalla Veikkauksella on oikeus tarjota rahapelejä. Internetissä tarjolla olevat ulkomaisten pelintarjoajien pelit eivät kuitenkaan ole laissa kiellettyjä. Pekka Lundin (2010, 15) mukaan rahapelaaminen kuvastaa nyky-yhteiskuntaa, jossa yhdistyvät yksilön vapaus ja vapaa-aika, rahallisen voiton tavoittelu ja oma etu sekä lyhytjänteisyys ja nopean palkkion metsästäminen. Lisäksi hän mainitsee rahapelaamisen kuvauksessaan perinteiden jäämisen ja viihdekulttuurin kasvun sekä teknologian voimakkaan lisääntymisen ja tulemisen ihmisten arkeen.

*Rahapeliongelman* määrittelemisen on vaikeaa. Lund (2010, 31–32) pitää lähtökohdana sitä, että se liittyy hallitsemattomaan pelaamiseen. Pelaaminen on ongelmallista, jos pelaaja ei pysty rajoittamaan pelaamistaan, vaan se muuttuu pakonomaiseksi ja hallitsemattomaksi. Hannu Alhon ja Tuuli Lahden (2015, 10) mukaan rahapelion-

gelmasta voidaan puhua, kun tarkoitetaan haittoja, joita henkilö, yhteisö tai yhteiskunta kokee rahapelaamisen takia. Noin kolmella prosentilla suomalaisista on rahapeliongelma ja se on Suomessa yleisempää miehillä kuin naisilla (Salonen, Hagfors, Lind ja Kontto 2020, 1). Filipa Calado ja Mark D. Griffiths (2016) ovat tehneet systemaattisen kirjallisuuskatsauksen ongelmapelaamisesta maailmanlaajuisesti vuosilta 2000–2015. Tutkimuksessa on tiedostettu sama käsitteen määrittelyn haaste. Lisäksi tutkimusten tiedonkeruun tavoissa ja mittareissa oli vaihtelua ja joidenkin tutkimusten luotettavuuteen on suhtauduttava kriittisesti. Katsauksessa hyödynnettiin 69:ää aikuisten rahapelien esiintyvyyttä koskevaa tutkimusta. Tutkimukset osoittivat, että maailmanlaajuisesti ongelmapelaajien määrässä on laajaa vaihtelua eri maissa (0,7–6,5 %). Tutkimuksen aikajanan viimeisimmän vuoden vaihteluväli maailmanlaajuisesti oli 0,12–5,8 prosenttia. Euroopassa tämän aikajakson vaihteluväli oli 0,12–3,4 prosenttia. Tutkimusten erilaiset metodologiset valinnat tekevät suoran vertailun vaikeaksi esiintyvyyksien suhteen, mutta tietyissä ominaisuuksissa oli yhteneväisyyksiä. Euroopan maita tarkastellessa rahapeliongelmia esiintyi todennäköisemmin miesten, naimattomien tai eronneiden, nuorten, heikomman koulutustason omaavien, etniseen vähemmistöön kuuluvien tai ulkomailla syntyneiden sekä työttömien ja pienituloisten keskuudessa. Melkein kaikki kansalliset tutkimukset ovat tulleet siihen tulokseen, että useimmat ihmiset ovat pelanneet jossain vaiheessa elämäänsä, ja pelaajia on enemmän kuin niitä, jotka eivät pelaa. Tämän vuoksi on tarpeellista tehdä säännöllisiä systemaattisia arvioita rahapelaamisesta ja ongelmapelaamisesta, jotta voidaan tarkastella rahapelimalleja eri maissa. (Emt. 608–610.)

Rahapeliongelmaa käytetään yläkäsitteenä, kun puhutaan riskipelaamisesta, ongelmapelaamisesta ja rahapeliriippuvuudesta (Kuvio 1). *Ongelmapelaaminen* on rahapeliriippuvuutta lievempi tila, jolla on kuitenkin useita haittavaikutuksia, kuten terveysongelmia ja talousvaikeuksia. *Riskipelaaminen* on ongelman lievin muoto, joka ei aiheuta merkittäviä haittoja, mutta saattaa johtaa ongelmapelaamiseen ja rahapeliriippuvuuteen. (Alho, Castrén, Männikkö ja Mustonen 2022, 15; Salonen, Hagfors ym. 2020, 1; Alho ja Lahti 2015, 11–12.) Tässä tutkielmassa tukeudutaan määrittelyyn rahapeliongelmasta yläkäsitteenä ja käytetään ongelmapelaamisen käsitettä edellä esitetyn mukaisesti.



Kuvio 1 Rahapeliongelmaa kuvaavat käsitteet ja rahapelaamisen yleisyys Suomessa <sup>1</sup>

Rahapeliongelmalle altistavia riskitekijöitä on tutkittu ja niitä on löydetty sekä aivoihin liittyvistä että psyykkisistä tekijöistä, sekä sosioekonomisista ja ympäristötekijöistä (Järvinen-Tassopoulos 2022, 67–68; Majuri 2022, 62; Palomäki, Castrén ja Salonen 2022, 64–65). Tässä tutkielmassa keskitytään jälkimmäisiin, jotka ovat sosiaalityöntekijän osaamisalaa ja joiden havaitsemiseen sosiaalityössä on enemmän osaamista ja mahdollisuuksia. Johanna Järvinen-Tassopoulos (2015; 2022) kuvaa sosiaalisen ympäristön merkittävää vaikutusta ensinnäkin rahapeleihin tutustumiseen sekä pelaamisen muuttumiseen liialliseksi. Heikolla sosioekonomisella asemalla on eri maissa tehdyissä tutkimuksissa osoitettu olevan yhteys rahapeliongelmiin kehittymiseen. Sosiaalisilla verkostoilla ja alueellisilla tekijöillä nähdään siis olevan vaikutusta rahapeliongelman kehittymiseen. Lapsi tai nuori voi jo omassa perheessään oppia pelaamaan rahapelejä, esimerkiksi katsoessaan vierestä vanhemman pelatessa kolikkopelejä tai lottopelejä tai vanhemman ostaessa lapselle raaputusarpoja lahjaksi. Myös lapsen ja nuoren kaveripiiri vaikuttaa rahapeleistä kiinnostumiseen. Internetissä alaikäisetkin pääsevät pelisivustoille, joissa voi pelata rahapelejä. Sosiaalinen paine voi olla kova ja erityisen alttiita ovat nuoret, joilla on riski sille, että rahapelaaminen muuttuu ongelmalliseksi. Myös sosiaalisten verkostojen puuttuminen voi johtaa rahapelien pelaamiseen nuoren kokiessa rahapelien lievittävän yksinäisyyttä, tai matalaa mielialaa. Kolmas merkittävä tekijä on alueelliset tekijät, eli asuinalueen tarjoamat mahdollisuudet rahapelaamiseen ja

<sup>1</sup> Salonen, Hagfors ym. 2020, 1, 9–10; Alho ja Castrén 2022, 14; Alho, Castren, Männikkö ja Mustonen 2022, 15; Alho ja Lahti 2015, 12 mukaillen.

asukkaiden salliva suhtautuminen siihen. Tämä mahdollistaa myös ongelmien kasautumisen tietyille alueille. (Järvinen-Tassopoulos 2015, 63–64 ; 2022, 67.)

Suurin rahapeliongelmiille sosiaalisesti altistava tekijä on yleinen suhtautuminen rahapeleihin. Yhteiskunnalliset sallivat asenteet ja jatkuva markkinointi tekee peleihin tutustumisesta helppoa. Alaikäisiä suojataan pelaamiselta rahapelien yhtenäistetyn ikärajan turvin, mutta se ei tuo suojaa niille alaikäisille, joiden vanhemmat pelaavat ongelmallisesti tai jotka pelaavat itse kotona. Tutkimusten mukaan kielteisillä lapsuudenkokemuksilla, kuten kaltoinkohtelulla ja epäsuotuisalla kasvuympäristöllä on myös vaikutusta rahapeliongelmiin kehittymiseen myöhemmin. Vanhempien tai isovanhempien ongelmapelaaminen on merkittävä rahapeliriippuvuuden riskitekijä. Ongelmapelaaminen voi siis muuttua ylisukupolviseksi riskitekijäksi. (Järvinen-Tassopoulos 2015, 64 ; 2022, 67–68.)

Käytän rahapelaamisen käsitettä tässä tutkielmassa puhuttaessa vastikkeellisesta toiminnasta, jossa rahallisella panoksella pelaamalla on mahdollisuus voittaa rahaa. Uusimman kirjallisuuden mukaisesti rahapeliongelma puhuttaessa tarkoitan sellaista pelaamista, josta on yksilölle jonkintasoista haittaa. Kyse voi olla diagnosoidusta rahapeliriippuvuudesta, useita haittoja aiheuttavasta ongelmapelaamisesta tai riskitason pelaamisesta, johon liittyy yksittäisiä haittoja tai käyttäytymisen oireita. Seuraavaksi syvennyttään rahapeliongelmaan liittyvään häpeän kokemukseen.

## 2.2 Häpeä

Yhteiskuntatieteissä tutkimusta tehnyt professori Suvi Ronkainen (1999) määrittelee *häpeää* erottamalla sen syyllisyydestä. Häpeä ja syyllisyys ovat kaksi eri tunnetta, jotka vaikuttavat kokemukseemme eri tavalla. Syyllisyydessä on kyse siitä, että kokee jonkin tekonsa vääräksi ja häpeässä kyse on minästä, joka koetaan vääräksi. Häpeän kokemiseen liittyy paljastumisen kokemus, jossa häpeää kokeva näkee itsensä paljastettuna ja arvioituna. Häpeän erottaa syyllisyydestä myös se, että syyllisyydessä on kyse ulkoisesta rangaistuksesta ja häpeässä kunnian menettämisestä. (Emt. 135.) Sosiaalipsykologi Janne Viljamaa (2018) kuvailee häpeää yhdeksi ihmisen perustunteista ja liittää sen epäonnistumiseen sekä virheen tekemiseen, mutta huomauttaa myös sen olevan lähellä syyllisyyden tunnetta. Kuten Ronkainen (1999), myös Viljamaa (2018, 7) ajattelee, ettei häpeä kohdistu syyllisyyden lailla tekoon, vaan se kohdistuu ihmisarvoon.

Myös Katja Myllyviidan (2020) mukaan häpeän tunne liittyy sen kokijaan itseensä ja se syntyy vertailusta muihin ihmisiin. Häpeän tunnetta synnyttää myös se, jos yksilö kokee, ettei tule nähdyksi sellaisena kuin haluaisi. Alemmuus, arvottomuus,

riittämättömyys ja ulkopuolisuuden tunne suhteessa muihin ovat häpeää tuntevan tyypillisiä kokemuksia. (Emt. 21.) Viljamaa (2018, 7) kuvaa häpeää sosiaalisesti tunteeksi, joka vaikeuttaa ihmisen kiinnittymistä yhteisöön. Lund (2010) toteaa, että häpeää tunteessaan ihminen ei tiedä tehneensä jotain väärää, vaan kokee itse olevansa vääränlainen. Häpeä syntyy kokemuksesta, että on ihmisenä epäonnistunut, eli yksilö häpeää sitä, ettei hän ole vallitsevan ihmiskäsityksen kaltainen. (Emt. 107–108.) Ben Malinen (2010) on tutkinut suomalaisten häpeäkokemuksia ja sen pohjalta kuvaa häpeää sitovana ja kahlitsevana sekä lannistavana ja alas painavana kokemuksena. Lisäksi häpeä rajoittaa ilmaisua ja tunteiden kokemista sekä saa sanattomaksi ja pakottaa vetäytymään yksinäisyyteen. (Emt. 12.)

Kaisa Peltolan (2020, 21–22) mukaan häpeä on sosiaalinen tunne, joka on välttämätön sosiaalisen elämän kannalta, sillä tervettä häpeää tarvitaan moraalien ja eettisen vastuun mahdollistamiseksi. Myös Viljamaa (2018, 8) ajattelee häpeän olevan välttämätön tunne, sillä sen tarkoituksena on minän rajojen suojaaminen. Myllyviita (2020) toteaa, että tarvitsemme kykyä tuntea häpeää siihen, että voimme sopeutua muiden ihmisten joukkoon. Häpeä toimii käyttäytymisen säätelijänä. Ilmaistessaan häpeää ilmein, elein ja kehon asennolla yksilö osoittaa, että ymmärtää tilanteen ja katu tekoaan. Tällainen tilanteeseen sopiva, ohimenevä häpeä ja sen ilmaiseminen on tavanomaista ja tervettä. Terveen ja ongelmallisen häpeän ero näkyy myös siinä, kuinka tietoinen häpeäkokemus on. Terve häpeäkokemus säilyy tietoisuuden piirissä. Se ilmenee ohimenevänä reaktiona, kuten sykkeen kohoamisena, punastumisena ja katseen alas painumisena. (Emt. 53–54, 62.) Viljamaa (2018, 12) toteaaakin häpeän suojelevan ihmistä ja siitä tulevan ongelman vasta, kun häpeän kokemus on niin vahva, että se estää vuorovaikutuksen muiden kanssa ja saa häpeää kokevan kääntymään kuoreensa.

Häpeään ja sen ilmenemistapaan vaikuttavat myös historialliset ja kulttuuriset tekijät (Malinen 2010, 19; Peltola 2020, 59; Viljamaa 2018, 8). Malisen (2010) mukaan tutkijat ovat havainneet samanlaisten kasvatustapojen aiheuttavan lapsille erilaisia kokemuksia kulttuuriympäristön mukaan. Esimerkiksi toinen lapsi kokee torjuntana ja häpeällisenä asian, joka toisesta voi tuntua positiiviselta ja kiintymystä sekä huolenpitoa merkitsevältä. Kulttuuri, tavat, uskomukset ja arvot sekä kansallisella, että suku- ja perhetasolla ovat siis vahvasti vaikuttamassa siihen, millaisista asioista koetaan häpeää ja kuinka voimakkaana se koetaan. Suomessa ja suomalaisessa kulttuurissa nolon tilanteen kohteeksi joutuminen leimaa yksilöä enemmän kuin muissa maissa. Epäonnistuminen tai itsestä riippumaton tapahtuma, kuten kadulla kaatuminen, nolaa helposti asianosaisen. (Emt. 19–20.) Viljamaa (2018, 8) kuitenkin toteaa, että tavallinen nolous on eri asia kuin häpeä, joka on jatkuvaa ja voimakasta. Häpeämät-

tömyys taas nähdään epäsosiaalisuutena tai patologisena narsismina. Häpeän kokemus korvaa siis ulkoisen kontrolloinnin ja on siksi keskeinen yhteiskunnallinen tunne. (Ronkainen 1999, 135.)

Ronkainen (1999, 139, 142) tuo esille, että joskus syyllisyys voi johtaa häpeään, mutta yleisesti häpeän ja syyllisyyden seuraukset ovat erilaisia. Sekä Ronkainen (1999, 142), että Viljamaa (2018, 7–8) toteavat syyllisyyttä voitavan sovittaa, järkeistää tai suunnata johonkin. Näin ollen syyllisyydestä voi helpommin irrottautua pyrkimällä hyvittämään tekojaan. Viljamaa (2018, 8–9) vertaa häpeää riippuvuuteen, jota ilman ihminen ei osaa olla, vaikka kärsii siitä. Ronkaisen (1999) mukaan häpeästä on vaikea irrottautua, sillä sitä ei voi sovittaa, koska se ei liity tekoon. Häpeästä irtautuminen vaatii vahvaa subjektiutta, jonka voi saavuttaa omatessaan riittävästi voimaa ja valtaa. Usein häpeään liittyvä itseinho kuitenkin sisäistyy ja häpeää kokeva luopuu oikeuksistaan, joskus jopa oikeudestaan olla olemassa. Tämän vuoksi olisi tärkeää, että rahapeliongelmastaan häpeää kokevalle löytyisi pelaamisestaan kohde rajatulle syyllisyydelle, josta hän voisi ottaa vastuun ja käsitellä asiaa. (Emt. 143, 145.)

Viljamaan (2018) mukaan häpeän syystä riippumatta sen ylläpidosta huolehtii salailu. Se juurruttaa häpeän ja kasvattaa sen yhä suuremmaksi. Suureksi paisuneeseen häpeään ei enää saa otetta ja se vie kaiken energian. Salailu ja häpeä voivat näin ollen muodostua osaksi ihmisen identiteettiä, jolloin se alkaa näkyä vuorovaikutuksessa. Häpeä voi myös muodostua harhaksi, tunteeksi siitä, että jokainen näkee lävitse ja häpeä paljastuu. Silloin häpeää kokeva tarkkailee muita jatkuvasti ja yrittää lukea heitä. Tämä aiheuttaa muistiongelmia, estää oppimista ja lamauttaa luovuuden sekä rentouden. (Emt. 17.)

Malinen (2010) jakaa tutkimuksessaan häpeää kokevat ihmiset neljään eri tyyppiin: kamppailijat, salaajat, torjujat ja tasapainoiset. Tasapainoisilla häpeä ei ole ongelmallista vaan normaalia, ihmisyyteen kuuluvaa. Kamppailijat kokevat jatkuvia ja voimakkaita häpeäntunteita ja kamppailevat omaa huonommuutta ja kelpaamattomuutta vastaan. Salaajat kokevat toisinaan häpeää, mutta heidän pyrkimyksensä on torjua häpeän tunne. Häpeän sijaan he kokevatkin hämmennystä, ahdistusta ja nolostumista. Torjujat ovat oppineet torjumaan häpeän niin, että eivät myönnä sitä edes itselleen. (Emt. 178–183.)

Häpeää laajasti tutkinut sosiaalityön professori Brené Brown (2012) nostaa esille riippuvuuden ja häpeän liittyvän erottamattomasti toisiinsa. Hän kuvaa häpeän kietoutuvan riippuvuuden kanssa ja keskeistä on niiden kehämäinen suhde. (Emt. 293, 298.) Kuviossa 2 kuvataan häpeän ja rahapeliongelman kehää, jolloin ongelmapelaaja kokee häpeää ja itsesyytöksiä pelaamisestaan. Olo muuttuu sietämättömäksi ja tilanne on hankala syntyneiden taloudellisten ongelmien sekä rahapeliongelman salaamisen vuoksi. Pelaaminen auttaa unohtamaan häpeän ja ikävän tilanteen sekä voi saada olon tuntumaan hetkeksi jopa rauhoittavalta. Pelaamiseen liittyy usein myös toive voitosta

ja kaiken muuttumisesta paremmaksi. Pelaamisen jälkeen on entistä vaikeampi tilanne ja suurempi häpeäkokemus, jolloin kehä jatkaa kulkuaan.



Kuvio 2 Häpeän ja rahapeliongelman kehä <sup>2</sup>

Häpeän käsitettä on tutkittu monilla aloilla, mutta suomalaisessa tutkimuksessa teologia, psykologia ja sosiologia näyttää olleen siitä eniten kiinnostuneita. Olen tämän vuoksi poiminut tähän tutkielmaan käsitekeskusteluja myös edellä mainituilta tieteenaloilta kiinnittäen katseeni ennen kaikkea rahapeliongelmaan liittyvään häpeäkokemukseen. Näen häpeän tässä kietoutuneena rahapeliongelmaan, mutta tiedostan ne erillisinä ilmiöinä ja kummallakin olevan oma syntytarinansa ja -paikkansa yksilön elämänkulussa. Sosiaalityön tutkija Suvi Krok (2012) kuvaa köyhyyteen liittyvää häpeää niin, että se koskettaa minuutta ja määrittää ihmisen toimijuutta enemmän kuin syyllisyys. Häpeässä toimijuus menetetään ja se lisää häpeän tunnetta, kun ei pystytä toimimaan yhteiskunnan normien mukaan. (Emt. 130.) Krokin kuvaus soveltuu mielestäni sosiaalityöhön ja tähän tutkimukseen yhteenvetona siitä, miten häpeä tässä tutkielmassa nähdään. Tähän tutkimukseen liittyy vahvasti edellä kuvattu häpeän ja syyllisyyden eroon painottuva käsitys häpeästä, johon palataan tuloslukuissa.

Häpeästä ei tarvitse päästä kokonaan eroon, kuten edellä on mainittu, sillä se on osa meitä. Ongelmallisesta häpeästä on sen sijaan hyvä pyrkiä irrottautumaan, sillä

---

<sup>2</sup> Myllyviita 2020, 127 mukailten.

se kuluttaa ja kahlitsee. Häpeän vastalääkkeenä toimii empatia ja siihen sosiaalityösäkin on mahdollisuus ja pyrkimys: empaattiseen kohtaamiseen. (Viljamaa 2018, 145–146.) Brown (2012, 299) kuitenkin muistuttaa, että häpeä ja riippuvuus ovat molemmat mutkikkaita tunteita, jolloin usein tarvitaan terapeutin ammattiapua tilanteen ratkaisemiseksi. Tässä tutkimuksessa huomio kiinnittyy kohtaamiseen avun hakemisen vaiheessa, jolloin ohjaaminen terapeutin työkentelyyn on mahdollista. Seuraavassa luvussa kerron lisää sosiaalityön tuesta ja kohtaamisesta.

## 2.3 Sosiaalityön tuki ja ongelmapelaajan kohtaaminen

Rahapelaamisen mahdollisuuksien kasvaessa sosiaalityössä on ennakoitu kohdattavan enenevässä määrin asiakkaita, joilla on eriasteisia rahapeliongelmiä (Järvinen-Tassopoulos ja Kesänen 2020, 150), jotka tässä tutkielmassa nähdään *psykososiaalisina ongelmina*. Antti Murto (2017, 301, 305) tuo esille, että sosiaalityön piirissä rahapeliongelma nähdään myös taloudellisena, yhteisöllisenä sekä rakenteellisena asiana. Raution (2010) mukaan psykososiaalisessa työssä pyritään asiakkaan omaan ymmärryksen tilanteestaan ja toiminnastaan, jolloin hänelle voi avautua mahdollisuus muuttaa tilannettaan. Olennaista on asiakkaan kyky kertoa elämästään, jotta voidaan pyrkiä muutokseen hänen ajattelu- ja toimintatavoissaan. (Emt. 180.)

Sari Castrén, Hannu Alho ja Anne H. Salonen (2016, 418–419) kuvaavat rahapeliongelmaa salatuksi riippuvuudeksi, koska se on niin vaikeasti tunnistettava. Arviolta vain noin 10 prosenttia hakeutuu avun piiriin. Tutkimusten mukaan tuesta ja hoidosta olisi kuitenkin hyötyä, jolloin on selvää, että sen piiriin hakeutumista tulee edistää erilaisin keinoin. (Murto 2017, 303.) Sosiaalihuollon ammattilaiset ovat hyvin tärkeässä asemassa rahapeliongelmiin tunnistamisessa ja asiakkaan tukemisessa. Murto (2017, 305) tuo esille, että etenkin Yhdysvalloissa ja Britanniassa kritisoidaan sitä, ettei ilmiötä tunneta sosiaalityössä riittävästi ja ajattelee kritiikin olevan aiheellinen myös Suomessa. Rahapeliongelma tunnetaan varsin huonosti, vaikka sen perusta lähtee jo lakisääteisestä ehkäisevästä työstä.

Terveysten ja hyvinvoinnin laitoksen (THL) luomassa rahapelaamisen puheeksi ottoa kuvaavassa materiaalissa (2021, 6) uskotaan rahapelaamisen puheeksi oton ja varhaisen tunnistamisen auttavan rahapelejä liiallisesti pelaavia henkilöitä pohtimaan pelaamistaan ja hakeutumaan tuen piiriin. Mikäli tunnustetaan riskitason pelaaminen, voidaan ehkäistä rahapeliongelman kehittyminen. Castrén, Alho ja Salonen (2016, 425) tuovat kuitenkin esille, että sosiaali- ja terveydenhuollon ammattilaisilla ei ole riittäviä valmiuksia tunnistaa ja tukea asiakkaita, vaan he kaipaavat lisää tietoa ja koulutusta. Järvinen-Tassopoulos ja Kesänen (2021) kuvaavat ongelmallisen pelaamisen vaikuttavan moneen eri elämän osa-alueeseen, kuten arkeen, talouteen,



sosiaalisiin suhteisiin, psyykkiseen ja fyysiseen terveyteen ja opiskeluun tai työntekoon. Ongelmapelaaja ja hänen läheisensä ovat syrjäytymisvaarassa ja velkaantumisen myötä helposti köyhyysuhan alla ja sitäkin kautta eriarvoistumassa. (Emt. 7.) Virve Marionneau ja Janne Nikkinen (2022) ovat tutkineet rahapelaamisen ja itsemurhien yhteyttä ja tunnistaneet rahapelaamiseen liittyvän velkaantumisen sekä häpeän tekijöiksi, joilla on yhteys ongelmapelaajien itsemurhariskiin.

Rahapeliongelmiin kohtaamisessa tarvitaan sosiaalisen muutostyön työtettä, joka sopii ongelmapelaajan kokonaisvaltaiseen kohtaamiseen. Sosiaalityössä yksilötason tuen rinnalla arvioidaan jatkuvasti yhteisön ja yhteiskunnan toimien vaikutusta tilanteeseen. Monipuolisen tuen järjestämiseksi tarvitaan usein moniammatillista verkostotyötä ja yhteistä kieltä sekä näkemystä. (Murto 2017, 305–306.) Rahapeliongelmiin ehkäisemisen kannalta sosiaalityön asiakastyöstä kertyvää tietoa voidaan hyödyntää yhteiskunnallisten rakenteiden ja käytäntöjen muuttamiseksi (Järvinen-Tassopoulos ja Kesänen 2021, 7). Tämä on sosiaalityöntekijän ydinosaa ja yksi merkittävä osa työtä.

Palvelujen välttelemiseen voi syynä olla myös häpeä ja syyllisyys (Kuronen 2022, 78), joihin palvelujärjestelmämme ei aina osaa suhtautua. Sosiologi Erving Goffmanin kasvojen käsite kuvastaa yksilön tarvetta kasvojensa säilyttämiseen ja vuorovaikutukseen, jossa saa muiden arvostusta. Näin hän voi kokea hyviä tunteita. Mikäli kasvojen säilyttäminen ei onnistu, syntyy häpeän ja alemmuuden tunteita. Goffmanin mukaan ihmiset liittävät tunteita sekä omiin, että muiden ihmisten kasvoihin. (Peräkylä 2001, 353.) Näen ongelmapelaajien kannalta erityisen merkityksellisenä sen, että sosiaalityössä sekä tutkimuksessa otetaan huomioon, minkälaisesta yksilön asemasta on kyse. Lisäksi sosiaalityön arvojen mukaisesti asioista puhutaan kunnioittamalla yksilön kasvoja. On selvää, että palvelujen karttaminen johtaa ikävien kokemusten lisääntymiseen sekä tilanteen vaikeutumiseen entisestään (Kuronen 2022, 79).

Asiakasta arvostava kohtaaminen on siis olennaisessa osassa, kun puhutaan häpeää kokeneista asiakkaista. Sosiaalityön tutkijoiden Merja Laitisen ja Tarja Kempaisen (2010) mukaan kohtaaminen tapahtuu asiakkaan ja työntekijän välisessä vuorovaikutussuhteessa, mutta siihen vaikuttaa myös yhteiskunnalliset, kulttuuriset, juridiset, poliittiset, hallinnolliset ja organisatoriset tekijät. He tuovat esille, että sosiaalityön asiantuntijuuden ydintä on kohtaamisessa vaadittava arvo-osaaminen, jotta edellä mainitut tekijät tunnustetaan ja osataan reagoida erilaisiin tilanteisiin kohtaamisessa. Käytännössä tämä tarkoittaa tietynlaista herkkyyttä asiakkaan tilannetta arvioidessa. Työntekijän toimintaan vaikuttaa taustalla aina myös hänen omat arvonsa ja toimintatapansa. (Emt. 138–139.) Sosiaalityön professori Kirsi Juhila (2018) tuo esille erilaisten yhteiskunnallisten reunaehtojen, kuten sukupolven, luokan, maantieteellisen sijainnin, sukupuolen, etnisen taustan ja iän vaikuttavan ihmisten elämäntilanteeseen. Sosiaalityössä kohdataan elämäntarinoita, joissa on vaikeita, haavoittavia olosuhteita

ja kokemuksia. Sosiaalityö voi tulla osaksi elämäntarinoita asiakkuuksien myötä, jolloin keskeistä on se, millä tavalla sosiaalityöntekijä tulkitsee ja dokumentoi ihmisten elämänkulkuja. Tällä on merkitystä asiakkaan omalle käsitykselle, jonka hän luo menneestä ja miten hän jäsentää tulevaisuuttaan. (Emt. 101–102.)

Sosiaalityön ammattieettiset periaatteet toimivat pohjana arvostavalle kohtaamiselle. Lisäksi työntekijän pitää uskoa ja luottaa ihmisyyteen sekä rakenteisiin, jotta kohtaamiselle voidaan luoda avoin ja mahdollistava perusta. Asiakkaan ainutlaatuisuus välittyy jo siinä, että hänet kohdataan ihmisenä, ei rahapeliongelman kautta ja annetaan hänelle mahdollisuus tulla aidosti kuulluksi. (Laitinen ja Kemppainen 2010, 153–156.) Ainutlaatuisuus nousee esille myös Juhilan (2018, 30) elämänkulkuajattelussa. Hän korostaa, että ”vaikka ihmisten elämänkulkua kehystävät monet yhteiskunnalliset reunaehdot, jokaisen elämä on silti ainutlaatuinen, yksilöllisesti eletty ja koettu”. Tämä kiteyttää hyvin sosiaalityöntekijälle kohtaamisen lähtökohdan. Juhila (2018, 31) ajattelee, että asiakkaan esittäessä omaa elämäntilannettaan sosiaalityöntekijälle, kyseessä on erityinen tilanne, jolla on vaikutusta tarinan kerrontaan ja sitä sävyttävät koetut vaikeudet, jotka auttavat ymmärtämään olemassa olevia ongelmia ja avun sekä tuen tarvetta. Jaetuksi muuttuneessa tilanteessa työntekijä osallistuu myös itse tarinan rakentumiseen.

Asiakkaan tunteille pitää löytyä tilaa ja ne on osattava kohdata, olivatpa ne minkälaisia tahansa. Hankalia tunteita kohdattaviksi ovat esimerkiksi häpeä, syyllisyys, viha ja avuttomuus, mutta on äärimmäisen tärkeää kokonaisvaltaisen kohtaamisen kannalta, että työntekijä voi ne kohdata ja pysähtyä niihin. Asiakkaan tunteet voivat määrittää keskeisesti hänen paikkansa, toimijuutensa sekä osallisuutensa asiakkuudessa. Myös sosiaalityöntekijän on annettava emotionaalinen panoksensa aitoon kohtaamiseen. Herkkyys, asiakkaan elämäntilanteen ymmärtäminen ja aito suhtautuminen luo asiakkaalle käsityksen työntekijästä ihmisenä. (Laitinen ja Kemppainen 2010, 157–160.)

Tärkeä kohtaamisen elementti on asiakkaan hyväksyminen sellaisenaan, kunnioittamalla hänen arvoaan ihmisenä ja ainutlaatuisuuttaan. Tämä edellyttää yksilöllisyyden huomioimista ja tilan antamista asiakkaan osallisuudelle. Ongelmapelaajien joukossa voi olla asiakkaita, jotka eivät paikannu perinteisten sosiaalityön asiakkaiden joukkoon, vaan heillä voi olla korkeakin elintaso ja koulutus sekä hyvä yhteiskunnallinen asema. Kohtaaminen voi silloin vaatia sosiaalityöntekijältä erilaista rohkeutta mihin on tottunut. Omana itsenään hyväksymiseen liittyy myös tuomitsemattomuus. Ongelmapelaajan kohtaamisessa on äärimmäisen tärkeää, että asiakasta ei tuomita hänen tekojensa vuoksi. Ihmisestä voidaan etsiä hyvää kunnioittamalla hänen ihmisarvoaan ja persoonaansa sekä korostamalla hänen mahdollisuuksiaan. Tämä luo toivoa ja tekee aidon kohtaamisen mahdolliseksi sekä estää sokeaa vallankäyttöä. Työskentelyssä toteutuu myönteinen perussävy, mutta vaikeat asiat kohdataan rehellisesti ja

ilman syyllistämistä. (Laitinen ja Kemppainen 2010, 161–163.) Juhila (2018) toteaa olevan tärkeää, että stigman ja toiseuden kokemukset tuottavat myös vastapuhetta asiakkaan kertomuksessa. Vastapuheen tuottaminen voi olla yksi selviytymisen strategia. Sosiaalityöntekijät voivat tukea vastapuheen tuottamista ja tuottaa sitä itsekin vähentämällä stigmatisaation kokemusta sekä haastamalla yhteiskunnassa vallitsevia ennakkoaluuloja. (Emt. 40–41.)

Laitisen ja Kemppaisen (2010, 166) mukaan asiakkaan itsemääräämisoikeus tarkoittaa sitä, että asiakkaalla on tilaa tehdä vapaasti omia valintoja ja päätöksiä. Työntekijän tehtävänä ja vastuulla on tiedon antaminen, jotta asiakas voi tehdä päätöksensä riittävin tiedoin ja osallisuus sekä itsemääräämisoikeus toteutuu (Poikonen 2019, 135). Vaatii työntekijältä aikaa ja tahtoa kuunnella asiakasta, että kohtaaminen toteutuu itsemääräämisoikeutta kunnioittaen. Sosiaalityöntekijä ei saa ”tietää ja ymmärtää” asiakkaan asiaa ennen, kuin hän on sen ehtinyt kertoa. Asiakassuhteissa tarvitaan harkintaa ja viivyttelyä, jotta asia tulee tarkasteltua eri näkökulmista. Vasta tämän jälkeen voidaan ymmärtää ja määritellä tavoitteita. Itsemääräämisoikeuteen linkittyy myös asiakkaan ja työntekijän jakama vastuu. Ongelmapelaajan voi olla vaikea suostua autettavaksi häpeäkokemuksensa vuoksi. (Laitinen ja Kemppainen 2010, 167–168.)

Luottamuksellisuus sisältyy sekä asiakassuhteessa saatuun tietoon, että asiakkaan luottamukseen työntekijän olemisesta hänen puolellaan. Luottamus syntyy kohtaamisissa, edellä mainittujen tekijöiden myötä. Uskomalla asiakkaan edellytyksiin luomme toivoa muutoksen mahdollisuudesta. Näin voi syntyä voimaannuttava sosiaalinen kokemus ja luottamuksellinen vuorovaikutussuhde. (Laitinen ja Kemppainen 2010, 170.)

Tutkimusten mukaan (mm. Fiorentino, Harrikari, Saraniemi ja Romakkaniemi 2023; Kivipelto ja Tanner 2023; Mänttari-van der Kuip 2015; 2022) sosiaalityön eri osa-alueilla tulee esiin työn kuormittavuus ja se, että ei ole riittävästi resursseja. Fiorentino ym. (2023, 245) ovat tutkineet koronapandemian tuottamaa muutosta sosiaalialan työssä. He kuvaavat yhteiskunnallisen sosiaalisen kiihtyvyyden vaikuttaneen myös sosiaalityön kiihtymiseen. Työn kiihtyvät rytmit ilmenevät kasvavina vaatimuksina työntekijöitä kohtaan sekä heidän kokeminaan aikapaineina. Työn rytmien muuttumisen todettiin olevan yhteydessä kokemukseen työn kuormittavuudesta, joka näkyy työmäärän kasvuna, ajallisina vaatimuksina, työtahdin muutoksina, ”multitaskauksena” ja teknologisten uudistusten aiheuttamana kiihtyvyytenä. Tämän lisäksi asiakkaiden elämäntilanteet ovat vaikeutuneet sekä priorisoinnin ja monien tehtävien samanaikaisen hoitamisen tarve ovat lisääntyneet. (Emt. 261–262.) Sosiaalityön tutkijat Minna Kivipelto ja Niina Tanner (2023) ovat tutkineet THL:n tutkimuksessa aikuissosiaalityön tilaa ja tulevaisuuden suunnitelmia hyvinvointialueuudistuksessa.

Tutkimuksen mukaan aikuissosiaalityössä työskentelevillä työntekijöillä oli huomattavan suuria asiakasmääriä. Puutteellinen tilastointi liittyen aikaresursseihin ja työajan kohdentumiseen vaikeutti hyvinvointialuesiirtymän muutoksen arviointia. Aikuissosiaalityön vaikuttavuuden ja asiantuntemuksen näkyvyys auttaisi palvelujen tunnistamisessa sekä niihin hakeutumisessa ja siihen tulisikin panostaa. Tutkimus herätti myös kysymyksen siitä, kohdistuuko aikuissosiaalityön työntekijöiden aika asiakkaiden kannalta oikeisiin asioihin, sillä suoraan asiakastyöhön käytettiin arviolta vain 1-1,5 päivää viikoittaisesta työajasta. (Emt. 1, 9-10.)

Maija Mänttari-van der Kuip on tutkinut sosiaalityöntekijöiden työhyvinvointia ja toimintamahdollisuuksia niukkuuden aikakaudella (2015) ja palvelujärjestelmään liittyviä rakenteellisia haasteita sekä työntekijöiden toimintamahdollisuuksia lastensuojelutyössä (2022). Hän tuo esille molemmissa tutkimusartikkeleissaan palvelujärjestelmässä olevan rakenteellisia tekijöitä, jotka hankaloittavat sosiaalityöntekijöiden työtä. Työhyvinvointia koskevassa tutkimuksessa todettiin, että sosiaalityöntekijät voivat huonosti, mikäli eivät voi tehdä työtään hyvin. Jos aidot kohtaamiset, pysähtyminen asiakkaan asian äärelle, refleктоiminen ja asiakkaiden kasvokkainen tapaminen jäävät ajan puutteen vuoksi, hätä voi jäädä näkemättä ja kuulematta (Mänttari-van der Kuip 2015, 334). Palvelujärjestelmään liittyvinä haasteina todettiin sen monimutkaisuus, pirstaleisuus ja resurssiniukkuus (Mänttari-van der Kuip 2022, 21).

Rahapeliongelmiin tunnistaminen kuuluu sosiaalityön tehtäviin ja sosiaalityön ydinosaluuetta on asiakkaan kohtaaminen ja kuuleminen. Nämä seikat tulevat toistuvasti esille tärkeinä ja kehittämistä vaativina seikkoina. Sosiaalityön koulutusohjelmassa ei voida antaa yksityiskohtaista opetusta jokaiseen erityiskysymykseen, mutta silti valmistuneen sosiaalityöntekijän kompetenssiin kuuluu tiettyjä asioita. Moneen haastavaan tilanteeseen ja asiaan auttaa laadukas kohtaaminen ja asiakkaan kuuleminen. Ajattelen sellaisen tilanteen olevan paikka, jossa voidaan ottaa puheeksi vaikeita asioita, kuten rahapeliongelma. Tarve paneutuvan, tavoitteellisen ja suhdeperustaisen asiakastyön tekemiselle on olemassa, mutta edellä esitetyt tutkimukset osoittavat, että tehokkaan ajankäytön vaade ja pirstaleinen palvelupolku eivät aina anna mahdollisuutta sen toteuttamiselle. Sosiaalityössä tuleekin aktiivisesti tuoda esille havaittuja epäkohtia ja puuttua rakenteellisiin ongelmiin. Yksi tapa siihen on tutkimuksen tekeminen ja sitä kautta asioiden tarkasteleminen ja näkyväksi tekeminen. Tässä tutkielmassa katsotaan rahapeliongelmaa häpeän näkökulmasta ja se asemoituu tuottamaan sosiaalityölle tietoa siitä, mitä kohtaamisessa tulisi huomioida, jotta rahapeliongelmaan apua etsivä kokisi tulleen kuulluksi ja saisi uskoa ja toivoa muutoksen mahdollisuudesta.

## 2.4 Aiempi tutkimus aiheesta

Aiempaa tutkimusta rahapeli ongelmista on tehty Suomessa ja ulkomailla. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos on toteuttanut sosiaali- ja terveysministeriön toimeksiannosta väestötutkimuksen koskien suomalaisten rahapelaamista vuosina 2007, 2011, 2015 ja 2019. Tutkimuksessa tarkasteltiin suomalaisten rahapelaamista ja rahapeli ongelmia. Keskeisimmät tulokset uusimmassa tutkimuksessa olivat se, että rahapeli ongelmien yleisyys ei muuttunut, mutta riskitasolla pelaaminen on vähentynyt. Lisäksi internetissä rahapelejä pelaavien määrä oli lisääntynyt. (Salonen, Hagfors ym. 2020, 1.) Aiemmin rahapelaamista esittelevässä luvussa käsiteltiin jo Caladon ja Griffithsin (2016) rahapelaamisen yleisyyttä maailman ja Euroopan tasolla kuvaavaa tutkimusta, jonka tuloksena todettiin rahapeli ongelmia olevan maailmanlaajuisesti ja etenkin Euroopan tuloksia verrattaessa löydettiin yhteneväisyyksiä rahapeli ongelman esiintyvyydessä erilaisissa väestöryhmissä. Yksi yhteneväisyyksistä oli se, että rahapeli ongelmat ovat yleisempiä miehillä kuin naisilla.

Uuden suomalaistutkimuksen mukaan naiset kuitenkin pelaavat rahasta useammin kuin miehet. Tämä ilmenee Heli Hagforsin, Sari Castrénin ja Anne H. Salosen (2022) tutkimusartikkelista koskien rahapelaamisen motiiveja *How gambling motives are associated with socio-demographics and gambling behavior - A Finnish population study*. Yleisimmät motiivit olivat rahan voittaminen ja positiivisen tunteen hakeminen. Nuoremmissa pelaajilla pelaaminen liittyi useammin positiivisen tunteen hakemiseen ja sosiaalisiin suhteisiin, sekä etenkin 25–34-vuotiailla merkittävänä motiivina oli ikävien tunteiden pakoilu tai tunteiden säätely. Naisten pelikäyttäytyminen on muuttunut enemmän samankaltaiseksi, kuin miesten ja naiset pelaavat usein sattumaan perustuvia pelejä, joiden saatavuus on Suomessa helppoa. Naiset pelasivat enemmän saadakseen rahaa, kuin miehet. Tunteiden pakeneminen on merkittävä motiivi nuorilla, mutta myös kotiäideillä. Tämänkaltaisen pakomotiivi liittyy pelaamisen vakaavuuteen ja usein se johtaa riski- ja ongelmapelaamiseen. (Emt. 63, 69–71.) Tässä tutkielmassa tunteiden pakenemista tarkastellaan etenkin häpeän tunteeseen liittyen.

Anne Salonen, Kalle Lind, Sari Castrén, Maria Heiskanen, Mika Lahdenkari ja Hannu Alho ovat kirjoittaneet vuonna 2019 Terveiden ja hyvinvoinninlaitoksen raportin monitieteisestä tutkimuksestaan *Peliklinikan asiakkaiden rahapelaaminen, rahapelihaitat ja rahapelien markkinointiin liittyvät mielipiteet Rahapelikyselyn 2016–2017 perustulokset yksinoikeusjärjestelmän uudistuksessa*. He ovat tutkineet rahapelihaittoja Suomessa vuosina 2016 ja 2017 tehtyjen rahapelikyselyjen perusteella. Tutkimus liittyi rahapeli järjestelmän uudistukseen, jonka tavoitteena oli vahvistaa suomalaista haittojen ehkäisyyn perustuvaa rahapelaamisen yksinoikeusjärjestelmää. Kolme peliyhteisöä yhdistyi yhdeksi yhtiöksi vuoden 2017 alusta alkaen ja tutkimuksessa on selvitetty

muutoksen vaikutusta. Tutkimus toteutettiin verkkokyselyinä, joihin pyydettiin vastauksia vähintään 18-vuotiailta, rahapeliongelmaan apua hakeneilta Peliklinikan asiakkailta. Vuoden 2016 tutkimukseen osallistui 119 henkilöä ja vuoden 2017 tutkimukseen 102 henkilöä. Vuonna 2017 rahapelaamisen ongelmapelaajalle aiheuttamien haittojen määrä vaihteli nolasta 71 haittaan. Keskimäärin oli koettu 28 haittaa, joista tavallisimpia olivat taloudelliset haitat (92 %), tunnetason haitat (92 %), terveyshaitat (91 %) ja ihmissuhdehaitat (91 %). Haittojen kokonaismäärä lisääntyi vuodesta 2016 vuoteen 2017. Erityisesti yleistyivät rahapelaamisen aiheuttamat terveyshaitat, ihmissuhdehaitat ja tietyt muut haitat, esimerkiksi osallistuminen yhteisön toimintaan väheni. Olen poiminut raportista tässä tutkielmassa hyödynnettävät tulokset ja liitän ne vuoropuheluun omien tulosteni kanssa tuloslukuissa.

Rahapeliongelmiin liittyvästä häpeästä ei suomenkielistä tutkimusta ole saatavilla ja englanninkielistäkin vielä melko vähän. Häpeä on mainittu rahapelitutkimuksissa yhtenä osatekijänä rahapeliongelmiin liittyen, mutta varsinaisena tutkimusaiheena se on vielä hyvin harvoin. Sunghwan Yi ja Vinay Kanetkar (2010) ovat tehneet Kanadassa tutkimusta ongelmapelaajan syyllisyyden, häpeän ja selviytymisen välisistä suhteista, jota kuvaavat artikkelissaan *Coping with Guilt and Shame After Gambling Loss*. Tutkimuksen mukaan syyllisyyden ja häpeän tunteiden kokemisella on ero, joka vaikuttaa selviytymiseen. Ongelmapelaajat kokevat useammin häpeää ja riskipelaajat syyllisyyttä. Syyllisyys on helpompi tunne käsitellä, kuin häpeä ja häpeää kokevat käyttävätkin useimmiten vältteleviä selviytymisstrategioita, kuten asian salaamista. Myös Hera E. Schlagintweit, Kara Thompson, Abby L. Goldstein ja Sherry H. Stewart ovat tutkimuksessaan *An Investigation of the Association Between Shame and Problem Gambling: The Mediating Role of Maladaptive Coping Motives* (2017) syventyneet häpeän ja ongelmapelaamisen väliseen yhteyteen. He selvittivät häpeän ja syyllisyyden merkityksiä ongelmapelaamisesta selviytymisessä. Tutkimukseen osallistui 196 pelaajaa, joista 126 oli miehiä. Tulokset osoittivat, että ongelmapelaajan selviytymiskeinot kertoivat häpeän ja peliongelman vakavuuden välisestä suhteesta, mutta syyllisyyden ja peliongelman vakavuuden välistä yhteyttä ei havaittu. Häpeän kokeminen lisää rahapeliongelmaa, koska pelaaminen on keino selviytyä häpeän negatiivisista vaikutuksista. Muiden strategioiden kehittäminen häpeästä selviytymiseksi voisi olla tehokasta ongelmapelaamisen ehkäisyssä ja hoidossa. Tutkimus vahvistaa omaa käsitystäni häpeän merkityksestä ongelmapelaamisen kierteen aiheuttajana ja avun hakemisen estäjänä. Tässä tutkielmassa hyödynnetään tuloksia omien tutkimustulosteni rinnalla sekä niitä vahvistamassa, että vertailemassa.

Suomalainen häpeätutkija Ben Malinen (2010) on tehnyt teologian väitöskirjan ja sen pohjalta kirjan *Elämää kahlitseva häpeä*, joka toimii yhtenä lähteenä tutkielmani teoriaosuudessa, koska sosiaalityön tutkimuskirjallisuudessa ei ole juurikaan

kirjoitettu häpeästä. Sosiaalityön tutkimuksessa on kiinnitetty enemmän huomiota valtaan ja kontrolliin sekä yleisesti tunteisiin. Häpeästä on kirjoitettu enemmän teologian ja psykologian tieteenaloilla. Malinen on tutkinut väitöskirjassaan häpeän syntyä ja ilmenemismuotoja, joita on kuvattu aiemmin tässä luvussa. Häpeän käsittelyä taas selvitetään Eva Samuelssonin, Jukka Törrösen, Chiyoung Hwangin ja Naoko Takiguchin vuonna 2022 julkaisemassa tutkimusartikkelissa *The Zone and the Shame: Narratives of Gambling Problems in Japan*. He tutkivat kuinka japanilaiset toipuvat pelaajat ovat käsitelleet rahapeliongelmiin liittyvää häpeää, syyllisyyttä ja stigmaa. Tutkimuksen aineistona on kahdella ryhmähaastattelukerralla toteutetut kahdeksan pelaajan haastattelut. Aineisto analysoitiin narratiivisin menetelmin, keskittyen tekstin sisältöön. Tulosten mukaan ongelmapelaajat stigmatisoivat itseään, he kokivat häpeän, syyllisyyden ja leimautumisen pelkoa, jotka estivät avun hakemista. Ongelmapelaaminen oli johtanut eristäytymiseen normaalista elämästä. Lisäksi eristäytymisen kokemus ja epäonnistuneet yritykset lopettaa pelaaminen lisäsivät heidän häpeäntunteitaan ja tuhoisaa käytöstään. Tutkimus tukee omaa narratiivista tutkimustani ja on kiinnittänyt huomiota samoihin asioihin kuin tässä tutkielmassa. Lisäksi tutkimuksen yhteys sosiaalityön professioon tuo kaivattua näkökulmaa omaan tutkielmaani.

Stigmatisoitumiseen ja häpeään, sekä sitä kautta avun hakemisen vaikeuteen liittyy myös seuraava tutkimus. Nerilee Hing, Elaine Nuske, Sally M. Gainsbury ja Alex MT Russell ovat vuonna 2016 julkaisseet tutkimusartikkelin *Perceived stigma and self-stigma of problem gambling: perspectives of people with gambling problems*. Kyseessä on australialainen tutkimus, jossa on selvitetty ongelmapelaajien näkökulmaa stigmatisoitumisesta ja sen vaikutuksesta avun hakemiseen. Tutkimukseen haastateltiin 44 ongelmapelaajaa. Tulosten mukaan ongelmapelaajilla on käsitys julkisesta stigmasta ja he uskovat muiden ajattelevan, että rahapeliongelmat johtuvat pelaajan henkilökohtaisista puutteista. Ongelmapelaajan omilla ajatuksilla ja itsensä stigmatisoinnilla oli monia haitallisia vaikutuksia. Yleisesti he kokivat syvää häpeää ja tärkein selviytymismekanismi oli ongelman salaaminen, joka esti avun hakemisen.

Varsinaisesti avun hakemiseen ja sen haasteisiin liittyvä suomalainen tutkimus on Maritta Itäpuiston (2019) *Problem Gambler Help-Seeker Types: Barriers to Treatment and Help-Seeking Processes* avun hakemisen prosessista ja hoidon esteistä. Tutkimus koostui kahdestatoista hoidossa olevan ongelmapelaajan teemahaastattelusta. Haastatelluista oli 10 miehiä ja kaksi naisia. Lähes kaikilla haastatelluilla oli pitkä pelihistoria, vain kaksi oli aloittanut pelaamisen aikuisena. Hän tunnisti kolme avunhakijatyyppeä: individualistinen, moniongelmainen ja perhekeskeinen. Näillä avunhakijatyypeillä on erilaisia esteitä avun hakemiselle. Tutkimuksen tuloksena osoitetaan, että tehokkaamman avun tarjoamiseksi erojen ja hoidon esteiden tunnistaminen on tärkeää. (Emt. 1035, 1037–1038.) Tutkimukseni analyysissä ja tulosluvussa

tukeudun tähän Itäpuiston tutkimukseen avunhakijoiden tyyppitarinoiden syntymisen osalta.

Rahapeliongelmia ja niistä aiheutuvia haittoja on säännöstelystä ja lain muutoksista huolimatta. Rahapelaaminen on siirtynyt yhä enemmän verkkoon, jolloin pelaaminen mahdollistuu missä ja milloin tahansa. Rahapeliongelmiin yleisyyttä, ongelmapelaamisen motiiveja, rahapeleistä aiheutuvia haittoja ja häpeän yhteyttä ongelmapelaamiseen on tutkittu, mutta häpeän kokemuksen näkökulmasta tutkimusta rahapeliongelma-ongelmasta on vielä vähän ja siksi tutkimukseni paikantuu siihen. Ongelmapelaajia voidaan kohdata millä sosiaalityön osa-alueella tahansa ja siksi on tärkeää tuottaa tietoa sosiaalityölle rahapeliongelmaan liittyvästä häpeäkokemuksesta. Rahapeliongelmaan kuitenkin tiedetään liittyvän häpeän kokemus ja edellä esitetyn mukaisesti häpeän ja syyllisyyden tiedetään vaikuttavan eri tavalla sitä kokevaan ihmiseen. On myös todettu, että henkilön häpeäalttius on riski rahapeliongelman syvenemiselle. Samanaikaisesti tiedetään, että pelaaminen tunteiden pakenemiseksi eli pakopelaaminen on myös riski sille, että pelaaminen muuttuu ongelmalliseksi. Häpeä on myös tunnustettu yhdeksi avun hakemisen ja hoidon esteeksi. Sosiaalityö sijoittuu rahapeliongelman tunnistamisen ja avun hakemisen sekä tarjoamisen paikkoihin. On olennaista, että rahapeliongelmaan liittyvää häpeän kokemusta tutkitaan myös sosiaalityön tieteenalalla ja näkökulmasta, sillä häpeä tulee esille sekä riskinä rahapeliongelman syntymiselle, että ongelman ylläpitävänä tekijänä. Kokemuksen tutkimukselle tarinat ja narratiivisuus on perusteltu ja yhteiskuntatieteellisen näkökulman mahdollistava menetelmä. Seuraavassa luvussa kerron lisää narratiivisesta tutkimuksesta.



### 3 NARRATIIVISUUS TUTKIMUKSESSA

Tutkimuksessa hyödynnetään narratiivisuutta ja se näkyy pyrkimyksenä ymmärtää tarinoiden kertojien, ongelmapelaajien, ainutlaatuista ja muuttuvaa näkökulmaa suhteessa häpeään. Olen kiinnostunut siitä, miten kertojat jäsentävät kokemuksiaan ja minkälaisia tarinoita he niistä kertovat. Erityisesti kiinnitän huomiota kertojien olemissaan omissa verkostoissaan ja sosiaalisissa suhteissa. (Erkkilä 2009, 196.) Anu Puusa, Vilma Hänninen ja Kaarina Mönkkönen (2021, 226) kuvaavat narratiivista tutkimusta konstruktionistiseen ajattelutapaan tukeutuvana menetelmänä, jossa on pyrkimys siihen, että todellisuuden rakentuminen kuvataan sosiaalisissa suhteissa muodostettujen sosiaalisten merkitysten kautta. Pyrin tuomaan tutkielmaan mahdollisimman paljon aineistositaatteja, joiden tehtävänä on antaa aineistolle arvonsa ja antaa sen puhua sellaisenaan myös tutkielman lukijoille. Sitaatit myös elävöittävät tekstiä ja tuovat narratiiviseen tutkimukseen sopivaa tarinallisuutta. Tässä luvussa syvennyttään narratiivisen tutkimusotteen käyttöön merkitysten tutkimuksessa ja tarinoiden käyttämiseen tutkimuksessa.

#### 3.1 Narratiivinen tutkimusote ja merkitysten tutkiminen

Tutkimuksen filosofisena taustana on Hännisen (2002, 24) kuvaama tarinallisen kiertokulun teoria, jossa keskitytään merkitysten tuottamiseen ja uudelleenrakentamiseen tarinoiden avulla. Tutkimus pohjautuu sosiaaliskonstruktivistiseen lähestymistapaan, jossa olennaista on se, miten sosiaalinen todellisuutemme rakentuu sosiaalisessa ja kielellisessä vuorovaikutuksessa (Saaranen-Kauppinen ja Puusniekka 2006). Sosiaalisen konstruktivismiin voidaan nähdä tässä tutkimuksessa pohjautuvan ajatukseen ihmisen mielen kehittymisestä sosiaalisena prosessina ja huomion kiinnittämisenä sosiaalisten ja yksilöllisten merkitysten suhteeseen. Kieli ja kielellinen vuorovaikutus on tärkeää merkitysten muodostamisessa, mutta kielelliset merkitykset kietoutuvat sekä

ei-kielelliseen toimintaan, että sanattomaan merkityksenantoon. (Hänninen 2002, 26–28.) Konstruktivismin perusajatuksena on tiedon rakentuminen aiemman tiedon ja kokemuksen varaan. Tieto voidaan narratiivisessa tutkimuksessa ajatella kertomusten kudelman, joka muokkautuu ja muovautuu koko ajan. Tutkimuksessa narratiivisuus toimii kahteen suuntaan niin, että kertomukset ovat sekä tutkimuksen lähtökohta, että lopputulos. Kerronnallinen tutkimus korostaa ymmärtämisen prosessia ja on näin ollen lähellä hermeneuttista tutkimusta. (Heikkinen 2018, 178–179.)

Laadullista aineistoa voi lähestyä narratiivisuuden näkökulmasta ja narratiivisuus on ihmiselle tyypillinen tapa tehdä selkoa todellisuudesta. Ihmisten maailma perustuu tarinoiden kertomiseen ja niiden kuuntelemiseen. (Eskola ja Suoranta 1998, 22.) Myös Leena Syrjälä (2018, 268) tuo esille oman elämän pohdinnan ihmisen perustavanlaatuisena ominaisuutena. Hän kuvaa tarinoiden kertomisen olevan persoonallisen ja ammatillisen kasvun väline, mutta se on myös tutkimusmetodi. Hannu Heikkinen (2018, 176) on erotellut narratiivisen tutkimuksen ymmärtämisen neljä erilaista tapaa: ”tietämisen tapa ja tiedon luonne, tutkimusaineiston luonne, aineiston analyysitavat ja kertomusten käytännöllinen merkitys”.

Tietämisen tapana narratiivisuudessa korostuu mahdollisuus ymmärtää maailmaa eri tavoin, hiljalleen kehittyvänä ja juonellisena tarinana. Tarinassa etsitään tapahtumien välille yhteyksiä. (Syrjälä 2018, 271–272.) Tässä tutkimuksessa ollaan kiinnostuneita merkityksistä. Pentti Moilanen ja Pekka Räihä (2018) kuvaavat merkitysten olevan osaksi tiedostettuja, osittain piileviä. Tutkimuskohteena on erityisesti piilevät merkitykset ja merkitysten liittyminen toisiinsa. Merkitysten tulkinnassa on kyse merkitysten verkon hahmottamisesta. (Emt. 51–52.) Heikkinen (2018, 177) tuo esille, että sosiaalinen todellisuus muodostuu ihmisten kesken neuvoteltujen merkitysten verkona. On kuitenkin tiedostettava, että samasta aineistosta voi löytää erilaisia merkityksiä riippuen tutkijan intresseistä ja oletuksista. Olennaista on se, että merkityksiä kuvataan aineistoon nojaten. (Moilanen ja Räihä 2018, 57.)

Inhimillisiä kokemuksia tutkittaessa ongelmana voidaan nähdä se, että niitä ei voi tavoittaa sellaisenaan vaan ne avautuvat jonkinlaisen kuvauksen kautta. Tässä tutkimuksessa kokemukset ovat ongelmapelaajien kertomuksia, jotka sisältävät jo koetun tulkintaa. Niihin suhtaudutaan narratiivisen ideologian mukaisesti niin, että ne ovat kertojalle tosia. Narratiivisessa tutkimuksessa kuvataan kokemuksen monia eri ulottuvuuksia ja sen asettumista tarinaan, jolloin kertojan reflektio on tutkimuksen kannalta olennaista. (Erkkilä 2009, 201–202.) Seuraavassa luvussa kerrotaan tarinoiden käyttämisestä tutkimuksessa.

## 3.2 Tarinat tutkimuksessa

Narratiivisella aineistolla tarkoitetaan kertomusmuotoista kielenkäyttöä ja kerrontaa. Tyypillistä narratiivista aineistoa ovat haastattelut tai vapaat kirjoitelmat, joissa tutkittavat kertovat käsityksistään. Myös päiväkirjat, elämäkerrat ja muut kertomukset, joita ei välttämättä ole tuotettu suunnitellusti tutkimuskäyttöön ovat narratiivista aineistoa. Narratiivisen aineiston jatkokäsittely edellyttää aina tulkintaa. (Heikkinen 2018, 180.) Tässä tutkimuksessa aineistona on kertomukset, joita ei ole tuotettu tutkimusta varten, mutta jotka soveltuvat hyvin narratiivisen tutkimuksen aineistoksi. Raija Erkkilän (2009, 206–207) mukaan kertomukset syntyvät siirtämällä mielessä oleva ajatus narratiivisen ajattelun avulla kielelliseksi tekstiksi, jolloin kokemus ulkoistetaan ja se muotoutuu vuorovaikutuksessa kulttuurin ja ympäristön kanssa. Keskeistä tarinoissa on se, että ne koskevat ajassa eteneviä tapahtumia, jotka tarinan juoni sitoo toisiinsa (Puusa, Hänninen ja Mönkkönen 2021, 223).

Kerronnallisuudella voidaan tarkoittaa myös aineiston käsittelytapaa ja se voidaan jakaa narratiivien analyysiin ja narratiiviseen analyysiin. Ensimmäisessä käytetään kertomusten luokittelua ja toisessa tuotetaan uusi kertomus aineiston perusteella. (Heikkinen 2018, 181.) Tämän tutkimuksen narratiivisessa analyysissä tavoitellaan uuden kertomuksen syntymistä. Käytännön työssä kertomuksellisuutta voidaan hyödyntää esimerkiksi rakennettaessa myönteisempää minäkuvaa tai uudenlaisia vaihtoehtoja ja mahdollisuuksia luovaa narratiivia (Heikkinen 2018, 183).

Narratiivisen tutkimuksen käsitteistö on kirjavaa ja sitä voi määritellä monin tavoin (Hänninen 2018, 189). Kerron tässä lyhyesti narratiivisen tutkimuksen pääkäsitteistä Heikkisen (2018) ja Hännisen (2018) näkökulmia hyödyntäen. *Tarina* voidaan nähdä *kertomuksen* tapahtumarakenteena eli tapahtumien tai tapahtumakulun kuvauksena, joka vastaa kysymykseen, mitä on tapahtunut. Tapahtumat ovat tarinan keskeistä materiaalia. Tapahtumien kulku voidaan kertoa monin eri tavoin, esimerkiksi tekstinä, kuvina, animaationa ja niin edelleen. Tarinalla on alku, keskikohta ja loppu, joita yhdistää tarinan juoni. Tarinan ja kertomuksen eron selittämisessä auttaa *kerronnallisen diskurssin* käsitteen avaaminen. Kerronnallinen diskurssi viittaa kertomisen tapaan, muotoon ja välineisiin. Kerronnan välineistönä pidetään erilaisia tyynejä tai tapoja rakentaa tapahtumakulku tai juoni. Kertomusta voidaan kuvata niin, että se värittää tai havainnollistaa kerronnan keinoin tapahtumiin liittyviä tunteita ja muita kokemuksia. (Heikkinen 2018, 172–173; Hänninen 2018, 190–191.) Kertomus on siis ikään kuin tarina esitettynä.

Käytän tulkinnassa hermeneuttista lähestymistapaa, jolloin tärkeää on merkitysten löytäminen tarinoista ja niiden ymmärtäminen suhteessa sosiokulttuuriseen kontekstiin. Keskeistä on aineistosta esiin tulevien asioiden prosessuaalinen tulkinta, jolloin tulkinnan aikaisemmat vaiheet luovat pohjaa myöhemmille tulkinnoille. Seuraavassa luvussa kuvailen tarkemmin tutkimuksen toteuttamisen vaiheita.

## 4 TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN

Olen kiinnostunut rahapeliongelman ja häpeän tutkimisesta lisää, sillä tein kandidaattitutkielmani aiheeseen liittyen. Minulla ei ole erityistä suhdetta rahapeliongelmiin tai niistä aiheutuviin häpeäkokemuksiin, mutta olen työssäni kohdannut asiakkaita, joilla on rahapeliongelmia ja sitä kautta olen kiinnostunut aiheesta. Pysin tutkimuksessa ja raportissani huomioimaan sen, että tutkijan oma positio vaikuttaa tulkitaan ja sinällään kietoutuu tutkimustuloksiin. Tutkielman neljäs luku käsittelee tutkimusasetelmaa, aineistoa ja tutkimusetiikkaa sekä analysointia koskevia asioita. Luvussa kuvataan tutkimuksen lähtökohdat, eteneminen ja perustelut eri vaiheissa syntyneille ratkaisuille. Analysointiosiossa esitän tarinoiden analysointiprosessin vaiheita esimerkkinä analysoinnin etenemisestä.

### 4.1 Tutkimustehtävä ja tutkimuskysymys

Tutkimuksen tehtävänä on tuottaa tietoa sosiaalityölle rahapeliongelmaan liittyvästä häpeäkokemuksesta ja sen merkityksestä ongelmapelaajan elämänkulussa sekä avun hakemisen prosessissa. Tutkimuksessa ollaan erityisesti kiinnostuneita siitä minkälainen merkitys ja vaikutus häpeällä on ongelmapelaajan elämään ja miten häpeäkokemus voidaan ottaa huomioon avun hakemisen vaiheessa. Malisen (2010) mukaan yksi häpeän seuraus on tarve hallita tunne-elämää ja itsestä muille välittyvää kuvaa. Tällöin halutaan näyttää ja uskotaan olevan mukava, menestyvä ja itsetunnoltaan vahva ihminen, syrjään työnnetään aidot kokemukset omasta herkkyydestä, heikkoudesta, pelokkuudesta, epävarmuudesta ja epätäydellisyydestä. Torjuessaan häpeän, ihminen siis torjuu osan minuuttaan. Omat heikkoudet ja avuntarpeet koetaan häpeällisinä, jolloin ihminen on voimiensa ääri rajoilla yksin pyytämättä apua keneltäkään. (Emt. 115, 139, 183.)

Häpeätutkimukset ovat myös osoittaneet, että häpeä on merkittävä mielen-terveysongelmien ja riippuvuuksien aiheuttaja, lisäksi nämä häiriöt lisäävät häpeää entisestään. Häpeän tunnistaminen ja tunnustaminen on tärkeää, jotta ihmiselle syntyy mahdollisuus muuttaa elämänsä aidompaan suuntaan ja kohtaamalla häpeän ihminen hyväksyy itsensä epätäydellisenä ja haavoittuvana, mutta inhimillisenä. (Malinen 2010, 168–170, 183.) Häpeä on periytyvää, se siirtyy tuleville sukupolville muun muassa alttiutena häpeään (Kainulainen ja Parente-Čapková 2011, 6–7). Häpeäketjun katkaisemiselle on siis perusteltu syynsä sekä käsillä olevan asiakkaan tilanne huomioiden, että yhteiskunnallisesti ja tulevaisuuden kannalta. On hyvin merkityksellistä, että häpeä huomioidaan osana avun hakemisen ja toipumisen prosessia. Asiakkaan tukemisen tulee olla kokonaisvaltaista, se ei voi kohdistua vain pelaamisen vähentämisen ja lopettamisen keinoihin ja talouden hallintaan, vaan myös tilanteen juurisyihin ja sitä ylläpitäviin seikkoihin, kuten häpeäkokemukseen.

Tutkimus toteutetaan narratiivisesta aineistosta käyttäen narratiivisia metodeja. Laadullinen tutkimus antaa mahdollisuuden kokonaisvaltaiseen ymmärrykseen tutkittavasta ilmiöstä (Kananen 2019, 26). Erkkilän (2009, 195) ajatus siitä, että narratiivinen tutkimus ymmärtää kertojan näkökulman ja kuulee hänen äänensä, on oivaltava kuvaus pyrkimyksestä aitoon kohtaamiseen aineiston kanssa. Esimerkiksi hoitotieteissä on huomattu tarinallisten tutkimusten tärkeys alan ymmärryksen lisäämisessä (Saaranen-Kauppinen ja Puusniekka 2006), ajattelen tämän olevan tärkeää myös yhteiskuntatieteissä ja omassa tutkimuskontekstissani. Tarinallisella lähestymistavalla päästään lähelle aitoja tilanteita, sillä tarinoista ilmenee kertojien yksilölliset merkitykset ja ne toimivat mielen ilmaisijoina (Syrjälä 2018, 269). Heikkinen (2018, 170) esittää, että ”haluttaessa ymmärtää ihmisiä ja heidän toimintaansa, kertominen ja kertomusten tutkiminen on luontainen tapa tehdä tutkimusta”. Näen narratiivisen tutkimusotteen sopivan hyvin häpeän tutkimiseen, pyrin sillä pääsemään mahdollisimman lähelle aitoja, luonnollisia kokemuksia.

Tutkimuskysymykset:

Minkälaisen merkityksen häpeä saa ongelmapelaajien kertomuksissa?

Miten ongelmapelaajan häpeä ilmenee avun hakemisen vaiheessa?

Tutkimuskysymykset rajautuvat rahapeliongelmaan liittyvään häpeäkokemukseen ja tarkennettuna ongelmapelaajiin, jotka ovat itse kirjoittaneet tarinansa omasta elämäntilanteestaan. Häpeä ilmiönä on kiinnostava ja monella tavalla sosiaalityöhön kytkeytyvä. Häpeän kokemusta rahapeliongelmiin liittyen ei ole Suomessa vielä juurikaan tutkittu. Sosiaalityössä tulisi tunnistaa häpeän tunteet sekä asiakkaassa, että mahdollisesti itsessään. Myllyviidan (2020, 259) mukaan häpeä syntyy

alun alkaen suhteessa toiseen ihmiseen ja asiakkaan häpeäkokemuksen esille tuleminen voi aktivoida myös työntekijän omat häpeämuistot. Häpeä tarttuu suhteessa puolin ja toisin, jonka vuoksi työntekijän tulee tunnistaa omat häpeätuntemuksensa ja niitä laukaisevat tekijät, jotta ymmärtää kumman häpeästä milloinkin on kyse. Niiden tunnistaminen auttaa työntekijää myös tunnistamaan samoja asioita asiakkaassaan. (Emt. 263.) Se, miten ihminen kykenee käsittelemään kokemaansa häpeää ja asettamaan sen osaksi elämäntarinaansa vaikuttaa hänen suhtautumiseensa sekä muihin, että itseensä (Pekkarinen 2015, 280). Näin ollen koetut häpeäkokemukset voivat estää sekä asiakasta, että työntekijää kohtaamasta häpeän tunnetta tai ottamasta sitä puheeksi.

Tutkimuskysymysten avulla tuotetaan tietoa rahapeliongelmaan liittyvästä häpeäkokemuksesta, sen merkityksestä sekä huomioimisesta sosiaalityössä asiakkaan hakiessa apua rahapeliongelmaansa. Seuraavaksi kuvataan tutkimuksessa käytetty aineisto ja syvennytään tutkimuksen eettisiin kysymyksiin.

## 4.2 Aineisto ja tutkimusetiikka

Tutkimuksessa käytetään valmista aineistoa, joka on saatavilla ilman tutkimuslupaa. Tutkimusaineistona on pelirajaton.fi -verkkosivustolla avoimesti saatavilla olevat ongelmapelaajien kirjoittamat tarinat tilanteestaan. Pelirajaton.fi -verkkosivusto tarjoaa vertaistukea heille, joilla on rahapeliongelma sekä heidän läheisilleen. Sivustolla ei ole tarinoita tai niiden kirjoituspyynnöistä taustatietoja. Tarinoita on saatavilla 16 kappaletta, joista tutkimukseen valikoitui kahdeksan tarinaa, kaikki, joissa mainittiin sana häpeä. tarinat olivat kiinnostavia ja antoi mahdollisuuden koota aineisto nopealla aikataululla. Lisäksi pohdin mahdolliseen uusien tarinoiden keräämiseen verraten näiden valmiiden, omilla ehdoilla vapaaehtoisesti kirjoitettujen tarinoiden olevan eettisesti kestävä ratkaisu.

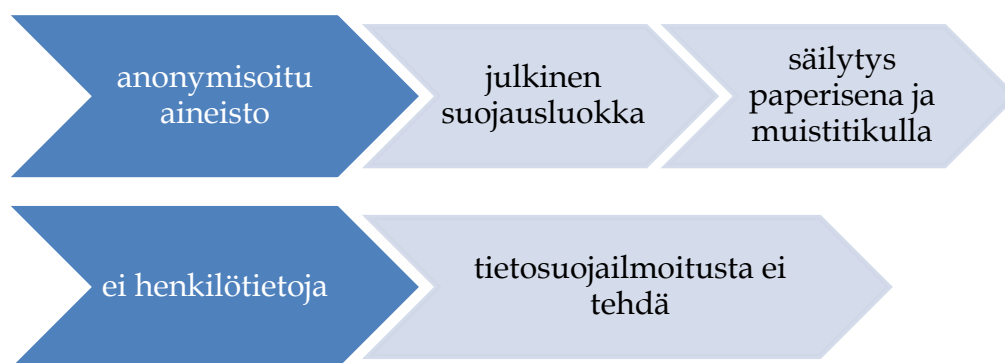
Tarinat olivat pituudeltaan 4–11 sivuisia. Yhteensä aineistoa oli 43 sivua fontilla Times New Roman ja rivivälillä 1,5 kirjoitettuna. Kirjoittajista viisi oli miehiä ja kaksi naisia. Tarinoissa kertojat puhuvat minä -muodossa ja yhtä tarinaa lukuun ottamatta heidän kertomuksensa alkaa jo lapsuudesta. Käytän tulosluvussa aineistositaatteja, jotka olen merkinnyt lainausmerkein. Jos olen jättänyt jotain lainauksen välistä pois, olen merkinnyt sen kolmella pisteellä.

Olen ollut yhteydessä pelirajaton.fi -verkkosivustoa ylläpitävään Sosiaalipedagogiikan säätiön Pelirajaton-toiminnan päällikköön ja saanut häneltä tiedon, että verkkosivustolla julkisena olevat kokemustarinat ovat käytettävissä tutkimukseeni, eikä siihen ole tutkimuseettistä estettä. Sain myös tietooni, että tarinat on anonymisoitu ennen julkaisemista vaihtamalla nimiä. Tutkimuksessa käytettävät tarinat

koodataan nimillä tarina 1 (T1), tarina 2 (T2) ja niin edelleen. Riskinä näin sen, että aineisto ei olisi ollut riittävä tuottamaan syvällistä ymmärtämystä tutkittavasta ilmiöstä (Puusa ja Julkunen 2020, 190).

Kuviossa 3 esittelen tutkielman aineistohallintaa ja tietosuojaa. Olen tehnyt tietosuojan vaikutusten arvioinnin alkukartoituksen ja sen perusteella tietosuojan vaikutusten arviointia ei tarvitse tehdä. En myöskään käsittele aineistossa henkilötietoja, koska aineisto on valmiiksi anonymisoitua. Näin ollen tietosuoja-asetus (EU 679/2016) ei tule sovellettavaksi ja tietosuojailmoitusta ei tehdä. (Jyväskylän yliopisto 2022.) Myös tutkittavien henkilöiden informointi on mahdotonta, koska heistä ei ole tietoja. Näin ollen tässä tutkimuksessa voidaan poiketa tutkittavien informoinnista.

Anonymisoitu aineisto kuuluu julkiseen suojausluokkaan. Julkisen aineiston säilyttäminen kotona paperisena on sallittua ja sitä voi säilyttää myös ulkoisella muistivälineellä, kuten muistitikulla. (Jyväskylän yliopisto 2023.)



Kuvio 3 Aineistohallinta ja tietosuoja

Julkinen aineisto tuo eettisen haasteen ja olen tiedostanut asian. Tutkittavia ei ole voitu informoida tutkimuksesta, kysyä tutkimuslupaa, eikä heillä ole ollut mahdollisuutta vaikuttaa asiaan, kuten laadullisen tutkimuksen hyviin periaatteisiin kuuluu (Tuomi ja Sarajärvi 2018, 156). Tutkimuksessa huomioidaan kuitenkin se, että tutkittavia pyritään kaikin käytettävissä olevin keinoin suojaamaan ja heidän anonymiteettinsä säilyttämään. Salla-Maaria Laaksonen (2018) esittää verkkotutkimuksen olevan täysin mahdollista ja hyödyllistä, vaikka suostumusta ei voida saada, kunhan kiinnittää muutoin huomiota tutkimuksen eettisyyteen. Verkkoaineistoissa ei niinkään tutkita ihmistä vaan tyypillistä on, että ihmisen, datan ja tekstin raja on hämärtynyt ja eettisessä harkinnassakin pitää pohtia asioita laajemmin. (Emt. 2018.) Tämä tutkimus ei kohdistu niinkään henkilöihin, vaan heidän tuottamaansa tekstiin ja siinä ilmeneviin merkityksiin. Tässä tutkimuksessa käytetty aineisto on julkista, mutta sitä

tulee arvioida myös kontekstiinsa ja tiedon arkaluontoisuuteen peilaten. Tutkijalla tulee olla ammattitaitoa ja rohkeutta rakentaa tutkimusasetelma niin, että tutkimuksen eettisyys toteutuu, sillä on perusteltua tehdä myös yhteiskuntatieteellistä tutkimusta verkossa olevasta aineistosta, jota voi muutoin olla vaikea tavoittaa (Laaksonen 2018).

Tutkimuksen tekeminen on kietoutunut usealla tavalla tutkimusetiikkaan, joka kulkee mukana koko tutkimusprosessin ajan (Vilka 2021, 41). Noudatan tutkimuksessani Tutkimuseettisen neuvottelukunnan (TENK) mukaisesti hyviä tieteellisiä käytäntöjä. Teen tutkimusta rehellisesti, huolellisesti ja tarkasti koko prosessin ajan tutkimussuunnitelmasta raportointiin saakka. Käytän eettisesti kestäviä tiedonhankinta-, tutkimus- ja arviointimenetelmiä ja raportoin niistä avoimesti sekä vastuullisesti. Viittaan tekstissäni alkuperäisiin kirjoittajiin ja olen huolellinen kaikessa työssäni. (Vastuullinen tiede 2018.)

Hännisen (2008, 124) mukaan julkaistut omaelämäkerrat ovat tutkijalle siinä ongelmaton, että niissä kirjoittaja on jo itse pohtinut sen, mitä haluaa julkaista ja tuoda esiin julkaisussaan omalla nimellä tai nimimerkillään. He ovat antaneet julkaisunsa yleiseen käyttöön tietoisina siitä, että niitä luetaan, arvioidaan, analysoidaan ja lainataan. Olen kuitenkin jo edellä aineiston esittelyssä arvioinut sen eettisyyttä ja siihen liittyviä haasteita, joten tässä keskityn tutkimuksen muiden osien eettisyyteen. Hännisen (2018) mukaan narratiivinen tutkimus on sinällään eettisesti laadukasta, koska se antaa tutkimuskohteilleen mahdollisuuden saada oma äänensä kuuluviin ja kunnioittaa ihmisen ominaislaatua. Narratiiviseen tutkimukseen liittyy kuitenkin myös eettisiä ongelmia, jotka tutkijan tulee tiedostaa ja ottaa huomioon toiminnassaan. Tarinan asettaminen tulkittavaksi ja tutkijan siitä tekemät tulkinnat voivat tuntua loukkaavilta. Tulkinnassa tulee pyrkiä vahingon välttämiseen ja olennaista on, ettei tarinan arvoa mitätöidä tai kyseenalaisteta. Ongelmaksi voi muodostua myös se, että henkilön tarina jää tunnistettavaksi, vaikka nimet on poistettu ja yksityiskohtia muutettu. (Hänninen 2018, 204–205; Hänninen 2008, 131.) Tärkeää on tiedostaa, että tutkijan esittämät tulkinnat ovat nimenomaan ja vain tulkintoja, jotka voidaan haastaa toisella tulkinnalla.

Tässä tutkimuksessa analyysi toteutettiin narratiivisin menetelmin ja analyysin vaiheet on kuvattu mahdollisimman tarkasti tutkimuksen uskottavuuden ja luotettavuuden takaamiseksi. Kuten laadullisessa tutkimuksessa yleensäkin, tulkinta on syntynyt useiden työvaiheiden kautta ja siihen on liittynyt hermeneuttinen ymmärtämisen prosessi. Ymmärryksen lisäämistä kuvataan tarinallisen tutkimuksen keskeisenä elementtinä. Tutkielmassa on pyritty kuvaamaan todellisuuden rakentumista sosiaalisissa suhteissa rakennettujen merkitysten kautta. Tutkijana olen myös huomionnut narratiivisen tutkimuksen sisältävän erilaisia tulkintoja. tarinat aineistona ovat kirjoittajiensa tulkintoja elämästään ja tulokset ovat tutkijan tulkintaa niistä. Tulkin-



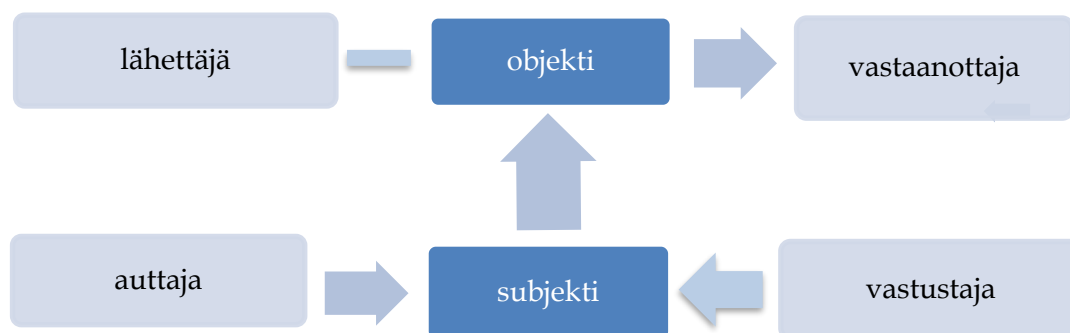
taan vaikuttaa aina myös se, että tarinoita, jotka ovat mennyttä aikaa, katsotaan nykyhetkessä. (Puusa, Hänninen ja Mönkkönen 2021, 226–227.) Olen perustellut tutkimuksen aikana tekemiäni valintoja, jotta lukija saisi mahdollisimman hyvän käsityksen tutkimuksen etenemisestä ja prosessin aikana tapahtuneista valinnoista. Valintoja tehdessäni olen punninnut niitä myös eettiseltä kannalta. (Juuti ja Puusa 2021, 175.)

### 4.3 Analysointi

Hännisen (2018, 188) mukaan aiemmin käytettyjä ja metodologisessa kirjallisuudessa esitettyjä aineistonkeruun ja analyysin menetelmiä voi soveltaa omassa tutkimuksessaan sopivalla tavalla. Analyysitapoja on valtavasti ja ne luokitellaan esimerkiksi sen mukaan, minkä tyyppiin kysymyksiin analyysillä pyritään vastaamaan. Ollaanko kiinnostuneita kertomusten sisällöstä vai kertomisen tavasta. (Hänninen 2018, 195.) Puusan, Hännisen ja Mönkkösen (2021, 225) mukaan kertomuksia voidaan analysoida tutkimalla miten kertoja tekstissään asemoi itseään ja omaa paikkaansa yhteisössä. Tässä tutkimuksessa ollaan kiinnostuneita narratiivisesta tutkimustavasta, jolla tutkitaan kertomusten sisältöä, tutkimuksessa käytetään Algirdas Julian Greimasin (1980) kehittämää aktanttimallia, jolla pyritään löytämään tarinoista toimijuuksia. Hännisen (2018, 202) mukaan aktanttimallin soveltamista on hyödynnetty sosiaalitieteissä etenkin media-aineistojen analyysiin. Erityisesti tässä tutkimuksessa ollaan kiinnostuneita häpeän roolista ongelmapelaajan kertomuksessa. Tämän lisäksi analysoinnissa hyödynnetään mimesis-prosessia.

Greimasin aktanttianalyysi sopii hyvin tämän tyylliseen tutkimukseen, jossa halutaan tarkastella tarinan syvärakennetta eli sen dynamiikkaa tuottavia voimia. Greimasin malli perustuu venäläisen kansanperinteentutkijan Vladimir Proppin havaintoon siitä, että kansansaduissa on tunnistettavissa tietyt vakioelementit. Aktanttianalyysissä jäljitetään nimensä mukaisesti tarinan aktantteja, eli tarinan juonta kantavia voimia. Aktantit ovat usein henkilöitä, mutta ne voivat olla myös vaikuttavia voimia ja yhdessä aktanttiroolissa voi olla useampi henkilö tai asia. Greimasin näkemys mukaan tarinoista on löydettävissä tietty aktanttien joukko. Aktanttien suhdetta toisiinsa voidaan kuvata kuviossa neljä esiteltävän aktanttimallin avulla. Aktanteista keskeisin on *subjekti*, joka tavoittelee *objektia*. Subjekti on siis päähenkilö, joka tavoittelee jotain tiettyä asiaa tai asiaintilaa. Muita aktantteja ovat *lähettäjä*, joka saa subjektin tavoittelemaan objektia ja on toiminnan motiivi. *Auttaja*, joka auttaa tai tukee subjektin pyrkimyksiä. *Vastaanottaja* on se taho, joka hyötyy subjektin pääsemisestä tavoitteeseensa. *Vastustaja* yrittää estää subjektin pääsemistä tavoitteeseensa. Aktant-

timallin avulla voi tuoda esiin yhteisiä tai poikkeavia tapoja hahmottaa tiettyyn tilanteeseen liittyvien tahojen merkitystä. (Greimas 1980, 198–206; Hänninen 2018, 201–202.) Aktanttianalyysissä on kyse kertomuksen toimijoiden välisten suhteiden analysoinnista ja tulkinnasta.



Kuvio 4 Aktanttimalli<sup>3</sup>

Aktanttianalyysissä etsitään siis edellä mainittuja rooleja, joita tarkastellaan systemaattisesti aktanttimallin avulla. Aktanttimalleja tehdään useita, jotta kertomus ja toimijoiden väliset suhteet avautuvat useasta näkökulmasta. Aktanttimallissa voi myös kierrättää eri toimijoita esimerkiksi subjektiä vaihtamalla. Aktanttimallin avulla muodostettu tulkinta tapahtumien kulusta perustuu kertomukseen, eli empiriaan. Tulkintaan on mahdollista liittää laajempia kulttuurisia kytkentöjä ja käyttää mielikuvi-tusta. (Jyväskylän avoin yliopisto 2020.) Tämän tutkimuksen analyysissä aktantteja tullaan lisäämään tarinan ulkopuolelta ja muuttamaan analyysin eri vaiheissa. Aineis-tossa ei ole sosiaalityön kuvausta, mutta aktanttiroolien lisäämisen myötä aineistosta pyritään tuomaan esiin sosiaalityöntekijän rooli ja mahdollisuudet häpeän kokemuksen kohtaamisessa.

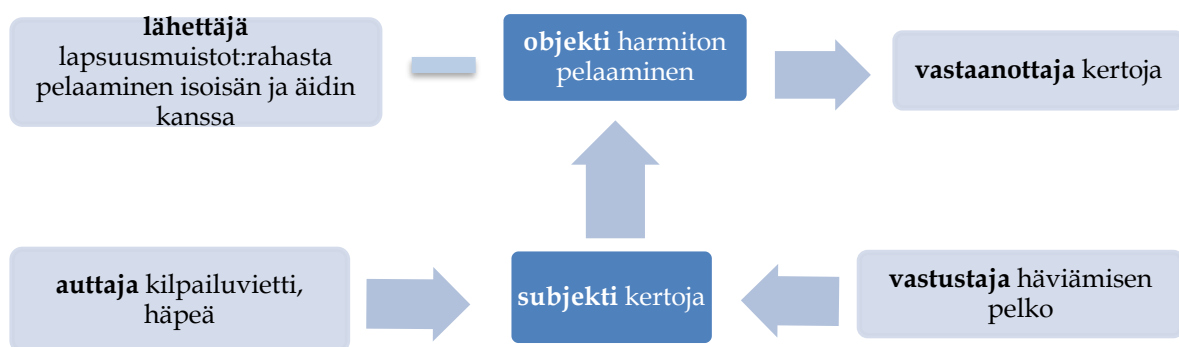
Narratiivisuuteen liitetään usein hermeneuttinen kehä. Paul Ricoeurin (2005, 166) kuvailema 3-tasoinen mimesis on hermeneuttinen prosessi, jolla pyritään kerron-nalliseen uudelleenahmottumiseen. Mimesis 1 on arkielämän esiymmärrys. Tässä tutkielmassa on teorialuvuissa tuotu esille tärkeimmäksi näkemäni teoria aiheesta, va-lituista käsitteistä ja aiemmista tutkimuksista. Mimesis 2 juonentaa tapahtuneen ja luo siitä kertomuksen. Juoni on merkityksellinen kokonaisuuden luomisessa, mutta sa-malla se kertoo toimijat, päämäärät, seuraukset ja vuorovaikutussuhteet. Tärkeää on se, että vaiheessa kaksi koettu tuotetaan ulkoiseksi kertomukseksi, eli tekstiksi tai pu-heeksi. Tarinat on esitetty kertojansa sanoin kertomuksina, joihin tutkijana olen tuo-nut oman käsitykseni mukaan analyysivaiheessa. Mimesis 3 kuvaa todellisuuden uu-delleenahmottumista eli sitä minkä olemme kertomuksen myötä omaksuneet osaksi elämäämme. Kertomukset jäsentävät ja rikastavat elämän merkityksiä, jolloin elämän

<sup>3</sup> Greimas 1980, 206.

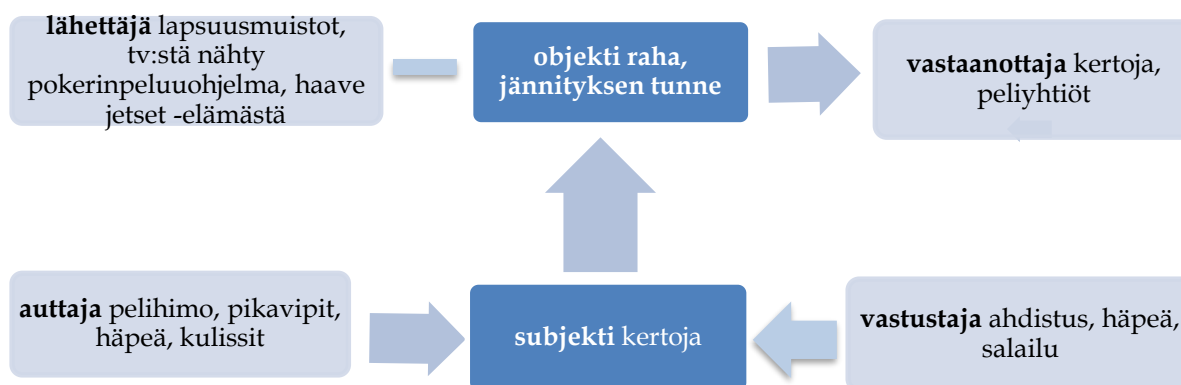
ja kertomusten välille syntyy spiraalimainen kehä. Prosessi kuvaa sitä, että ihmisen kokemus on aina kietoutunut kulttuuriin ja sen historiaan. Aktanttianalyysin ja hermeneuttisen mimesis-prosessin tuloksena on syntynyt todellisuuden uudelleenhahmottuminen tämän tutkimuksen näkökulmasta ja se esitetään lukijalle tulosluvuissa. (Ricoeur 2005, 166; Virkkala 2020, 117–118.)

Luettuani koko aineiston läpi valikoin tutkimukseeni ne tarinat, joissa mainittiin häpeä sanana. Häpeä mainittiin kahdeksassa tarinassa, yhteensä 25 kertaa. Tämän jälkeen otin nämä kahdeksan tarinaa tarkempaan käsittelyyn ja koodasin ne nimillä tarina (T) 1–8. Tein tarinoista juonirakenneanalyysit, joissa hain tarinoiden käännekohtat eli alun, keskikohtan ja lopun. Puusa, Hänninen ja Mönkkönen (2021, 224) toteavat, että tarinassa tapahtumat eivät seuraa toisiaan tasaisesti, vaan ne muodostuvat jännitteiden alkamisen, kehittymisen ja ratkeamisen kokonaisuuksina. Hänninen (2018, 199) kertoo juonirakenteen osoittavan tarinan lopputilanteen suhteessa alkutilanteeseen sekä kuvaavan minkälaisen tapahtumien kautta ja henkilöhahmojen myötä tarina etenee. Juonirakenneanalyysien tekeminen loi minulle yhä syvempää ymmärrystä tarinoiden kulusta ja niiden avulla tarinoita oli helpompi vertailla. Tämän jälkeen tein aktanttianalyysit tarinoiden eri kohdista (alku, keskikohta ja loppu), jotka olivat syntyneet juonirakenneanalyysin tuloksena. Kuvioissa 5–7 on esimerkkinä tarinan seitsemän analyysit. Tarinoiden juonirakenneanalyysi sekä eri vaiheiden analysointi osoitti kolme erillistä häpeäjuonta, joista lisää tulosluvussa 5.1.

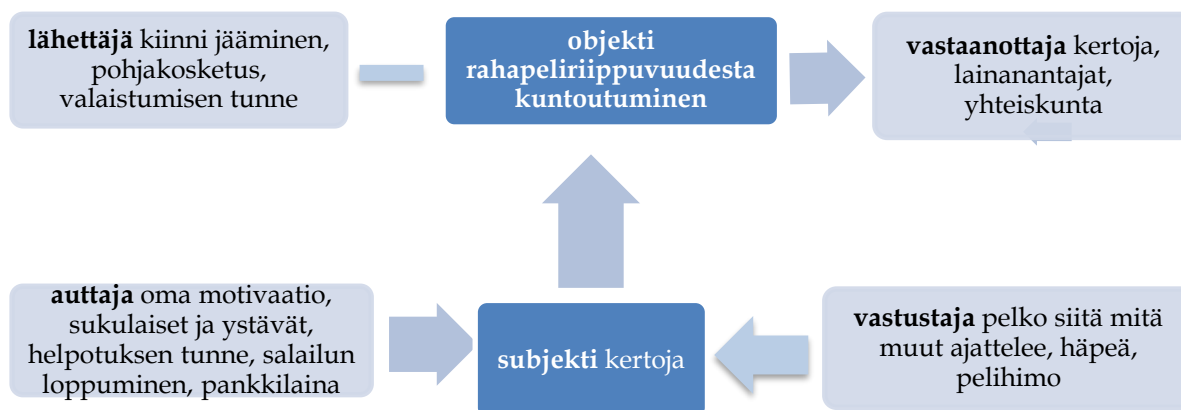
Jatkoin tutkimalla häpeän roolia tarinoiden aktanttianalyysissa. Tein analyysia hakien vastausta siihen minkälainen rooli häpeällä on tarinoiden eri vaiheissa. Kokeilin myös aktantteja eri rooleihin, etsien monipuolista näkökulmaa. Analyysissa siis etsin kokeilemalla vastausta tutkimuskysymyksiini. Häpeän roolista tarinoiden eri vaiheissa kerron luvussa 5.2.



Kuvio 5 Aktanttianalyysi tarinan alusta (T7)



Kuvio 6 Aktanttianalyysi tarinan keskikohdasta (T7)



Kuvio 7 Aktanttianalyysi tarinan lopusta (T7)

Tämän jälkeen laadin mind mapin tarinoiden lopputilanteista tehdyissä analyysissä esiin tulleista vastustajista, jonka pohjalta päädyin analysoimaan tarinat vielä kertaalleen eri näkökulmasta. Tähän päädyin siitä syystä, että tutkimus oli jo tässä vaiheessa tuottanut minulle tietoa avun hakemisen ensikontaktien merkityksestä, erityisesti, jos kontakti epäonnistuu. Tämä herätti mielenkiintoni tutkia nimenomaan avun hakemisen vaihetta häpeän näkökulmasta. Tässä analyysissä subjektina toimi kertoja ja objektina häpeästä irtautuminen. Objektin tuotin analyysiin itse saadakseni vastauksia siihen, mitä häpeään liittyy ja mitkä tekijät ovat häpeän kumppaneina vastustajan roolissa. Auttajaroolissa olevat tekijät poimin auttaviksi ja tukeviksi seikoiksi avun hakemisen vaiheessa. Esimerkin analyysistä olen muotoillut taulukon muotoon (Taulukko 1), jotta se on runsaan sisältönsä vuoksi helpommin luettavissa. Ryhmittelin aktanttianalyysitaulukkoon kokoamani auttajat ja vastustajat värikoodilla erilaisiin ryhmiin, jotka nimesin. Näistä kerron lisää luvussa 5.3.

Taulukko 1 Aktanttianalyysi häpeästä irtautumisesta (T7)

subjekti	objekti	lähettäjä	vastaanottaja	auttaja	vastustaja
kertoja	häpeästä irtautuminen	kiinni jääminen	kertoja	vahva oma motivaatio	pelko siitä mitä muut ajattelevat, miten muut reagoivat ongelman paljastumiseen
		pohjakoketus		sukulaiset ja ystävät: tuki, apu ja ymmärrys	kokemus siitä, että oma persoona on muuttanut jatkuvan salailun myötä
		valaistumisen tunne		helpotuksen tunne	parisuhteen kariutuminen
				ei tarvitse enää salailla	
				ajattelee parantumisen olevan sitä, että voi elää elämää, vaikka onkin peliriippuvainen	
				ongelmasta kertominen laajalle ystäväpiirille -> laaja tukiverkosto	

Erilaisten analyysivaiheiden jälkeen tuloksista alkoi mielessäni syntymään tyyppitarinoita sen perusteella, minkälaisia avunhakijatyyppejä tarinoiden kertojat olivat. Tein vielä yhden analyysikierroksen, jossa aktanttianalyysin pohja yhdistyi Itäpuiston (2019) tutkimuksen mukaisiin toimijarooleihin. Tässä analyysissä objektin roolissa oli avun hakeminen ja muita aktanttirooleja etsin tarinoista seuraavaksi kuvaamalla tavalla. Itäpuisto (2019, 1035; 1040) on tutkimuksessaan tunnistanut avunhakuprosessin avaintoimijoita, joita hän kuvaa sanoilla motivator, activator ja actor.

Aktanttianalyysissä yhdistin motivaattorin lähettäjän rooliin, se nähdään syynä avunhakemiseen, toiminnan motiivina. Aktivaattori on aktanttianalyysin auttaja, joka edistää tavoitteeseen pääsemistä, mutta ei ole varsinainen toiminnan käynnistäjä. Actor on toimija, joka muuttaa avunhakupäätöksen teoksi ja on aktanttianalyysissä subjektin roolissa. Seuraavista taulukoista 2–4 ilmenee, miten olen soveltanut Itäpuiston (2019) tutkimuksessaan esittelemiä avaintoimijoita yhdistäen ne aktanttianalyysin aktoreihin.

Taulukko 2 Aktanttianalyysi avun hakemisesta (T4) <sup>4</sup>

subjekti (actor)	objekti	lähettäjä (motivator)	vastaanottaja	auttaja (activator)	vastustaja
kertoja	avun hakeminen	ystävä	kertoja	ystävät	häpeä
		toivon näkeminen		työ	itseinho

Taulukko 3 Aktanttianalyysi avun hakemisesta (T3) <sup>4</sup>

subjekti (actor)	objekti	lähettäjä (motivator)	vastaanottaja	auttaja (activator)	vastustaja
kertoja	avun hakeminen	itsetuhoiset ajatukset	kertoja	kriisikeskus	häpeä
		kriisi		vaimo ja muut läheiset	syyllisyys
				totuuden kerrominen puolisolalle	itsetuhoisuus
					masennus

Taulukko 4 Aktanttianalyysi avun hakemisesta (T8) <sup>4</sup>

subjekti (actor)	objekti	lähettäjä (motivator)	vastaanottaja	auttaja (activator)	vastustaja
puoliso	avun hakeminen	kiinni jääminen	kertoja	perhe	itseinho
		pohjakosketus		terapia	häpeä
		itsemurhayritys		armollisuus	sosiaalinen media
				ystävät	älypuhelin
				vertaistuki	

<sup>4</sup> Itäpuisto 2019, mukailleen.

Itäpuisto (2019, 1042–1043) on tunnistanut näiden toimijaroolien yhtenevyyksiä avun hakemisen prosessissa, jolloin hän on löytänyt erilaisia avunhakijatyyppejä, joita peilaan omassa tutkimuksessani esiin tulleisiin avun hakemisen tyyppitarinoihin. Taulukossa 2 on esimerkki analyysistä, josta muodostui tyyppitarina häpeän vaientama, taulukossa 3 on esimerkki menneisyyden taakkaa kantavan analyysistä ja taulukossa 4 läheisen tuesta hyötyvän.

Aktanttianalyysi koostui aktanttien testaamisesta ja tein jokaiselle tarinalle useita aktanttianalyyseja. Analyysi oli vahvasti sidoksissa hermeneuttiseen mimesisprosessiin, jossa syntyi yhä syvempi ymmärrys ilmiöstä. Prosessimainen työskentely analyysia tehdessä synnytti lopuksi mimesis kolmen kohdalla mainitun todellisuuden uudelleen hahmottumisen tyyppitarinoiden muodossa. Syntyneitä tyyppitarinoita esittelen luvussa kuusi.

## 5 HÄPEÄN MERKITYS ONGELMAPELAAJAN ELÄMÄNKULUSSA

Tutkimuksessa etsin häpeän saamia merkityksiä ongelmapelaajien kertomuksista. Ensin löysin häpeäjuonia, eli asioita, joita aineistona olevissa tarinoissa hävettiin. Häpeäjuonet tulivat esille analyysin ensimmäisessä vaiheessa, jossa tein tarinoille juonirakenneanalyysit sekä ensimmäiset aktanttianalyysit tarinoiden eri vaiheista. Kuvaan häpeäjuonia ja niiden ilmenemistä tarinoissa aineistositaattien avulla luvussa 5.1. Tämän jälkeen luvussa 5.2 esittelen häpeän rooleja. Roolit tulivat esille tarinoiden alusta, keskikohdasta ja lopusta tehdyistä aktanttianalyyseista (ks. kuviot 5–7). Käyn tulosluvussa läpi häpeän esiintymistä eri aktanttirooleissa käyttäen aineistositaatteja kuvaamaan roolien esiintymistä tarinoissa. Lopuksi keskityin analyysissa avun hakemisen vaiheeseen, sillä se osoittautui olennaiseksi. Luvussa 4 esitin esimerkin, miten aineiston aktanttianalyysillä oli mahdollista tunnistaa häpeää lisääviä ja vähentäviä tekijöitä tai seikkoja, joilla oli yhteys häpeän kokemiseen tai siitä irtautumiseen (taulukko 1). Esittelen alaluvussa 5.3 tuloksina häpeään liittyvät vastustaja-aktantit, jotka lisäsivät ongelmapelaajan häpeää tai toimivat häpeän ylläpitäjinä ja auttaja-aktantit, jotka vähensivät häpeäkokemusta tai auttoivat siitä irtautumisessa.

### 5.1 Häpeäjuonet

Juonirakenneanalyysin myötä luotiin syvempi ymmärrys aineistona oleviin ongelmapelaajien tarinoihin. Tarinoissa olevista häpeäkokemuksista ilmeni kolme erilaista juonta sille mitä kertojat häpesivät tai mistä häpeä tarinassa kumpusi: häviämiseen liittyvä häpeä, rahojen menettämiseen liittyvä häpeä ja vilpillisin keinoin hankittuun rahaan liittyvä häpeä. Kahdessa tarinassa häpeä liittyi häviämiseen ja se oli liittynyt siihen jo ennen rahapeliongelman syntymistä tai hyvin nuoresta alkaen. Tällöin häpeä



kumpuaa enemmän siitä, mitä muut ajattelevat, kuten myös Hing ym. (2016, 40) tuo tutkimuksessaan esille kuvatessaan monien olevan huolissaan siitä, miten muut näkevät heidät. Häpeä häviämisestä liitettiin myös lapsesta saakka olleeseen kovaan kilpailuviettiin.

”Tuntui jo silloin jotenkin häpeälliseltä hävitä rahansa johonkin pelikoneeseen.” (T5)

”Minulla oli jo nuorena erittäin kova kilpailuvietti, ja on yhä nykyäänkin, mutta osaan hallita sitä jo paremmin. Häviäminen ei ole enää maailman kama-  
lin asia. Hopea ei ole häpeä.” (T7)

Molemmissa tarinoissa tulee esiin hyvät muistot pelaamiseen liittyvästä rahasta, ja voittamiseen liittyvästä hyvästä tunteesta. Hyviä pelimuistoja oli syntynyt jo lapsuudessa. Häpeä liittyi tarinoissa myöhemmässä vaiheessa myös siihen, ettei peliongel-  
masta pystynyt kertomaan kenellekään.

Toinen häpeäjuoni liittyi koettuun häpeään siitä, että on pelannut kaikki rahat.

”Jo alkuvaiheesta lähtien valehtelu tuntuu pahalta, en vain pysty kertomaan, että olen tehnyt jotain niin tyhmää ja pelannut rahani. Häpeän stigma oli kova.” (T1)

”Totuuden kertominen vaimolle ei ollut vaihtoehto, häpeän tunne oli liian suuri, olin totaalisen epäonnistunut.” (T1)

Tarinoissa kuvautui hyvin ongelman syventyessä kertojan kohdistama häpeä itseensä, ei omaan toimintaan. Kertojat kokivat alussa tehneensä tyhmän teon ja myöhemmin häpeää ei enää liitetty tekoon vaan omaan itseensä. Tarinoista tuli esille myös tunne-  
lataus ja tunnetilojen muuttuminen ääri-tilasta toiseen, joka pelaamisen hetkellä on ollut.

”Viimeisen pyöräytyksen jälkeen koitti herääminen...ahdistus valtasi kehon. Koin fyysisistä pahaa oloa...istuin paikallani järkyttyneenä siitä mitä olin taas tehnyt. Hetki sitten kokemani huuma ilo ja jännitys oli vaihtunut häpeään, itseinhon ja pelkoon. Mitä nyt tapahtuu? Kuinka hoidan kaikki laskut tai ystä-  
vieni velat, jotka olin luvannut hoitaa palkkapäivänäni?” (T2)

Myös Hing ym. (2016, 39-40) ovat stigmatisoitumista koskevassa tutkimuksessaan tuoneet esille ongelmapelaajien kuvaavan itseään heikoiksi, tyhmiksi, arvottomiksi, huonoiksi, häpeällisiksi. He tunsivat syyllisyyttä sekä vihaa ja ärtymystä itseään kohtaan. Heidän heikentynyt itsetuntonsa ilmeni häpeänä.

Viimeinen tyypillinen häpeän esiin tuleminen oli häpeä keinoista, joilla oli hankkinut rahaa.

”...lainasin työpaikaltani rahaa salaa...se huomattiin ennen kuin olin ehtinyt palauttaa rahat. Häpeä oli suuri, enkä pystynyt myöntämään asiaa töissä.” (T4)

”Hallinnassani oli työnantajan rahoja, jotka lopulta ajautuivat pelitililleni. Muistan loppuelämäni sen päivän, jolloin pomoni tuli sanomaan, että sinulla on...tilittämättömiä kassoja...Polveni menivät veteliksi, luulin kuolevani...Maailmani oli kuitenkin romahtanut. Sitä häpeän määrää ei pysty mitenkään kuvaamaan.” (T6)

”Tavakseni alkoi tulla pikkuhiljaa laskujen maksamatta jättäminen, karhukirjeiden piilottaminen, valehteleväminen, rahan lainaaminen, varastaminen ja huijautuminen.” (T8)

Työpaikalta rahan varastaminen aiheutti häpeää myös siitä, että menetti työnsä tämän vuoksi. Tarinoista tuli myös esille pelaajien tarve pitää kulisseja kasassa, vaikka ne osittain olivat jo hajonneet.

”Minun tiedettiin ottaneen rahat. Myönsin asian ja kirjoitin erotodistuksen...maailmani oli romahtanut...miten tämän selitän sukulaisille ja kavereille. Pystytkö vielä pitämään kulisseja pystyssä?” (T4)

”Sovimme työnantajani kanssa, että otan itse lopputilin. Seuraavat kolme kuukautta oli häpeän täyttämää aikaa.” (T6)

Rajuimmillaan häpeä aiheutti itsetuhoisuutta, kun muuta vaihtoehtoa ei nähty. Suomalaisessa kirjallisuudessa Mauri Aalto (2022) ja Pekka Heinälä (2015) tuovat esille, että itsemurhat, itsemurha-ajatukset ja -yritykset ovat tavallisempia rahapeliongelmaisilla verrattuna muuhun väestöön. Muuhun väestöön verrattuna heidän itsemurhariskinsä on noin kaksinkertainen. Tämän vuoksi riskiä tulee arvioida, jos epäillä rahapeliongelmaa. Suurentunutta itsemurhariskiä selittävät osaltaan häpeä ja syyllisyys, taloudelliset huolet, rikosoikeudelliset seuraamukset, epäonnistuneet lopettamisyritkset ja hoidon heikko saatavuus. (Aalto 2022, 156; Heinälä 2015, 101–102.) Myös Heather Wardle ja Sally McManus (2021, 46–47) ovat havainneet tutkimuksessaan, että ongelmapelaaminen saattaa olla merkittävä ja alitunnustettu itsemurhariskitekijä. Heidän tuloksensa kuitenkin poikkeavat edellisestä, sillä he arvioivat riskin itsemurhayritykseen olevan noin yhdeksänkertainen miehillä, ja viisinkertainen naisilla, joilla oli ongelmapelaamiskäyttäytymistä. Seuraavissa aineistolainauksissa kuvataan häpeän ja ongelmapelaamisen aiheuttamia itsemurhayrityksiä.

”Olin jäänyt kiinni! Kiinni vippien ottamisesta vieraiden ihmisten nimiin ja kavalluksesta...Kaivoin kaapista tehokkaimmat lääkkeet, mitä löysin ja aloin napsia niitä itkien...Menin pihan perällä olevalle kivelle istumaan ja odottamaan lähtöä.” (T8)

”Päämääräni kirkastuu entisestään: en ansaitse elää, en kestä tätä häpeän tunnetta!” (T1)

Tutkimuksessa tunnistin aineistona olevista tarinoista kolme häpeäjuonta, joille tarinan kertojat olivat itse antaneet merkityksen rahapelaamiseen liittyvinä häpeällisinä asioina: häviämiseen liittyvä häpeä, rahojen menettämiseen liittyvä häpeä

ja vilpillisin keinoin hankittuun rahaan liittyvä häpeä. Seuraavissa tuloksissa keskitytään sellaisiin häpeän rooleihin, joita analysointi on aineistosta tuottanut.

## 5.2 Häpeän roolit tarinan eri vaiheissa

Tarinan eri vaiheista tehdyt aktanttianalyysit osoittivat, että häpeällä on tarinan eri vaiheissa erilaisia rooleja. Yleisin häpeän rooli oli vastustaja, mutta häpeä esiintyi tarinoissa myös auttajan ja lähettäjän rooleissa. Auttajana häpeä oli tarinan alku- ja keskiosissa, jolloin pelaaja tavoitteli harmitonta pelaamista, rahaa ja jännityksen tunnetta. Häviäminen olisi häpeällistä ja kilpailuvietti tukee voittamisen tarvetta. Häpeä voi olla samanaikaisesti auttajan ja vastustajan roolissa, joka ilmeni kuviossa 6 aktanttianalyysin esimerkissä.

Samuelsson ym. (2022) kuvaavat pelaamisen alkamiseen liittyvän usein pyrkimyksen rentoutumiseen sekä vapauden ja virkistyneen tunteeseen. Pelatessa ulkomaailma katoaa, kun keskittyy vain peliin ja samalla unohtaa ongelmat sekä tuntee elävänsä täysillä. Pelin imuun päästyään se tarjoaa pelaajalle paradoksaalisesti hallinnan ja rauhan tunteen hallitsemattomalta ja masentavalta näyttävää arjen epäjärjestyksestä vastaan. Tämä syvensi ongelmapelaamista. (Emt. 86–87.) Tämänkaltaiseen käyttäytymiseen liittyy myös aiemmin kuvaamani häpeän ja rahapeliongelman kehä, joka tulee elävästi esille seuraavassa aineistositaatissa:

”Huonoon oloon auttoi pelaaminen, silloin murheet unohtuivat ja on helppo paeta siihen pelimaailmaan. Erittäin nurinkurinen ajatusmalli, mutta sillain pelaajan ajatusmalli toimii.” (T1)

Kertoja häpeää pelaamistaan, jolloin häpeä on vastustajana hänen pyrkimyksilleen, mutta häpeä saa samanaikaisesti hänet pelaamaan lisää. Myös Yi ja Kanetkar (2010, 382) sekä Schlagintweit ym. (2017, 1075) ovat tutkimuksessaan todenneet rahapelamisen olevan itsessään selviytymismekanismi stressitekijöitä kohtaan.

Lähettäjänä eli syynä, miksi subjekti tavoittelee objektia, häpeä oli kahden tarinan loppuosassa. Näissä tarinan osissa objekteina oli avun hakeminen ja pelaamattomuus, joita kertoja tavoitteli. Häpeän lisäksi näissä tarinoissa oli myös muita lähettäjiä, kuten kiinni jääminen, itsetuhoajatukset ja maailman romahtamisen kokemus.

”Syyllisyys, häpeä ja itseinho olivat ennätyslukemissa. Itsetuhoajatukset olivat jo pitkään olleet mielessä...jostain sielun syövereistä nousi ajatus, joka kehotti soittamaan kriisikeskukseen...” (T3)

Eniten häpeä oli aktanttianalyysissa vastustajan roolissa, jossa se esiintyi tarinoissa kaikissa tarinan vaiheissa alusta loppuun. Häpeän vastustajarooli liittyi siihen,

että se pyrki estämään kertojaa saavuttamasta tavoittelevansa asiaa. Tarinan alku- ja keskivaiheessa häpeä oli vastustajana, kun riippuvuus alkoi hallita elämää:

”Pelaaminen hallitsi pian elämäni ja ajauduin velkakierteeseen. Ihmissuh-teissa työnsin kaikkia kauemmaksi, enkä halunnut kenenkään tietävän, että olin veloissa korviani myöten. Se oli todella häpeällistä.” (T4)

”Velkaa oli jo yli 10 000 euroa. En pystynyt vieläkään puhumaan asiasta. Häpeä oli aivan liian suuri.” (T5)

Samuelssonin ym. (2022) mukaan peliongelman paheneminen näkyy niin, että ongelmapelaaja ei enää vietä yhtä paljon aikaa läheistensä kanssa ja sosiaaliset kontaktit sekä aktiviteetit vähenevät. Eristäytymisen tulkittiin viittavan häpeän ja syyllisyyden lisääntymiseen. Välttämällä kohtaamisia, joissa peliongelma voisi tulla esille, ongelmapelaaja katkaisee itsensä normaalista vuorovaikutuksesta. Pelaamisen kiihtyessä ja tullessa ensisijaiseksi tehtäväksi elämässä, pelaajat menettivät itsetun-tonsa, eristäytyivät normaalista vuorovaikutuksesta ja alkoivat toimia yhteiskuntansa normeja ja arvoja vastaan. Huolimatta lukuisista yrityksistä rajoittaa pelaamistaan he kokivat joutuneensa syvemmälle epätoivon ja valheiden noidankehään. (Emt. 87–88.)

Tutkimusten (Schlagintweit ym. 2017, 1075; Yi ja Kanetkar 2010, 382–383) mu-kaan peliongelman vakavuus liittyy voimakkaammin häpeään kuin syyllisyyteen. Li-säksi häpeän kokeminen vaikuttaa siihen, että ongelmapelaaja käyttää usein välttele-viä selviytymisstrategioita, kuten toiveajattelua, salailua ja tappioiden vääristelyä. Hing ym. (2016, 41) ovat myös tuoneet esille salaamisen yhtenä yleisimpänä selviyty-miskeinona. Puolet heidän tutkimukseensa osallistuneista ei myöntäisi pelaamista muille hylkäämisen pelosta, koska tunsivat sen olevan liian häpeällistä ja ajattelivat, että kukaan ei ymmärtäisi. Tämä tukee tutkimustuloksiani, joissa häpeä liittyy vahvasti siihen, että pyritään salaamaan pelaaminen ja sen aiheuttamat ongelmat. Seuraavissa aineistoesimerkeissä kertoja kuvaa tilannetta, jossa hänen pelaamisensa uhkaa paljas-tua:

”Tuska kasvoi liian suureksi, sietämätön paine ja häpeä puristivat rintaa. En ol-lut siis koko pelihistoriani aikana kenellekään kertonut, että pelaan ongelmalli-sesti.” (T1)

”Kukaan ei tiennyt mitä olen salannut, nyt se kaikki uhkaa paljastua, ja en näe muuta ratkaisua kuin päättää päiväni.” (T1)

Samuelsson ym. (2022) tuovat esille myös ongelmapelaajan häpeän sekä syyllisyyden tunteet liittyen taloudelliseen tilanteeseen, valehtelemiseen sekä vanhempana toimi-miseen. Ero omien tekojen ja sen välillä, mitä haluaa opettaa lapsilleen, lisäsi häpeän ja syyllisyyden tunnetta. (Emt. 88–89.)

Paljastumisen hetkeä kuvataan aineistossa usein sanalla pohjakosketus. Tilanteessa koetaan olevan niin syvällä, ettei ole pois pääsyä ja paljastuminen voi olla helppotavaa, koska se lopettaa pitkäkestoisen salailun ja ahdistuksen siitä, että jää kiinni. Samuelsson ym. (2022, 89) kuitenkin huomauttavat, että rahapeliongelma on vaikea kertoa nöyryytyksen- ja syrjinnän pelon vuoksi.

”Se oli henkilökohtainen valaistumisen tunne. Herääminen vuosien horroksesta. Jokainen peluri tarvitsee henkilökohtaisen pohjakosketuksen. Sen koetua voi alkaa itse paraneminen.” (T7)

”Siinä oli vanhan elämäni kamalin päivä: pohjakosketukseni ja uuden elämäni alku!” (T8)

Koska rahapeliongelma kertominen on vaikeaa ja sen salaaminen näyttäytyy tavallisena, arvioin tilanteen usein etenevän niin pitkälle, että ongelma paljastuu vasta kun asiat ovat jo monella tavoin mutkikkaita. Silloin ”pohjakosketuksen” kokeminen on tyypillistä. Mikäli rahapeliongelman mahdollisuus pidetään mielessä ja siitä kysytään, voidaan sosiaalityössä mahdollisesti estää tilanteen eteneminen niin pitkälle.

### 5.3 Häpeää lisäävät ja vähentävät tekijät

Syvensin analyysia keskittyen kertojien häpeäkokemuksiin ja tilanteeseen, jossa he hakevat apua. Jo edeltävässä analyysin vaiheessa tuli esille, että epäonnistunut ensikontakti apua hakiessa oli merkittävä vastustaja avun hakemisen prosessissa. Eeva Ekqvist ja Katja Kuusisto (2020) ovat tutkineet aikuissosiaalityön asiakkaiden suhtautumista tulevaisuuteen ja taustatietojen sekä asiakkuutta kuvaavien tekijöiden yhteyttä tulevaisuuteen epävarmasti suhtautumiseen. Tulevaisuuteen luottavaisesti suhtautuvilla merkittävinä tekijöinä olivat muun muassa palvelun vastaaminen asiakkaan odotuksiin, elämäntilanteen muuttuminen positiivisemmaksi asiakkuuden myötä, asiakkaan ja työntekijän hyvä vuorovaikutus sekä työskentelyn tavoitteellisuus. Keskeisinä riskitekijöinä siihen, että suhtautuminen tulevaisuuteen on epävarmaa, olivat miessukupuoli, täyttymättömät palveluodotukset ja työskentelyn tavoitteellisuuden alhainen taso. (Emt 52.)

Hoitoon hakeutuessa taloudelliset ja muut ongelmat ovat usein jo kasautuneet ja aiheuttaneet seurauksia, kuten ihmissuhdeongelmia, työpaikan menetyksen ja/tai velkaantumisen. Vakavien ongelmien myötä kokee olevansa pohjalla ja voi olla itsetuhoisia ajatuksiakin, koska pelaaminen hallitsee koko elämää. Yleensä silloin pelaaja on jo ymmärtänyt, ettei saa häviöitä tasoitetuksi pelaamalla ja kokee siksi usein syvää toivottomuutta. (Castrén ja Lahti 2015, 76–77.)

Analysoituani tarinat, päädyin tutkimaan niistä auttajia ja vastustajia, jotka ryhmittelin värikoodeilla. Vastustajista löysin niitä seikkoja, jotka liittyvät häpeään ja auttajista taas niitä, jotka auttavat ja tukevat häpeästä irtautumisessa. Merkitykselliseksi näen sen, mitä kohtaamisissa tulisi huomioida häpeäkokemuksen näkökulmasta. Seuraavaksi esittelen tutkimuksessa esiin tulleet häpeään liittyvät muut vastustaja-aktantit avun hakemisen vaiheessa. Nämä tekijät toimivat sekä yhdessä häpeän kanssa avun hakemisen esteenä, että myös häpeää lisäävinä tekijöinä.

Tutkimuksen perusteella eniten häpeään liittyy menneisyyden taakka. Menneisyyden taakkana mainitut tapahtumat saattoivat liittyä lapsuuteen, jolloin asioita oli jäänyt käsittelemättä. Ne olivat voineet painaa mieltä läpi elämän ja ovat saattaneet osaltaan olla syy häpeän kokemiseen. Menneisyydellä voitiin tarkoittaa myös ongelmallisen pelaamisen jaksoa elämässä. Silloin menneisyyden taakkaa tuottivat rahapelaamiseen liittyvät seikat kuten häpeä, valehtelu, rahojen menettäminen ja taloudelliset haasteet. Tavallista oli, että menneisyydestä oli vaikea päästää irti ja olla armollinen itselleen.

”Joinakin päivinä on yhä vaikea antaa anteeksi itselleen. Kävin läpi pitkän itseinhon.” (T4)

Malinen (2010, 178–179) jakoi häpeää kokevat eri tyyppeihin, joista kamppailijoilla näen vahvasti samankaltaisuutta menneisyyden taakan vastustajana maininneiden kanssa. Kamppailijoiden häpeä on voimakasta ja heillä on usein kielteisiä lapsuudenkokemuksia taustallaan.

Toisena häpeään liittyvänä asiana mainittiin ahdistus. Ahdistus liittyy Malisen (2010) mukaan salaajiksi nimettyjen häpeää kokevien kuvaukseen, sillä häpeän sijasta he tuntevat ahdistusta tai hämmennystä. He kokevat ajoittain häpeää, mutta yrittävät estää häpeän tunteiden syntymisen. Häpeän tunnistaessaan he kääntävät huomionsa ja ajatuksensa nopeasti muualle, kuten esimerkiksi pelaamiseen. (Emt. 178, 180–181.) Tarinoissa tuli esille ahdistuksen kokemuksia sanoitettuna ahdistukseksi ja ahdistuskohtauksiksi, mutta arvioni mukaan tarinoissa esiintyi ahdistuksen kokemuksia myös silloin, kun sitä ei ollut sanoitettu.

”Ahdistus alkoi kasvaa suureksi, kun ulospääsyä tilanteesta ei ollut näkyvissä. Ystäville tai edes omalle äidille en uskaltanut kertoa asian todellista laitaa.” (T4)

Myös suomalaisessa rahapelihaittoja selvittäneessä tutkimuksessa tunnetason haittoja havaittiin pelaajalla keskimäärin kahdeksan erilaista, joista kolme tavallisinta olivat ahdistus, katumus ja viha. Tunnetason haitoista uupumus ja häpeä kasvoivat selkeästi vuoden välein tehdyissä kyselyissä. (Salonen ym. 2019, 54). Voidaan todeta, että ahdistus on melko tavallista ongelmapelaajan elämässä ja se on myös sana, jonka avulla on helppo kuvata monenlaisia epämukavia tunteita tai oloja.

Vastustaja-aktantteina tässä tutkimuksessa mainittiin myös itseinho, retkahdukset, työn menettäminen, epäonnistunut ensikontakti auttajatahoon, ihmissuhdevaikeudet, pelko, velat ja raha-asiat. Syyllisyys ja itsetuhoisuus tuli ilmi kahdessa tarinassa häpeään liittyvinä asioina. Salosen ym. (2019, 58) tutkimuksessa ihmissuhdehaittoja todettiin keskimäärin viisi erilaista, joista tavallisimmat olivat läheisten kanssa vietetyn ajan väheneminen, eristäytymisen tai ulkopuolisuuden tunne sekä vähempi osallistuminen sosiaalisiin tapahtumiin.

”Peliriippuvainen on helvetin yksinäinen, omassa kuplassaan elävä olento.”  
(T1)

Etenkin pelaamisen alkuvaiheessa tarinoissa tuli esiin julkinen pelaaminen kavereiden kanssa huoltoasemalla tai baarissa. Silloin yksinäisyys oli näkemykseni mukaan osin pelaajan itse toivoma olotila, sillä tarinoissa tuli esille, että ongelmallisesti pelaava halusi pelata rauhassa, mieluiten yksin. Etenkin myöhemmässä vaiheessa pelaamisen salaaminen aiheutti toisaalta pakottavan tarpeen yksinäisyyteen, jotta kukaan ei saa tietää pelaamisesta. Pelaamisen lisääntyminen myös aiheutti sen, että siihen kului enemmän aikaa, joka oli pois jostakin muusta, usein sosiaalisista suhteista.

Muut häpeään liittyvät tekijät olivat yksittäisiä mainintoja, kuten kokemus oman persoonan muuttumisesta salailun seurauksena, josta seuraava aineistoesimerkki.

”Pelaaminen ja jatkuva salailu muuttivat minua ihmisenä – persoonaani ja kärsivällisyyttäni. Huomasin, että pinnani oli koko ajan kireällä ja usein purin pahaa oloa kumppaniini. Hänellä ei ollut mitään käsitystä siitä, mistä mielialavaihteluni johtuivat... En vain voinut kertoa. Se häpeä jonka peluri kokee, on jotain aivan uskomatonta.” (T7)

Tutkimuksen tuloksena voidaan sanoa, että häpeän lisäksi ongelmapelaajalla on monia muita tunteita ja tekijöitä, jotka vaikuttavat kielteisesti avun hakemiseen ja myös lisäävät häpeän kokemusta. Mikäli ensikontakti avun hakemisen vaiheessa epäonnistuu, avunhakija kokee usein lisää häpeää, arvottomuutta ja epäonnistumisen tunnetta. Olennaista on ymmärrys siitä, että häpeä on harvemmin yksin vaan sitä ympäröivät muut, vaikeat asiat. Suomalaisen rahapelihaittoja koskevan tutkimuksen mukaan haittojen kokonaismäärä on lisääntynyt tilastollisesti merkittävästi ja erityisesti lisääntyivät terveyshaitat, ihmissuhdehaitat sekä muut haitat, joita on esimerkiksi katteettomat lupaukset velkojen takaisinmaksusta ja aiempaa vähempi osallistuminen yhteisön toimintaan (Salonen ym. 2019, 49–50, 62).

Yleisimmät auttaja-aktantit syntyivät samassa analyysissä vastustajien kanssa. Olennaista on, että jokaisella häpeää kokevalla oli myös auttajia, joiden avulla oli mahdollista hakea apua ja selviytyä tilanteesta. Suurimpana auttaja-aktanttina avun hakemisen vaiheessa oli voimaantuminen. Analyysissä mainittiin 11 kertaa voimaantu-

minen, joka näkyi myös omien vaikutusmahdollisuuksien löytämisenä ja tulevaisuusajatteluna. Liisa Hokkanen (2009, 334) on tutkinut voimaantumista ja kuvaa sen olevan prosessi, joka tuottaa merkitystä, sisältöä ja laatua elämään. Hänen mukaansa voimaantuminen kohottaa itsetuntoa ja sillä ajatellaan olevan positiivinen vaikutus myös toimijuuteen.

”Suurin muutos on ollut voimavarojen lisääntyminen, enää ei tarvitse piehtaroida itsesääliissä eikä elää menneisyydessä... Toivonkipinä paremmasta huomisesta elää.” (T6)

”On ihana todeta, että pystyn nykyään seisomaan omilla jaloillani olematta mitään muuta kuin oma itseni. Elämänasenteeni on muuttunut, enkä nykyään muserru ongelmien edessä ja pakene pelaamaan, vaan olen vahva kohtaamaan ne.” (T4)

Tärkeänä auttaja-aktanttina koettiin myös perhe, läheiset ja ystävät. Heiltä saatu tuki, apu ja ymmärrys koettiin korvaamattoman tärkeänä tekijänä. Tarinoissa tuli esille, että rahapeliongelma tuli läheisille yllätyksenä. Salaamisen takia ongelmapelaamisesta ei tavallisesti tiedetty, vaikka muutoin olisikin ollut käsitys siitä, ettei kaikki ole hyvin. Salaisuuden paljastuttua läheisillä oli mahdollisuus tukea ongelmapelaajaa.

”Toipumisen kannalta keskeisimpinä tekijöinä olivat perheen ja läheisten tuki...” (T1)

Tässä tutkimuksessa tärkeäksi osoittautui vertaistuki. Vertaistuen koettiin auttavan sekä niissä tilanteissa, kun on saanut vertaistukea, että niissä, jossa on itse ollut vertaisohjaajana tai kokemusasiantuntijana. Vertaistukea saatiin sekä ryhmämuotoisesti, että yksilötukena. Kokemus vertaistuesta oli tässä tutkimuksessa positiivista ja sen merkitys korostui ongelmapelaajan elämässä pelaamisen lopettamisen jälkeen. Arvioni mukaan vertaistuki on merkityksellistä myös häpeäkokemuksen käsittelemisessä. Toiselle saman kokeneelle on mahdollisesti helpompi olla avoin ja paljastaa kokemuksensa. Häpeän kokemus aiheuttaa usein tunteen, ettei kuulu joukkoon, mutta saman kokeneiden kanssa voi kokea yhteenkuuluvuutta ja saada tukea omalle itsetunnolle.

”Toisten auttamisesta olen saanut sitä ”jotain”. Ehkä klisee, mutta auttamalla muita, hoidan samalla itseäni.” (T1)

Tämä tulos poikkeaa Hingin ym. (2016) tuloksista, joissa hyvin harvat olivat liittyneet vertaisryhmiin, sillä he eivät kokeneet sitä itselleen sopivaksi auttamisen keinoksi. Osa myös pelkäsi ryhmän tuomitsemista, epäonnistumisen tunnetta, paljastumista ja leimautumista.



Ymmärrys riippuvuudesta ja sen vaikutuksesta itseän oli auttaja-aktantin roolissa myös merkityksellinen. Rahapeliongelman syntymisen ja vaikutuksen ymmärtäminen auttoi ongelmapelaajaa hahmottamaan oman tilanteensa ja sanallistamaan sitä. Ymmärrys mahdollisesta peliriippuvuudesta vapautti ajattelemaan asioita laajemmin ja mahdollisti kuntoutumisen alkamisen.

”...ymmärrys siitä, että olen peliriippuvainen ja minulla ei ole enää tarvetta pelata.” (T1)

”Ymmärsin olevani pelkästään pelifirmojen rahoittajan roolissa.” (T6)

Menneisyyden taakka oli edellä vastustaja-aktanttina ja menneisyyden käsittely nähtiin tässä kohdin auttaja-aktanttina. Menneisyyden käsittelyllä nähtiin olevan iso merkitys sille, että pystyi kuntoutumaan. Menneisyyttä tarinoissa käsiteltiin sekä henkilökohtaisesti, että läheisten kanssa. Menneisyyden läpikäyminen nähtiin tarpeellisena, jotta pystyi hyväksymään itsensä ja menneisyytensä osana elämäntarinaa.

”Taival ei ole ollut ruusuinen, mutta tarpeellinen. Ilman rahapeliongelmaani tuskin olisin joutunut näin syvällisesti miettimään omaa elämääni, jonka kanssa tunnen olevani lopulta sinut.” (T6)

Salailun loppuminen nähtiin merkittävänä auttamistekijänä. Salailun ja valehtelun aiheuttamaa taakkaa kuvattiin tarinoissa hyvin raskaana. Ongelmapelaaja käytti paljon voimavaroja pelaamisen salaamiseen ja myös jatkuva pelko paljastumisesta oli kuormittavaa. Näkemykseni mukaan salailun loppuminen vapautti ongelmapelaajan tilanteesta, jossa hän koki silmukan kiristyvän koko ajan ja tiesi jossakin vaiheessa kaiken tulevan ilmi. Samalla hänellä vapautui voimavaroja kuntoutumiseen, kun niitä ei enää kulunut pelaamisen piilottamiseen.

”Jäin vihdoinkin kiinni. Myönsin heti kaiken ja kerroin miksi olin tehnyt mitä tein, en halunnut enää valehdella.” (T5)

Joissakin tarinoissa auttajana nähtiin myös oma motivaatio ja armollisuus sekä opiskelu ja työ. Rahapeliongelman hoitoon liittyvän avun osalta tuon esille sen, että ammattilaisten jakama tietotaito nähtiin merkityksellisenä. Lisäksi yksittäisiä mainintoja konkreettisesti auttavista tekijöistä olivat arjen aikatauluttaminen ja arjen muutostyö, johon kuuluivat muun muassa arkisten taitojen ja pelaamattomuustaitojen opettelu. Näihin asioihin voidaan kiinnittää huomiota myös sosiaalityössä. Seuraavaksi, luvussa kuusi, esitellään avun hakijoiden tyypitarinat, joiden tunnistaminen sosiaalityössä voi auttaa kohtaamaan asiakkaan hänen tarpeidensa näkökulmasta.

## 6 AVUNHAKIJOIDEN TYYPITARINAT

Analysoimastani aineistosta oli tunnistettavissa erilaisia avunhakijatyyppejä etsiesäni vastausta sille, miten ongelmapelaajan häpeä ilmenee avun hakemisen vaiheessa. Analysoin aineiston aktanttianalyysillä, johon yhdistin Itäpuiston (2019, 1040) tutkimuksessaan esiin tuomat toimijat: actor, activator ja motivator. Nämä yhdistyivät analyysissäni niin, että actor oli subjekti, activator auttaja ja motivator lähettäjä. Analyysi toi esiin ongelmapelaajan häpeäkokemuksen ilmenemisen avun hakemisen vaiheessa. Kahdeksasta tarinasta neljä osoittautui Itäpuiston (2019) määritelmän mukaan individualistisiksi avunhakijatyypeiksi, joita kuvaan tässä tutkielmassa häpeän vaientamiksi. Heidän tarinoissaan tyypillistä oli häpeä ja muut psykologiset esteet. Kaksi tarinaa oli Itäpuiston määritelmän mukaan moniongelmaisia avunhakijatyyppejä, joita kuvaan menneisyyden taakkaa kantaviksi, tyypillistä näissä tarinoissa oli pitkään jatkunut vaikea tilanne, joka kumpusi lapsuuden kokemuksista saakka. Kahdessa tarinassa esiintyi Itäpuiston perhekeskeinen avunhakijatyyppejä, jotka nimesin läheisen tuesta hyötyviksi. Heidän tarinoissaan korostui häpeä ja ongelman salaaminen. (Emt. 1042–1043.)

### 6.1 Häpeän vaientamat

Itäpuiston (2019, 1042) mukaan individualistisella avunhakijatyypillä hoidon esteet liittyvät usein pelaajaan itseensä ja ovat monesti psykologisia syitä, kuten häpeä, pettymys itseensä, kieltäminen ja salailu. Myös Hing ym. (2016, 42) sekä Samuelsson ym. (2022, 89) nostavat tutkimuksissaan esille häpeän tekijänä, joka estää avun hakemisen. Tyypillistä on syyttää itseään ongelmista ja pitää itseään heikkona ja pelkurina (Samuelsson ym. 2022, 89). On ilmeistä, että valehtelun ja salaamisen jatkuttua yhä pidempään, tilanne käy hankalammaksi ja avun pyytäminen aina vaikeammaksi. Hä-

peän vaientamat kuvaavatkin olotilaansa raskaaksi ja elämäänsä valheiden ympäröimäksi kulissiksi. He keksivät yhä uusia tekosyitä sille, miksi eivät voineet maksaa velkojaan, eivätkä kehdanneet kertoa totuutta siitä, mihin rahansa käyttivät.

”Elämä tuntui raskaalta, päivät tuntuivat suorittamiselta. Paha olo vaivasi minua edelleen ja mietin välillä menneisyyttäni. En kuitenkaan voinut puhua menneistä mainitsematta peliongelmaani ja se olisi tehnyt minusta heikon ihmisen – tai niin ajattelin silloin.” (T5)

Tavallista on, että avun saaminen koetaan helpoksi, kun peliongelma on myönnetty itselleen (Itäpuisto 2019, 1042). Samalla myös hoitoon liittyvät ennakkoluulot karisevat. Tarinoissa kuvattiin asioiden ”loksahaneen kohdalleen” ja avun pyytämisen helpottaneen myös päätöstä pelaamisen lopettamisesta.

”Sain parissa päivässä tiedon, että kahden viikon kuluttua minulle olisi paikka...kuntoutuskeskuksessa...nyt odotin innolla...vaikka aiemmin se olisi ollut viimeinen vaihtoehto maan päällä.” (T2)

Itäpuisto (2019, 1041) määrittelee omassa tutkimuksessaan avunhakijan roolin olevan actor eli toimija. Häpeän vaientamille yhteistä oli se, että he toimivat itse subjekteina, eli avunhakijoina. Apua hakiessa ongelmapelaaja on jo ainakin osittain myöntänyt ongelman, joten se on hetki, joka sosiaalityössä tulee osata käyttää hyödyksi. Itäpuisto (2019, 1043) näkee häpeän vaientamien hyötyvän kannustuksesta avun vastaanottamiseen ja tiedon antamisesta saatavilla olevista palveluista ja hoitomahdollisuuksista. Seuraavassa aineistositaatissa tulee ilmi, että ongelmapelaaja oli jo aiemmin saanut tietoa tarjolla olevista hoitovaihtoehdoista.

”...hakeuduin A-klinikalle terapeuttini luokse ja kerroin kaiken tapahtuneesta. Kerroin, että haluan hoitaa itseni kuntoon ja haluan lähteä hänen suosittelemalleen kuntoutusjaksolle laitokseen.” (T2)

Häpeän vaientamilla tyypillistä oli se, että lähettäjän roolissa toimi kiinni jääminen tai pohjakosketuksen kokeminen, kuten seuraavissa aineistositaateissa.

”Olin saavuttanut oman pohjani. Yhdessä hetkessä ymmärsin menettäneeni rehellisyyteni, asuntoani, työni ja autoni. Se oli hetki, jolloin halusin oikeasti irti peleistä.” (T2)

”Pohja oli tullut vastaan. Purskahdin itkuun osittain pelosta ja osittain helpotuksesta.” (T7)

Itäpuisto (2019) kuvaa lähettäjää motivator -termillä. Hän kuitenkin huomauttaa, että yleinen oletus pohjakosketuksen välttämättömyydestä avun hakemiseksi ei pidä paikkansa, vaan muutokseen voidaan motivoitua monista syistä. Motivaation syntyminen on yksilöllinen prosessi, jossa henkilökohtaiset tunteet ja kypsyminen näyttäy-

tyivät merkittävänä. (Emt. 1041–1043.) Näkemykseni on, että häpeän vaientamille psykoedukaatio ja avun saamiseen kannustaminen voivat olla merkittäviä tekijöitä avunhakuprosessissa.

## 6.2 Menneisyyden taakkaa kantavat

Toinen avunhakijatyyppi on menneisyyden taakkaa kantavat, joita aineistossa oli kaksi. Itäpuiston (2019, 1042) tutkimuksessa heitä kuvataan moniongelmaisiksi avunhakijoiksi, joilla on ollut elämänsä aikana useita ongelmia, joista rahapeliongelma ei välttämättä ollut pahin. Menneisyyden taakkaa kantavilla oli jo lapsuudessaan kielteisiä kokemuksia ja menetyksiä sekä varhain aloitettua päihteiden käyttöä.

*”Asuimme lapsuudessani äitini kotitalossa, jonka asukkaisiin kuuluivat meidän lisäksi uskovainen mummoni ja alkoholi- ja mielenterveysongelmainen enoni. Aidilläni oli myös mielenterveysongelmia. Muistan jo hyvin nuoresta äidin raivokohtaukset...Pienestä pitäen sain kuulla olevani epänormaali ja ylimääräinen suu ruokapöydässä. Ihmisarvoni ollessa lähes nolla, opin jo lapsena valehtelemaan, miellyttämään ja elämään mielikuvitusmaailmassa. Henkinen ja ruumiillinen väkivalta olivat arkea, riippuen kotiväkeni mielentilasta.” (T6)*

Käsittlemättömien traumojen lisäksi heillä oli aikuisiällä kasautuneita ongelmia elämän eri osa-alueilla. Tarinoissa tuotiin ilmi myös se, että lapsuuden käsittelemättömät traumat vaikuttivat aikuisuuteen. Itäpuisto (2019) näkeekin menneisyyden taakkaa kantavat haasteena sosiaali- ja terveyssektorille heidän monimutkaisen elämäntilanteensa vuoksi. Lisäksi tulee huomioida yksilöllisesti se, että käyttäytymisen muutos voi olla liian vaativaa. Menneisyyden taakkaa kantavat hyötyvätkin moniammatillisesta avusta, sillä rahapeliongelma on vain yksi osa heidän tilanteestaan. Motivoituminen muutokseen voikin syntyä muiden elämäntilanteiden parantamisen seurauksena. (Emt. 1043.)

*”Lapsen kuolema, talonrakennus, firman perustaminen, avioero ja konkurssi sattuivat kaikki lyhyelle, noin viiden vuoden ajanjaksolle. Ihmettelen, miten edes selvisin hengissä noista vuosista.” (T3)*

Masennus vaikeutti menneisyyden taakkaa kantavien avunhakemista ja nähtävillä oli myös tälle ryhmälle tyypillinen kokemus siitä, ettei saa apua sitä hakiessaan tai että rahapeliongelmaa ei tunnettu. Samuelsson ym. (2022, 89–90) tuovat esille ongelmapelaajien tietämättömyyden saatavilla olevista hoitomahdollisuuksista ja myös sen, että peliongelmaa ei oteta vakavasti hoitoa hakiessa.

*”Jossain vaiheessa yritin työterveydessä hiljaisella äänellä piipittää, että kaikki rahat menevät pelaamiseen. Sain lähetteen psykiatrille, jolle yritin asiasta ker-*

toa. Ei löytynyt siitä hepusta ymmärrystä eikä tietotaitoa. Oli kuin olisin seinnille puhunut. Olimme varmasti molemmat helpottuneita, kun lopetin käynnit lyhyeen.” (T3)

Menneisyyden taakkaa kantavilla voi olla monia kokemuksia avun hakemisesta eri tahoilla ja ne kaikki ovat jättäneet jälkensä. Tavallista heille on, että ongelma on huomattu, mutta motivaatio avun hakemiseen puuttuu. Heidän tilanteensa on usein haastava ja suurimpana motivaationa voikin olla jonkin muun elämän osa-alueen parantuminen ja sitä kautta motivoituminen muidenkin elämänalojen parantamiseen (Itäpuisto 2019, 1043). Ajattelen sosiaalityön laaja-alaisen näkökulman ja moniammatillisen yhteistyön nousevan tässä suureen rooliin.

### 6.3 Läheisten tuesta hyötyvät

Kolmas avunhakijatyyppejä on läheisten tuesta hyötyvät, joita aineistossani oli kaksi. Itäpuiston (2019, 1043) tutkimuksessa heidät esitellään perhekeskeisinä avunhakijoina, joilla on pääasiassa erilaisia yksilöllisiä, hoitoon liittyviä tai kulttuurista johtuvia syitä olla hakematta apua. Tavallista tällä ryhmällä on häpeän tunteen kokeminen ja riippuvuuden salaaminen, jolloin avun hakeminen on mahdotonta. He kokivat myös syveneviä arvottomuuden ja huonommuuden tunteita esimerkiksi sen vuoksi, ettei ongelmapelaamisen takia pystyneet osallistumaan perheen kuluihin tasapuolisesti. Joskus he hyvittelivät perheelle tilannettaan saatuaan isomman voiton peleistä.

”Välillä jäin kiinni joiltain osin rikkeistäni, mutta osasin ”niin hyvin” selittää tekemiseni uusilla valheilla ja lupasin aina, etten enää pelaa koskaan. Pelaaminen kuitenkin jatkui pienen tauon jälkeen aina vaan enemmän salassa ja isomilla panoksilla.” (T8)

Häpeä ja salailu voivat syntyä myös yhteiskuntamme arvoista, jolloin olemme oppineet mitä meidän tulisi hävetä tai toisaalta siihen voi liittyä ajatus siitä, etteivät muut pysty auttamaan (Itäpuisto 2019, 1039). Myös Samuelssonin ym. (2022, 89–90) tutkimuksessa tui esille, että ongelmasta syytetään itseä eikä uskota kenenkään pystyvän auttamaan tilanteessa.

”Sen jälkeen päätin, ettei kenenkään tarvitsisi kärsiä tekemisistäni enää koskaan! ...koska oli upottanut itseni liian syvälle suohon, en haluaisi enää olla riesana kenellekään.” (T8)

Pelikulttuuri voi normalisoida pelaamista ja tehdä siitä helppoa sillä, että pelikoneita on saatavilla paikoissa, joissa ihmiset viettävät aikaansa ja liikkuvat. Järvinen-Tassopoulos (2022) arvioi pelitilojen houkuttelevuuden ja maksamisen helppouden olevan suomalaisessa pelikulttuurissa ongelmallisen pelaamisen riskiä kasvattavia tekijöitä. Eri maissa tehtyjen tutkimusten mukaan heikolla sosioekonomisella asemalla on

myös yhteys rahapeliongelmiin kehittymiseen ja on havaittu, että pelitilat keskittyvät sosioekonomisesti huono-osaisille alueille. (Emt. 67–68.) Pelikulttuuriin vaikuttaa osaltaan lainsäädäntö, jolla ohjataan rahapelaamista. Tutkimuksen mukaan Suomessa rahapelaamisen haittojen ehkäisemiseksi tehty yksinoikeusjärjestelmän uudistus ei ole tuonut ratkaisuja ongelmaan, vaan rahapelihaittojen määrä lisääntyi ja rahapeli-markkinointia pidettiin edelleen liian runsaana (Salonen ym. 2019, 7). Rahapelaamista pidettiin normaalina ajanviettona, kuten seuraavasta aineistolainauksesta ilmenee.

”Kun opintolaina tuli tilille, oltiin baarissa ja viihdyttiin pelipöydän tai pelikoneen ääressä. Lauantaiamu vietettiin useasti lähikuppilassa, hieman oloa parannellen ja pelikoneita pelaten.” (T1)

Ennakkoluulo hoidossa saatavaa kohtelua kohtaan nähdään Itäpuiston (2019) tutkimuksessa kulttuurisena esteenä. Kulttuurisista syistä mainittava on myös maskuliininen eetos, joka estää miehiä myöntämästä avun tarvetta ja pyrkimään ratkaisemaan ongelman itse. (Emt. 1039.) Tämänkin tutkimuksen aineistossa tuli esille pyrkimys päästä pelaamisesta eroon omatoimisesti, kun oli havaittu, että pelaaminen ei ole normaalia. Seuraavassa aineistositaatissa kuvataan voimakasta ennakkoluuloa ja huonoa ensikohtaamista apua hakiessa.

”Ensimmäinen käynti A-klinikalla oli totaalinen pohjakosketus, ensin mietin pitkään ulko-ovella menenkö ollenkaan sisään... Tässä kohtaa halusin vajota maan alle. Olin henkisesti täysin lopussa ja tuntui, että minut lytättiin entistä enemmän maan rakoon.” (T1)

Tyypillistä avunhakuprosessissa on perheenjäsenten sekä kumppanien keskeinen rooli. Sosiaalityössä tuleekin huomioida, että tämän ryhmän avunhakijat tavoittaa heidän perheenjäsentensä kautta. Tietoa ongelmapelaamisesta ja sen hoitamisesta sekä rohkaisua avun hakemiseen tuleekin antaa ongelmapelaajan lisäksi hänen läheisilleen. (Itäpuisto 2019, 1043). Sosiaalityön käytännössä tämä tarkoittaa läheisverkoston kartoittamista ja mukaan työskentelyyn ottamista. Esimerkiksi palvelutarpeen arvioinnissa on olemassa valmis rakenne tämänkaltaiselle työskentelylle. On tärkeää, että perheenjäsenet eivät lamaudu häpeän ja leimautumisen pelon vuoksi, vaan pystyvät auttamaan ongelmapelaajan hoitoon (Samuelsson ym. 2022, 90). Siksi huolehditaan myös perheenjäsenten tukemisesta. Molemmissa läheisten tuesta hyötyvien tarinoissa subjektina toimii kumppani, joka tekee aktiivisen teon avun hakemiseksi.

”Kerrottuani asiani vaimolleni, hän vaikutti ehkä helpottuneelta. Hyvin päätäväisesti hän kertoo, että nyt mennään päivystykseen ja haetaan apua.” (T1)

”Itseinho ja häpeä painoivat minua niin paljon, etten uskaltanut lähteä kotoa minnekään yksin moneen kuukauteen. Terapiaan tarvitsin kyydin ja kaupassa käyntiä aloin opetella kuukausien kuluttua. Perheeni oli onneksi minun tukenani.” (T8)

Molemmissa tarinoissa avun hakeminen tapahtuu vasta epäonnistuneen itsemurhayrityksen jälkeen. Marionneau ja Nikkisen (2022) tutkimuksen mukaan rahapeli-ongelmat on tunnistettu merkittäväksi tekijäksi itsetuhoisessa käyttäytymisessä. Häpeä ja velkaantuminen ovat suurimmat syyt, joiden vuoksi rahapeliongelmat aiheuttavat itsemurhia ja itsetuhoisuutta. (Emt. 8.)

Tutkimuksessa syntyi kolme erilaista tyyppitarinaa avunhakijatyypeistä: häpeän vaientamat, menneisyyden taakkaa kantavat ja läheisten tuesta hyötyvät. Häpeän vaientamalla oli nimensä mukaisesti vahva häpeäkokemus, joka esti ongelmalaamisesta kertomisen ja avun hakemisen. Lisäksi heillä oli muita itseensä liittyviä syitä, kuten pettymys itseensä ja kokemus itsestä heikkona ihmisenä. Menneisyyden taakkaa kantavilla oli jo lapsuudessa syntyneitä kielteisiä kokemuksia, joista he saattoivat kokea myös häpeää. Heillä oli useita ongelmia ja pitkittyntä kuormittuneisuutta sekä huonoja kokemuksia avun hakemisesta tai saamisesta. Kielteiset kokemukset ovat mahdollisesti lisänneet heidän häpeäkokemuksiaan. Läheisten tuesta hyötyvät kokivat häpeää pelaamisesta ja salasivat ongelman sen vuoksi läheisiltään. Heillä oli avun hakemisen esteenä rahapeliongelman hoitoon liittyviä ennakkoluuloja sekä kulttuurisia syitä, kuten se, että rahapelaamista pidettiin tavallisena ja normaalina, vaikka se selkeästi aiheutti haittaa. Seuraavassa luvussa pohditaan tarkemmin sitä, miten nämä erilaiset avunhakijatyypit voidaan tunnistaa ja huomioida sosiaalityön arjessa.

## 7 YHTEENVETO, JOHTOPÄÄTÖKSET JA TUTKIMUKSEN ANTI SOSIAALITYÖLLE

### 7.1 Yhteenveto ja johtopäätökset

Häpeän merkitys ongelmapelaajan elämänkulussa on monitahoinen. Jokainen kokee häpeää elämässään ja se kuuluu ihmisen normaaliin kehitykseen sekä toimintaan. Haitalliset tai ongelmalliset häpeäkokemukset kuormittavat ja aiheuttavat muita ongelmia, kuten eristäytyneisyyttä. Haitallisia häpeäkokemuksia on voinut syntyä jo ennen ongelmallista rahapelaamista tai sen myötä. Tutkimuksessa tuli esiin kolme erilaista rahapelaamiseen liittyvää ongelmapelaajien itse kuvaamaa häpeän juonta: häviämiseen liittyvä häpeä, rahojen menettämiseen liittyvä häpeä ja vilpillisin keinoin hankittuun rahaan liittyvä häpeä. Analyysissa etsin tarkoituksellisesti rahapelaamiseen liittyviä häpeän juonia, jolloin en huomioinut muita tekijöitä.

Häpeällä voi olla erilaisia rooleja pelaamisen eri vaiheissa. Ongelmapelaaja ei välttämättä ole itse tiedostanut kaikkia häpeäkokemuksiaan elämäntarinassaan. Tässä tutkimuksessa todettiin, että häpeä saattoi olla tarinan alussa erilaisessa roolissa kuin tarinan lopussa tai että häpeällä oli samanaikaisesti useampia rooleja. Auttajana häpeä oli pelaamisen alkuvaiheessa, esimerkiksi kun pelaaja koki, että on häpeällistä hävitä. Näen tämän yhdistyvän myös siihen, että häpeän rooli muuttuu ongelman syventyessä. Aluksi pelaaminen ei välttämättä ole vielä ollut ongelmapelaamisen tasolla, mutta jatkuessaan ja häpeän syventyessä se on muuttunut ongelmalliseksi.

Vastustajana häpeä oli etenkin tarinoiden loppuvaiheessa, jolloin pelaaja tavoitteli pelaamattomuutta. Häpeän on todettu olevan merkittävä este ongelmapelaamisesta kertomiselle ja avun hakemiselle (ks. esim. Castrén ja Kesänen 2022, 105; Itä-



puisto 2019, 1039; Schlagintweit ym. 2017, 1078). Hing ym. (2015, 42) tuovat tutkimuksessaan esille, että joidenkin on helpompi kertoa ongelmasta ja hakea apua verkossa, koska silloin ei niin helposti synny nöyryytyksen, häpeän, hämmennyksen, pelon ja oman heikkouden tunteita tai tuomitsemista. Tässä tutkimuksessa ei tullut esille yhtään mainintaa avun hakemiseen verkosta, mutta on mahdollista, että sitä on hyödynnetty.

Löysin tarinoista myös tekijöitä, jotka olivat häpeän kanssa yhteistyössä vastustamassa pelaajan pyrkimyksiä pelaamisen lopettamiseen ja avun hakemiseen. Menneisyyden taakka ja ahdistus olivat yleisimmät tekijät, jotka esiintyivät tutkimuksessa häpeään liittyen. Menneisydessä voi olla asioita, jotka lisäävät häpeäkokemusta ja niitä on voinut syntyä lapsuudesta alkaen. Käsittelemättömät traumat ja menneisyyden kielteiset kokemukset tunnetaan laajasti riippuvuus-, päihde- ja mielenterveysongelmien taustatekijöinä. (ks. esim. Heiskanen ja Kuussaari 2023; Hughes, Lowey, Quigg ja Bellis 2016; Palomäki, Castrén ja Salonen 2022.) Menneisyyden taakana pidettiin myös menneisyyttä rahapelaamiseen liittyen. Aineistossa tuli vahvasti esille häpeäkokemus siitä, että ongelmapelaaja on uskonut toistuvasti voittamisen mahdollisuuteen, vaikka tappiot ovat kasvaneet yhä suuremmiksi. Ahdistusta kuvasivat eniten he, jotka kokivat olevansa umpikujassa ilman ratkaisua, eivätkä pitäneet ongelmasta kertomista vaihtoehtona. Tällöin tuli esille häpeän ja rahapeliongelman kierteen syvin olemus, jolloin häpeän tunnetta paettiin pelaamisella. Pelaamisen on useissa tutkimuksissa todettu olevan ongelmapelaajien keino välttää häpeän tunnetta (ks. esim. Hing ym. 2016; Schlagintweit ym. 2017; Yi ja Kanetkar 2010).

Schlagintweit ym. (2017) tuovat esille sekä häpeän, että syyllisyyden liittyvän ongelmapelaamisen riskiin. Tutkimuksessa selvisi, että häpeää kokevat pelaavat selviytyäkseen tilanteesta, mutta syyllisyyttä kokevien kohdalla pelaaminen ei ollut merkittävä selviytymiskeino. Häpeää kokevilla on tämän vuoksi isompi riski ongelmapelaamisen kierteeseen, koska he haluavat paeta häpeän tunteitaan pelaamalla. Tämän selviytymismallin käyttäminen on yhteys, joka voidaan nähdä häpeän ja riippuvuutta aiheuttavan käyttäytymisen taustalla. (Emt. 1078.) Elena Bileviciuksen, Alanna Singlen, Lindsay A. Bristowin, Melody Footin, Michael Elleryn, Matthew T. Keoughin ja Edward A. Johnsonin (2018) tutkimus osoittaa, että lisääntynyt häpeä selittää masennuksen vaikutuksen riippuvuutta aiheuttavaan käyttäytymiseen. Tutkimus tehtiin mittaamalla sekä ongelmapelaamista, että alkoholinkäyttöä. Syyllisyydellä ja masennuksella ei todettu samaa yhteyttä. Heidän tutkimuksessaan häpeällä todettiin olevan samanlainen vaikutus, että masentunut häpeää kokeva toteuttaa riippuvuutta aiheuttavaa käyttäytymistä häpeää kokiessaan, eli käyttää sitä selviytymiskeinona. Häpeä todettiin haavoittuvuustekijäksi riippuvuuden syntymisessä masennusoireisilla. Hä-

peän vähentäminen nähtiin tavoitteellisena sekä masennuksen hoidossa riippuvuusongelmien ehkäisemiseksi että niillä, joilla on jo syntynyt riippuvuusongelma. (Emt. 98.)

Suurimmat ongelmapelaajaa auttavat ja häpeää vähentävät tekijät tässä tutkimuksessa olivat voimaantuminen, perheen, läheisten ja ystävien tuki sekä vertaistuki. Voimaantuminen nähtiin myös omien vaikutusmahdollisuuksien löytymisenä sekä tulevaisuusajatteluna. Hokkasen (2009, 334) mukaan voimaantumista voidaan kuvata elämään merkitystä, laatua ja sisältöä tuottavana prosessina. Sen tarkoituksena on vaikuttaa positiivisesti itsetuntoon ja toimijuuteen. Päivi Rissanen (2021, 138) näkee voimaantumisen liittyvän osallisuuden rakentumiseen ja molempien lähtevän ihmisestä itsestään.

Perheen, läheisten ja ystävien merkitys ongelmapelaajan tukemisessa koettiin useimmissa tarinoissa korvaamattomana. Rahapeliongelmaa on kuitenkin kuvattu salatuksi riippuvuudeksi, kuten tämän tutkielman teoriaosuudessa todettiin (Castrén, Alho ja Salonen 2016, 418). Tämä vaikeuttaa avun saamista, sillä tyypillisesti ongelma salataan myös läheisiltä yleensä hyvin pitkälle. Aineiston pohjalta voidaan sanoa, että merkittävä syy ongelman salaamiselle on koettu häpeän tunne. Häpeä tuli esille jokaisessa tarinassa ja se liittyi kokemukseen itsestä huonona ihmisenä, eli häpeä oli sisäistynyttä ja haitallista. Ongelman paljastumisen jälkeen esiintyi helpotuksen tunnetta ja vapautumista. Salaamisen päätyttyä läheisten apu ja tuki oli mahdollista ottaa vastaan ja siitä oltiin hyvin kiitollisia.

Vertaistuki oli aineistossa korostuneesti esillä ja esitän sen voivan johtua siitä, että tarinat olivat vertaistukea ongelmapelaajille sekä heidän läheisilleen tarjoavan pelirajaton.fi:n verkkosivuilta kerättyjä, jolloin on mahdollista, että ne on kerätty vertaistuen piirissä olleilta ongelmapelaajilta. Tarinoista ilmeni, että suuri osa kertojista oli myös itse kouluttautunut vertaisohjaajaksi tai kokemusasiantuntijaksi. Tämän näen myös yhtenä tuloksiin vaikuttaneena rajoituksena.

Edellä mainitut tulokset jättivät kysymyksen siitä, voiko auttajien määrää ja voimaa kasvattaa, jotta vastustajat saadaan joko poistettua kokonaan tai ainakin niiden valtaa pienemmäksi, jotta ne eivät kykenisi enää lisäämään häpeätaakkaa. Arvioni mukaan avun hakemisen ensikontaktissa olisi huomioitava yksilöllisesti kaikki merkittävät tekijät, jotta syntyisi käsitys siitä, mitkä asiat ovat ongelmapelaajaa kuormittavia ja mitkä toisaalta auttavia ja voimaannuttavia. Sosiaalityössä tulisi myös tunnistaa erilaiset avunhakijatyypit, jotta usein suurta häpeää kokevat ja avun hakemisen vaikeaksi kokevat ongelmapelaajat kokisivat kohtaamisen turvalliseksi ja mahdollisuuksia sekä toivoa herättäviksi. Mikäli ensikohtaaminen epäonnistuu, häpeän taakka voi kasvaa edelleen ja johtaa siihen, ettei apua enää haeta.

Häpeän vaientamille erityisen olennaista on se, että he saisivat kerrottua tilanteestaan ja sitä kautta heitä voisi motivoida jatkotyöskentelyyn. Tyypillistä tälle

avunhakijatyypille on oma toimijuus prosessissa, jolloin on tärkeää, että heillä on riittävä tieto ratkaisujen tekemiseksi. Itäpuiston (2019) mukaan kohtaamisessa tulisi huomioida se, että häpeän vaijantamalla on usein sekä häpeän kokemus, että muita henkilökohtaisia itseen liittyviä esteitä, miksi eivät ole hakeneet apua. Toisaalta he myös motivoituvat avun hakemiseen henkilökohtaisista syistä. (Emt. 1042.) Sosiaalityössä voidaan antaa faktatietoa rahapeli-ilmioistä, ongelmapelaamisesta ja sen hoidosta. Näkemykseni on, että häpeän vaijantamat voisivat hyötyä psykoedukaatiosta, jotta tuntuaisivat ongelman ja motivoituisivat avun hakemiseen ja saamiseen.

Menneisyyden taakkaa kantaville tärkeää on moniammatillisuuden hyödyntäminen, sillä heillä on usein monenlaisia avuntarpeita, mutta vähän voimavaroja avun hakemiseen. Kuten Itäpuistokin (2019) toteaa, on tavanomaista, että heillä on haitallisia ihmissuhteita elämässään. Näissä ihmissuhteissa toisella osapuolella on joko omia ongelmia, ei ole kiinnostusta tukemiseen tai teot ovat haitallisia ongelmapelaajan etsiessä apua. Läheisten ihmisten puuttuminen kokonaan elämästä on myös merkittävä haitta. Pelaaminen voidaan myös kokea positiivisena asiana sen haitoista huolimatta ja se voi olla luonnollinen osa elämää, josta ei haluta luopua. (Emt. 1042–1043.) Aineistossa tämä ilmeni esimerkiksi kokemuksena siitä, että pelatessa koettiin olevan ”oman elämänsä kunkku ja sankari” tai ”kuningaspelaaja”. Menneisyyden taakkaa kantavan kohtaamisessa tulisi kiinnittää huomiota kuulemiseen, sillä heillä oli usein kokemuksia siitä, että rahapeliongelmaa ei ole otettu vakavasti tai asian hoitamiseen ei ole ollut riittävää osaamista. Sosiaalityössä tulee olla taitoa rakentaa asiakkaan tukiverkosto hänen tarpeisiinsa vastaavaksi. Osaamista rahapeliongelmiin hoitamiseen ei voi tai tarvitsekaan olla kaikilla, mutta aidolla kiinnostuksella, asioiden selvittämisellä ja osaavan tuen piiriin ohjaamisella on iso merkitys apua hakevalle ongelmapelaajalle. Arvioin merkittäväksi kokemuksen siitä, että elämäntilannetta arvioidaan kokonaisuutena ja pyritään moniammatilliseen työskentelyyn. Tämä voi auttaa voimaantumaa ja motivoitumaan elämänmuutokseen. Menneisyyden taakkaa kantavien tilanteessa sosiaali- ja terveydenhuollon yhteistyö nousee olennaiseksi. Granfelt ja Kiuru (2023, 175) tuovatkin esille, että psykososiaalisesti kuormittuneen kohtaamisessa vain yhteen viitekehukseen perustuva työote ei riitä.

Läheisten tuesta hyötyvät ovat kohdanneet monia esteitä apua hakiessaan. Yhtenä motivaationa hoitoon hakeutumiselle voi olla perheen yhdessä pitäminen, sillä he pelkäävät kumppanin hylkäämistä. (Itäpuisto 2019, 1043.) Läheisten tuesta hyötyvien läheisverkosto tulisi ottaa mukaan heti alusta alkaen. Työskentelyssä tulisi hyödyntää apua hakevan läheisiä ja osoittaa myös tukea ja tietoa rahapeliongelmistä heille. Näin läheisillä on edellytyksiä sekä rohkeutta tukea ongelmallisesti pelaavaa. Sosiaalityössä on mahdollista ottaa läheiset mukaan työskentelyyn asiakkaan luvalla. Tyypillisesti läheisten tuesta hyötyvä on salannut ongelman läheisiltään niin pitkään, kuin se on ollut mahdollista. Tähän on usein vaikuttanut häpeä ongelmapelaamisesta.

Ongelman paljastuminen on yllätys läheisille ja heillä ei välttämättä ole juurikaan tietoa rahapeliongelma-asta. Läheisten tukemisen merkityksestä on tehty tutkimusta viime vuosina ja se nähdään erittäin merkityksellisenä, sillä tulee muistaa heidän elävän itsekkin läheisensä rahapeliongelma-asta johtuvassa vaikeassa elämäntilanteessa (Pirskanen ja Järvinen-Tassopoulos 2021, 13). Tässä tutkimuksessa tuli esille, että läheisen tuesta hyötyvien lähipiirissä oli henkilöitä, jotka ymmärsivät rahapeliongelman luonteen ja heillä oli tahtoa sekä kykyä auttaa ongelmapelaajaa.

## 7.2 Tutkimuksen anti sosiaalityölle

Sosiaalityön tukea ongelmapelaajalle voidaan antaa monella eri taholla. Tutkimuksen mukaan rahapeliongelma-ia voidaan kohdata laaja-alaisesti sosiaalipalveluissa, terveystalouksissa, talouteen, arkeen, työllisyyteen ja oikeusapuun liittyvissä palveluissa sekä rahapeliongelmaan erikoistuneissa palveluissa (Heiskanen 2021, 473). Kaikissa näissä tulisi olla osaamista rahapeliongelman tunnistamiseen ja avun hakemisen tukemiseen. Sosiaalityöntekijä voi työelämässä sijoittua mihin tahansa näistä. Lähtökohtaisesti kiinnitin tutkimuksessa huomiota ensikontaktiin ja jätin varsinaisen hoidon tämän tutkimuksen ulkopuolelle. Sosiaalityötä ongelmapelaajien kanssa voidaan kuitenkin tehdä ennaltaehkäisevästä työstä korjaavaan ja julkiselta sektorilta yksityisen sekä kolmannen sektorin työhön. Kenttä on siis laaja ja kohtaamisia voi tulla millä tahansa sosiaalityön sektorilla.

On selvää, että rahapeliongelman varhainen tunnistaminen ja tuen saanti sekä tarvittaessa hoitoon ohjaaminen on kaikkein tehokkainta sekä yksilötasolta, että yhteiskunnalliselta tasolta katsottuna. Varhainen tunnistaminen ja tuki voidaan saavuttaa kysymällä rahapelaamisesta sosiaali- ja terveystalouksissa. Mikäli kaikissa sosiaali- ja terveydenhuollon palveluissa kysytään rahapelaamisesta yhtä aktiivisesti kuin päihteiden käytöstä, kysyminen muodostuu rutiiniksi. Rahapelaamisen puheeksi ottamisessa olennaista on kysymisen lisäksi työntekijän työote ja asenne. Asiasta on julkaistu oppaita ja pidetty koulutuksia sosiaali- ja terveydenhuollon henkilöstölle. Motivoiva haastattelu on todettu toimivaksi menetelmäksi puheeksi ottamiseen. Tämän lisäksi, kuten tässäkin tutkielmassa on jo kuvattu, kohtaamistilanteessa tulee muistaa erityisesti asiakkaan kunnioitus, myötätunto, yhteistyö ja rohkaisu. (Castrén ja Kesänen 2022, 105.)

Julkisen sektorin toimintakentistä nostan esille erityisesti palvelutarpeen arvioinnin, joka on nykyisin usein eriytetty muusta sosiaalityöstä. Rahapeliongelma-ia havaitessa asiakkaasta tulisi tehdä ilmoitus sosiaalihuoltoon palvelutarpeen arvioimiseksi. Tällöin on usein tyypillinen tilanne se, että asiakas ei ole ensisijaisesti ollut

hakemassa apua rahapeliongelmaan vaan johonkin muuhun asiaan, kuten taloudelliseen tilanteeseen. Näen palvelutarvetta arvioidessakin hyvin hyödyllisenä sen, että sosiaalityöntekijä tunnistaa erilaiset avun hakemisen esteet ja avunhakijatyypit, jotta hän voi hyödyntää tietoa kohdatessaan asiakkaan. Varsin käyttökelpoiseksi menetelmäksi todettiin jo edellä motivoiva haastattelu, jossa kartoitetaan ongelmaa ja pyritään samanaikaisesti saamaan asiakas motivoitua miettimään tarkemmin tilannettaan. Castrénin ja Alhon (2022) mukaan motivoivan haastattelun tavoitteena on asiakkaan muutosmotivaation löytäminen ja vahvistaminen. Motivoivan haastattelun peruspilarit koostuvat seikoista, jotka soveltuvat hyvin niihin ajatuksiin, joita esittelin teoriaosassa ongelmapelaajan kohtaamiseen liittyen. Motivoivassa haastattelussa olennaista on empatian näyttäminen, mahdollisen asiakkaan puheessa esiintyvän ristiriidan esiin tuominen, minäpystyvyyden vahvistaminen ja hyväksyvän, rohkaisevan sekä myötätuntoisen yhteistyön ilmapiirin luominen. (Emt. 130–133.) Tämä voi olla merkittävä avaus sille, että asiakas alkaa pohtimaan toimintaansa ja näkemään siinä asioita, joita ei ole aiemmin nähnyt. Vasta ongelman tiedostamisen jälkeen voi syntyä tarve avun hakemiselle.

Ongelmallisesti rahapelejä pelaavan kohtaamisessa vaaditaan sosiaalityön keskeisimpiä taitoja, kuten empaattisuutta ja vuorovaikutustaitoja. Nämä ovat tutkimukseni ja tässä tutkielmassa esitettyjen muiden tutkimusten valossa ensiarvoisen tärkeitä onnistuneen ensikontaktin luomiseksi. Järvinen-Tassopoulos ja Kesänen (2021) tuovat esille, että sosiaalityössä voidaan vähentää rahapeliongelmiin liittyvää stigmaa sekä asiakastyössä, että palvelujen tasolla. Myös yhteisöissä, kuten asiakkaan lähipiirissä, on huomioitava mahdollisen stigmatisoinnin välttäminen. Sosiaalityöntekijänä faktojen tunteminen ja omien ennakkoluulojen sekä asenteiden tiedostaminen on tärkeää. Oma puhetapa vaikuttaa myös muiden asenteisiin, joten siihen on kiinnitettävä huomiota. Oikean tiedon levittäminen ja positiivinen suhtautuminen sekä ihmisen huomioiminen kokonaisuutena on olennaista. Kunnioituksen ja arvostuksen osoittaminen tukea ja kannustusta tarjotessa vähentää myös stigmatisoinnin kokemusta. Asiakkaalla on oikeus palveluihin, eikä häntä pidä sulkea tuen ulkopuolelle. Sosiaalityöntekijällä on myös vastuu puuttua syrjiviin rakenteisiin. (Järvinen-Tassopoulos ja Kesänen 2021, 38–39.)

Retkahdukset ovat mahdollisia kuntoutuvan ongelmapelaajan elämässä. Hing ym. (2016, 42) havaitsivat retkahdusten lisäävän häpeää ja salaamista sekä kiuksallista epäonnistumisen tunnetta. Retkahduksen mahdollisuudesta tulisikin puhua ja tehdä suunnitelma sen varalle. Aineistossa tuli esille vertaistuen vahva rooli. Vertaistukihenkilö koettiin tahona, jolle kuntoutumisen vaikeatkin vaiheet, kuten retkahdaminen oli helpompi tunnustaa, koska saman kokeneen ajatellaan ymmärtävän ja auttavan eteenpäin tuomitsemisen sijasta. Näkemykseni mukaan sosiaalityöntekijänkin olisi hyvä pohtia omaa ammatillista suhdettaan kuntoutumisen prosessiin, jotta

hän pystyy käsittelemään mahdolliset retkahdukset tuomatta pettymystään tai epäonnistumisen kokemustaan haitallisesti esille. Tämä on olennaista myös asiakkaan häpeäkokemuksen kannalta. Sosiaalityössä joudutaan toisinaan vastaanottamaan myös asiakkaan turhautumista, pettymystä, katkeruutta ja vihaa sekä työntekijän asiantuntijuuden mitätöimistä, jotka edellyttävät vaativan tunnetyön valmiuksia ja työyhteisön tukea. (Granfelt ja Kiuru 2023, 177).

Hingin ym. (2016, 43–44) mukaan ongelmapelaaminen nähdään usein yksilön omana syynä, vastuuttomuutena ja kyvyttömyytenä hallita elämäänsä. Tämä tulee esille sekä ongelmapelaajien käsityksinä muiden ajatuksista, että heidän kokemuksinaan saamastaan kohtelusta. He kokevat syvää häpeää, joka on este avun hakemiselle. Myös Granfelt ja Kiuru (2023, 175) tuovat esille, että psyykkinen haavoittuvuus koetaan usein heikkoutena. Rahapeliongelma tulisi puhua enemmän, jotta se tiedostettaisiin yhteiskunnassamme ongelmaksi, joka voi johtaa riippuvuuteen. Kuten suomalaisten rahapelaamista mitanneesta (Salonen, Lind ym. 2020, 78) tutkimuksesta voidaan todeta, enemmistö vastanneista on sitä mieltä, ettei pelaamiseen pitäisi kannustaa, mutta enemmistö on myös sitä mieltä, ettei sitä tulisi kieltää ja että ihmisillä on oikeus pelata rahapelejä milloin haluavat. Suomessa on siis melko positiivinen asenne rahapeleihin ja rahapelaamiseen, eikä kulttuurimme näe rahapelaamista ongelmallisena. On selvää, että vain pieni osa suomalaisista on ongelmapelaajia, mutta kuten tämän tutkielman alussa todettiin, merkittävän osan rahapelaamiseen käytetyistä rahasta käyttää ne, joilla on rahapeliongelma.

Valteri Viljasen (2011) mukaan häpeän tunnetta kokiessa sosiaalisen ympäristön odotukset ovat sisäistyneet, jolloin ne koetaan osana itseä. Identiteetti rakentuu kulttuuristen mallien kautta ja Suomessa häpeän voidaan sanoa olevan sinällään ylivarvostettu tunne, että sen katsotaan kertovan arvostelukyvystä. Suomalaisessa kulttuurissa häpeällä on keskeinen asema, jonka pohjalta yksilö määrittää identiteettiään arvioimalla elämäänsä suhteessa yleisiin sopivaisuus- tai kunniallisuuskäsityksiin. Tyypillistä on sen pohtiminen mitä muut minusta ajattelevat. (Emt. 69–70.) Häpeän vahva kulttuurinen rooli voi lisätä haitallisen häpeän kokemusten yleisyyttä. Kuten tutkimuksessa todettiin, ongelmapelaajilla on muita suurempi itsemurhariski. Tämä tulee tiedostaa sosiaalityössä. Itsemurhariskin arvioimisen lisäksi näen merkityksellisenä häpeäkokemuksen huomioimisen, esimerkiksi antamalla tietoa rahapeliongelmaista ja sen yleisyydestä sekä sanoittamalla ääneen sen, että rahapeliongelmaa ei tarvitse hävetä. Pienikin yksittäinen ajatus siitä, ettei olla mahdollisimman edessä voi olla olennainen toivon herättämiseksi. Myös Granfelt ja Kiuru (2023, 175) toteavat, että tuen tarjoaminen on tärkeää, vaikka asiakas ei juuri sillä hetkellä kykenisikään vuorovaikutussuhteeseen. Pyrkimys ymmärrykseen ja kuunteleminen voi silloinkin tuottaa kokemuksen kuulluksi tulemisesta.

Rahapeliongelma vaikuttaa sekä ongelmapelaajan, että hänen läheistensä elämänkulkuun. Sen haitalliset vaikutukset voivat näkyä kriisitilanteena perheenjäsen-ten välisissä vuorovaikutussuhteissa ja velvollisuuksissa sekä sukupolvien välisissä suhteissa. Rahapeliongelman paljastuminen herättää yleensä tunteita ja huolta. Eri ikäiset läheiset tarvitsevatkin heille räätälöityjä palveluja, sillä rahapeliongelma koskee kaikkia perheenjäseniä. (Järvinen-Tassopoulos ja Marionneau 2021, 50–53.) Maria Heiskanen ja Hanna Karmakka-Asare (2021, 215) tuovat esille, että apua voi hakea tuki- ja neuvontapalveluista, joita tarjoavat esimerkiksi eri järjestöt. Verkossa voi tutustua erilaisiin palveluihin ja osa palveluista myös toteutetaan verkossa. Tässä tutkimuksessa ei kuitenkaan syvennytä ongelmapelaajan läheisten rooliin tai palveluihin.

Sosiaalityöntekijän velvollisuuksiin kuuluu puuttuminen rakenteellisiin epäkohtiin ja pyrkimys niiden muuttamiseen. Myös rahapeliongelmiin liittyy paljon ongelmia aiheuttavia yhteiskunnallisia rakenteita ja käytäntöjä. Muutostyö vaatii asiakastyössä kerättyä tietoa, jonka pohjalta ongelmat voidaan tehdä näkyväksi. (Järvinen-Tassopoulos ja Kesänen 2021, 7.) Omalta osaltaan tämä tutkimus tuo esille sen, että asiakastyölle on oltava aikaa, jotta sitä voidaan toteuttaa laadukkaasti ja tehokkaasti. Mikäli ei ole aikaa syventyä asiakkaan tilanteeseen, jää rahapeliongelmistä kysyminen helposti. Jos taas asiakkaan avun hakemisen ensikontakti epäonnistuu, hän ei välttämättä enää hakeudu avun piiriin. Nämä pitkittävät ja syventävät ongelmaa, jolloin siitä tulee sekä inhimillisesti ja taloudellisesti, että yhteiskunnallisesti yhä kuormittavampaa. Myös Granfelt ja Kiuru (2023, 175) tähdentävät psykososiaaliseen työhön kuuluvan sen, että annetaan tilaa asiakkaan kokemuksille ja hänen antamilleen merkityksille. Laitinen ja Kempainen (2010, 170) toteavat, että mikäli kohtaaminen epäonnistuu, luottamus voi jäädä syntymättä ja asiakas voi kokea tilanteen alistavana, nöyryyttävänä ja itsemääräämistä loukkaavana. Apua hakeva odottaa aitoa kohtautumista ja muutostyö on mahdollista vain asiakasta ja hänen oikeuksiaan kunnioittamalla. Tähän tarvitaan sekä aikaa, että luottamusta. (Emt. 171–172.)

### 7.3 Pohdinta

Tutkimuksen tehtävänä oli tiedon tuottaminen sosiaalityölle rahapeliongelmaan liittyvästä häpeäkokemuksesta ja sen merkityksestä ongelmapelaajan elämänkulussa sekä avun hakemisen prosessissa. Tutkimuksessa kysyttiin minkälaisen merkityksen häpeä saa ongelmapelaajien kertomuksissa ja tähän on vastattu kuvaamalla häpeän juonia, rooleja ja monipuolista esiintymistä ongelmapelaajan elämänkulussa. Lisäksi tutkimuksessa etsittiin vastausta siihen, miten ongelmapelaajan häpeä ilmenee avun hakemisen vaiheessa. Olen tyyppitarinoiden kautta osoittanut häpeän ilmenemistä,

merkitystä ja vaikutusta avun hakemisen prosessissa. Tutkielmassa olen osoittanut sosiaalityöllä olevan mahdollisuuksia havaita erilaisia avunhakijatyyppejä, joiden kohtaamisessa voi hyödyntää eri tyyliä lähestymistapoja. Lähtökohtana tässä on sosiaalityölle tuttu yksilöllisen elämäntilanteen huomioiminen.

Tutkimus toteutettiin narratiivisin menetelmin ja arvioin sen olleen onnistunut valinta tarinoiden ja merkitysten tutkimiseen. Aktanttianalyysi on toiminut hyvänä kehyksenä monipuolisuutensa ansiosta. Aktanttianalyysillä voi aktantteja ja näkökulmaa vaihtamalla tuottaa yhä uusia analyyseja samasta aineistosta. Analyysi on ollut osaltaan myös kokeilevaa, jolloin olen joutunut toteamaan, että joillakin muutoilla analyyysi ei tuottanut uutta tietoa. Aktanttianalyysin yhdistäminen löytämäni Itäpuiston (2019) tutkimukseen ja siitä poimittuihin toimijarooleihin oli mielenkiintoista ja näen tämänkaltaisessa soveltamisessa juuri sen loputtomien mahdollisuuksien idean, jota Hänninen (2018, 188–189) pitää narratiiviselle tutkimukselle ominaisena. Olen pyrkinyt tutkielmassani kuvaamaan analyyysin vaiheita mahdollisimman tarkasti ja myös havainnollistamaan niitä kuvioin ja taulukoin tutkimuksen luotettavuuden takaamiseksi.

Tutkimus vahvisti tietoa siitä, että häpeällä on merkittävä vaikutus ongelmapelaajan elämässä. Häpeä voi olla rahapeliongelman syy tai seuraus, se voi myös ruokkia itseään ja toimia kehämäisesti sekä syynä, että seurauksena. Silloin ongelmapelaaja voi pelata unohtaakseen häpeäkokemuksen aiheuttaman ikävän olon. Häpeä vaikuttaa voimakkaasti siihen, että ongelmapelaaja kokee tarvetta salata ongelman ja tämä tulee tiedostaa myös sosiaalityössä. Psykososiaalisen työn ydinosaukseksi katsotaankin se, että pyrkii ymmärtämään tunnekokemukset osana kokonaistilannetta ja sitä tarvitaan sosiaalisten ja psyykkisten vaikeuksien kietoutuessa toisiinsa. (Granfelt ja Kiuru 2023, 175–177).

Sosiaalityössä tulisikin olla riittävästi tietoa häpeäkokemuksesta, sillä se on tavallista muidenkin kuin ongelmapelaajien elämässä. Tässä tutkielmassa on aiemmin todettu, että empatia toimii häpeän vastalääkkeenä ja että häpeästä irtautuminen vaatii vahvaa toimijuutta, joka voidaan saavuttaa voimaantumisen kautta. Palaan takaisin kohtaamiseen, hetkeen, jolloin ongelmapelaaja, ihminen, tulee ensimmäisen kerran hakemaan apua. Sosiaalityöntekijänä kohtaamme hänet yksilöllisesti, osoitamme hänelle empatiaa ja annamme hänelle aikaa kertoa tarinansa. Tarinan, jonka taustalta löydämme ne asiat, joista voimme saada vihjeitä siitä, minkälaisesta avunhakijatyypistä on kyse. Näin voimme hyödyntää sitä tietoa, jonka aiemmat tutkimukset ovat tuottaneet ja johon liitämme tässä tutkielmassa saamamme tulokset ja vahvistuksen käsityksillemme. Me emme lisää asiakkaan häpeäkokemusta, vaan pyrimme siihen, että hänen olisi mahdollista pikkuhiljaa voimaantua ja vapautua häpeän kahleista.



## LÄHTEET

- Aalto, Mauri. 2022. "Itsetuhoisuus ja rahapeliongelmat." Teoksessa *Peliriippuvuus*, toimittajat Hannu Alho, Mauri Aalto, Sari Castrén ja Mari Pajula, 156. Helsinki: Duodecim.
- Alho, Hannu ja Sari Castrén. 2022. "Pelaamisen ja peliongelman monet ulottuvuudet." Teoksessa *Peliriippuvuus*, toimittajat Hannu Alho, Mauri Aalto, Sari Castrén ja Mari Pajula, 13–14. Helsinki: Duodecim.
- Alho, Hannu, Sari Castrén, Niko Männikkö ja Terhi Mustonen. 2022. "Pelaamista sekä peliongelmia kuvaavat käsitteet ja määritelmät." Teoksessa *Peliriippuvuus*, toimittajat Hannu Alho, Mauri Aalto, Sari Castrén ja Mari Pajula, 14–18. Helsinki: Duodecim.
- Alho, Hannu ja Tuuli Lahti. 2015. "Rahapeliongelmat, käsitteet ja yleisyys." Teoksessa *Rahapeliriippuvuus*, toimittajat Hannu Alho, Pekka Heinälä, Kalervo Kiiänmaa, Tuuli Lahti ja Antti Murto, 7–14. Helsinki: Duodecim.
- Arpajaislaki 1047/2001.
- Bilevicius, Elena, Alanna Single, Lindsay A. Bristow, Melody Foot, Michael Ellery, Matthew T. Keough ja Edward A. Johnson. 2018. "Shame mediates the relationship between depression and addictive behaviours." *Addictive Behaviors* 82: 94–100. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2018.02.023>.
- Brown, Brené. 2012. *En olekaan yksin. Totuus perfektionismista ja riittämättömyyden tunteesta*. Suomentanut Suna-Marija Önder. Helsinki: Basam Books.
- Calado, Filipa ja Mark D. Griffiths. 2016. "Problem gambling worldwide: An update and systematic review of empirical research (2000–2015)." *Journal of Behavioral Addictions* 5 (4): 592–613. <https://doi.org/10.1556/2006.5.2016.073>.
- Castrén, Sari ja Hannu Alho. 2022. "Motiveiva haastattelu." Teoksessa *Peliriippuvuus*, toimittajat Hannu Alho, Mauri Aalto, Sari Castrén ja Mari Pajula, 130–133. Helsinki: Duodecim.
- Castrén, Sari, Hannu Alho ja Anne H. Salonen. 2016. "Rahapeliongelma sosiaali- ja terveydenhuollossa – ammattilaisten näkemyksiä". *Yhteiskuntapolitiikka* 81: 4, 418–428. [https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/131132/YP1604\\_Castrenym.pdf?sequence=2](https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/131132/YP1604_Castrenym.pdf?sequence=2).
- Castrén, Sari ja Minna Kesänen. 2022. "Rahapeliongelman puheeksiotto." Teoksessa *Peliriippuvuus*, toimittajat Hannu Alho, Mauri Aalto, Sari Castrén ja Mari Pajula, 105–106. Helsinki: Duodecim.
- Castrén, Sari ja Tuuli Lahti. 2015. "Rahapeliongelman tunnusmerkit, vaiheet ja pelaamisen motiivit." Teoksessa *Rahapeliriippuvuus*, toimittajat Hannu Alho, Pekka Heinälä, Kalervo Kiiänmaa, Tuuli Lahti ja Antti Murto, 67–78. Helsinki: Duodecim.
- Ekqvist, Eeva ja Katja Kuusisto. 2020. "Aikuisosiaalityön asiakkaiden tulevaisuuteen suhtautuminen ja toiveet." *Janus* vol 28: 1, 42–59. <https://doi.org/10.30668/janus.69882>.

- Erkkilä, Raija. 2009. "Narratiivisen kokemuksen tutkimus: koettu paikka, tarina ja kuvaus." Teoksessa *Kokemuksen tutkimus. Merkitys – tulkinta – ymmärtäminen*, toimittajat Juha Perttula ja Timo Latomaa, 195–226.
- Eskola, Jari ja Juha Suoranta. 1998. *Johdatus laadulliseen tutkimukseen*. Tampere: Vastapaino.
- Fiorentino, Vera, Timo Harrikari, Sanna Saraniemi ja Marjo Romakkaniemi. 2023. "Sosiaalialan työn kiihtyvyys COVID-19-pandemian seurauksena." Teoksessa *Sosiaalityö kriiseissä ja poikkeuksellisissa olosuhteissa. Sosiaalityön tutkimuksen vuosikirja 2023*, toimittajat Suvi Raitakari, Timo Harrikari, Marja Hekkala ja Minna Kivipelto, 243–269. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto.  
[https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/85434/SoPhi\\_151.pdf?sequence=4&isAllowed=y](https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/85434/SoPhi_151.pdf?sequence=4&isAllowed=y).
- Granfelt, Riitta ja Hanna Kiuru. 2023. "Psykososiaalinen käsitteenä ja haavoittuvien elämäntilanteiden kehityksenä." *Janus* vol. 31: 2, 163–181.  
<https://doi.org/10.30668/janus.115482>.
- Greimas, Algirdas Julian. 1980. *Strukturaalista semantiikkaa*. Suomentanut Eero Tarasti. Helsinki: Gaudeamus.
- Hagfors, Heli, Sari Castrén ja Anne H. Salonen. 2022. "How gambling motives are associated with socio-demographics and gambling behavior - A Finnish population study". *Journal of Behavioral Addictions* 11 (2022) 1, 63–74.  
<https://doi.org/10.1556/2006.2022.00003>.
- Heikkinen, Hannu L.T. 2018. "Kerronnallinen tutkimus." Teoksessa *Ikkunoita tutkimusmetodeihin 2*, toimittaja Raine Valli, 170–187. 5., uudistettu ja täydennetty painos. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Heinälä, Pekka. 2015. "Itsemurhat ja rahapeliongelma." Teoksessa *Rahapeliriippuvuus*, toimittajat Hannu Alho, Pekka Heinälä, Kalervo Kiiänmaa, Tuuli Lahti ja Antti Murto, 101–102. Helsinki: Duodecim.
- Heiskanen, Maria. 2021. "Tarvitsemme monipuolista tutkimusta palveluista rahapeliongelmaan." *Yhteiskuntapolitiikka* 86: 4, 471–476.  
[https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/143070/YP2104\\_Heiskanen.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/143070/YP2104_Heiskanen.pdf?sequence=1&isAllowed=y).
- Heiskanen, Maria ja Hanna Karmakka-Asare. 2021. "Perheen toipuminen rahapeliongelma-ongelmasta. Kokemuksia perheklubi-toiminnasta." Teoksessa *Riippuvuus perheessä*, toimittajat Johanna Järvinen-Tassopoulos ja Henna Pirsanen, 215–227. Helsinki: Gaudeamus.
- Heiskanen, Maria ja Kristiina Kuussaari. 2023. "Kasautuneita ongelmia? Samanaikainen päihde- ja rahapeliongelma sosiaali- ja terveydenhuollon palvelujärjestelmässä." *Yhteiskuntapolitiikka* 88:1, 19–31.  
[https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/146124/YP2301\\_Heiskanen%26Kuussaari.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/146124/YP2301_Heiskanen%26Kuussaari.pdf?sequence=1&isAllowed=y).
- Hing, Nerilee, Elaine Nuske, Sally M. Gainsbury ja Alex MT Russell. 2016. "Perceived stigma and self-stigma of problem gambling: perspectives of people with gambling problems." *International gambling studies*, 16: 1, 31–48.  
<https://doi.org/10.1080/14459795.2015.1092566>.

- Hokkanen, Liisa. 2009. "Empowerment valtaistumisen ja voimaantumisen dialogina." Teoksessa *Sosiaalityö ja teoria*, toimittajat Mikko Mäntysaari, Anneli Pohjola ja Tarja Pösö, 315–334. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Hughes, Karen, Helen Lowey, Zara Quigg ja Mark A. Bellis. 2016. "Relationships between adverse childhood experiences and adult mental well-being: results from an English national household survey." *BMC Public Health* 16: 222. <https://doi.org/10.1186/s12889-016-2906-3>.
- Hänninen, Vilma. 2018. "Narratiivisen tutkimuksen käytäntöjä." Teoksessa *Ikkunoita tutkimusmetodeihin 2*, toimittaja Raine Valli, 188–208. 5., uudistettu ja täydennetty painos. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Hänninen, Vilma. 2008. "Narratiivisen tutkimuksen eettiset haasteet." Teoksessa *Etiikkaa monitieteisesti. Pohdintaa ja kysymyksiä*, toimittajat Anna-Maija Pietilä ja Helena Länsimies-Antikainen, 121–137. Kuopio: Kuopion yliopisto. [https://erepo.uef.fi/bitstream/handle/123456789/9682/urn\\_isbn\\_978-951-27-0130-8.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://erepo.uef.fi/bitstream/handle/123456789/9682/urn_isbn_978-951-27-0130-8.pdf?sequence=1&isAllowed=y).
- Hänninen, Vilma. 2002. "Sisäinen tarina, elämä ja muutos." 5. painos. Akateeminen väitöskirja, Tampereen yliopisto. <https://trepo.tuni.fi/bitstream/handle/10024/67873/951-44-5597-5.pdf?sequence=1&isAllowed=y>.
- Itäpuisto, Maritta. 2019. "Problem Gambler Help-Seeker Types: Barriers to Treatment and Help-Seeking Processes." *Journal of Gambling Studies* 35, 1035–1045. <https://doi.org/10.1007/s10899-019-09846-z>.
- Juhila, Kirsi. 2018. *Aika, paikka & sosiaalityö*. Tampere: Vastapaino.
- Juuti, Pauli ja Anu Puusa. 2021. "Laadullisen tutkimuksen luotettavuus". Teoksessa *Laadullisen tutkimuksen näkökulmat ja menetelmät*, toimittajat Anu Puusa ja Pauli Juuti, 175. Helsinki: Gaudeamus.
- Jyväskylän avoin yliopisto. 2020. STOA250 Kvalitatiivisten ja kvantitatiivisten menetelmien tutkimusharjoitukset. Kurssin Moodle-sivustolta luettu 4.5.2023.
- Jyväskylän yliopisto. 2023. "Salassapito-ohjeen soveltamistaulukko". Viimeksi muokattu 17.2.2023. <https://uno.jyu.fi/fi/ohjeet/turvallisuus-tietoturva-ja-tietosuoja/tietoturva/tietoturvaohjeet/salassapitotaulukko/salassapitotaulukko>.
- Jyväskylän yliopisto. 2022. "Usein kysyttyä tietosuojasta". Viimeksi muokattu 25.8.2022. <https://www.jyu.fi/fi/yliopisto/tietosuoja/ukk/usein-kysyttya-tietosuojasta#autotoc-item-autotoc-1>.
- Järvinen-Tassopoulos, Johanna 2022. "Sosioekonomisten ja ympäristötekijöiden merkitys rahapeliongelmiin kehittämisessä." Teoksessa *Peliriippuvuus*, toimittajat Hannu Alho, Mauri Aalto, Sari Castrén ja Mari Pajula, 67–68. Helsinki: Duodecim.
- Järvinen-Tassopoulos, Johanna. 2015. "Perheen, sosiaalisten verkostojen ja asuinalueen merkitys rahapeliongelman kehittämisessä." Teoksessa *Rahapeliriippuvuus*, toimittajat Hannu Alho, Pekka Heinälä, Kalervo Kiiänmaa, Tuuli Lahti ja Antti Murto, 63–64. Helsinki: Duodecim.
- Järvinen-Tassopoulos, Johanna ja Minna Kesänen. 2021. *Rahapeliongelman kohtaaminen sosiaalityössä*. Helsinki: THL.

- Järvinen-Tassopoulos, Johanna ja Minna Kesänen. 2020. "Mistä asiantuntijuus muodostuu? Ongelmapelaajien kohtaaminen sosiaalialalla." *Janus* vol. 28 (2), 150–167. <https://doi.org/10.30668/janus.77614>.
- Järvinen-Tassopoulos, Johanna ja Virve Marionneau. 2021. "Ongelmallinen rahapelaaminen sukupolvien välisenä kokemuksena ja huolenaiheena." Teoksessa *Riippuvuus perheessä*, toimittajat Johanna Järvinen-Tassopoulos ja Henna Pirskanen, 31–54. Helsinki: Gaudeamus.
- Kainulainen, Siru ja Parente-Čapková Viola. 2011. "Häpeän latautunut toiminta." Teoksessa *Häpeä vähän! Kriittisiä tutkimuksia häpeästä*, toimittajat Siru Kainulainen ja Viola Parente-Čapková, 6–21. Turku: UTU-kirjat.
- Kananen, Jorma. 2019. *Opinnäytetyön ja pro gradun pikaopas. Avain opinnäytetyön ja pro gradun kirjoittamiseen*. Jyväskylä: Jyväskylän ammattikorkeakoulu.
- Kivipelto, Minna ja Niina Tanner. 2023. "Aikuissosiaalityö sote-uudistuksessa - kyselyn tulokset". THL - Tutkimuksesta tiiviisti 1/2023. Helsinki: Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. [https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/145956/URN\\_ISBN\\_978-952-408-018-7.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/145956/URN_ISBN_978-952-408-018-7.pdf?sequence=1&isAllowed=y).
- Kotovirta, Elina, Jaana Markkula, Mari Pajula, Meri Paavola, Reetta Honkanen ja Ismo Tuominen. 2021. "Päihde- ja riippuvuusstrategia. Yhteiset suuntaviivat vuoteen 2030." Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2021:17. Helsinki: Sosiaali- ja terveysministeriö. [https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/163002/STM\\_2021\\_17.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/163002/STM_2021_17.pdf?sequence=1&isAllowed=y).
- Krok, Suvi. 2012. "Yksinhuoltajaäitien köyhyydessä selviytymisen strategiat." Teoksessa *Kohtaako sosiaalityö köyhyyden? Sosiaalityön tutkimuksen vuosikirja 2011*, toimittajat Katja Forssén, Irene Roivainen, Satu Ylinen ja Jari Heinonen, 129–149. Helsinki: UNIPress.
- Kuronen, Marjo. 2022. "Marginaalisuuden, haavoittuvuuden ja nais erityisyyden käsitteellisiä paikannuksia." Teoksessa *Sosiaalityö yhteiskunnan marginaaleissa. Konstruktionistisia jäsennyksiä*, toimittajat Arja Jokinen, Suvi Raitakari ja Johanna Ranta, 55–84. Tampere: Vastapaino.
- Laaksonen, Salla-Maaria. 2018. "Taitavasti eettistä verkkotutkimusta." 15.3.2018. <https://vastuullinentiede.fi/fi/tutkimustyo/taitavasti-eettista-verkkotutkimusta>.
- Laitinen, Merja ja Tarja Kemppainen. 2010. "Asiakkaan arvokas kohtaaminen." Teoksessa *Asiakkuus sosiaalityössä*, toimittajat Merja Laitinen ja Anneli Pohjola, 138–177. Helsinki: Gaudeamus.
- Lund, Pekka. 2010. *Rahapeliongelma. Yksilölle jätetty taakka*. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Majuri, Joonas. 2022. "Rahapeliriippuvuus aivojen sairautena." Teoksessa *Peliriippuvuus*, toimittajat Hannu Alho, Mauri Aalto, Sari Castrén ja Mari Pajula, 62. Helsinki: Duodecim.
- Malinen, Ben. 2010. *Elämää kahlitseva häpeä*. Helsinki: Kirjapaja.
- Marionneau, Virve ja Janne Nikkinen. 2022. "Gambling-related suicides and suicidality: A systematic review of qualitative evidence." *Frontiers in Psychiatry*, vol 13. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2022.980303>.

- Moilanen, Pentti ja Pekka Räihä. 2018. "Merkitys rakenteiden tulkinta." Teoksessa *Ikkunoita tutkimusmetodeihin 2*, toimittaja Raine Valli, 51–72. 5., uudistettu ja täydennetty painos. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Murto, Antti. 2017. "Rahapeliongelma ja sosiaalityö." Teoksessa *Sosiaalityön käsikirja*, toimittajat Aulikki Kananoja, Martti Lähteinen ja Pirjo Marjamäki, 299–306. Helsinki: Tietosanoma.
- Murto, Antti ja Saini Mustalampi. 2015. "Rahapelaamisen yhteiskunnallinen merkitys." Teoksessa *Rahapeli riippuvuus*, toimittajat Hannu Alho, Pekka Heinälä, Kalervo Kiiänmaa, Tuuli Lahti ja Antti Murto, 17–18. Helsinki: Duodecim.
- Myllyviita, Katja. 2020. *Häpeän hoito*. Helsinki: Duodecim.
- Mänttari-van der Kuip, Maija. 2022. "Palvelujärjestelmään liittyvät rakenteelliset haasteet ja työntekijöiden toimintamahdollisuudet julkisen sektorin lastensuojelutyössä". *Janus* 30 (1): 21–43.  
<https://doi.org/10.30668/janus.107864>.
- Mänttari-van der Kuip, Maija. 2015. "Sosiaalityöntekijöiden työhyvinvointi ja toimintamahdollisuudet niukkuuden aikakaudella." *Janus* 23 (3): 329–335.  
<https://journal.fi/janus/article/view/53003>.
- Palomäki, Jussi, Sari Castrén ja Anne Salonen. 2022. "Rahapelaamiseen vaikuttavat psyykkiset tekijät." Teoksessa *Peliriippuvuus*, toimittajat Hannu Alho, Mauri Aalto, Sari Castrén ja Mari Pajula, 64–67. Helsinki: Duodecim.
- Pelirajaton. 2023. "Tarinat." Luettu 6.5.2023. <https://pelirajaton.fi/tarinat-kategoria/pelaaja/>.
- Peltola, Kaisa. 2020. *Häpeän alkemia. Erillisyydestä elävään yhteyteen*. Helsinki: Viisas Elämä.
- Pekkarinen, Elina. 2015. "Näkymättömiksi suojellut lapset." Teoksessa *Salattu, hävetty, vaiettu. Miten tutkia piilossa olevia ilmiöitä*, toimittajat Antti Häkkinen ja Mikko Salasuo, 264–300. Tampere: Vastapaino.
- Peräkylä, Anssi. 2001. "Erving Goffman. Sosiaalisen vuorovaikutuksen rakenteet." Teoksessa *Sosiaalipsykologian suunnannäyttäjiä*, toimittajat Vilma Hänninen, Jukka Partanen ja Oili-Helena Ylijoki, 347–364. Tampere: Vastapaino.
- Pirskanen, Henna ja Johanna Järvinen-Tassopoulos. 2021. "Rahapeli- ja päihdeongelmat perhesuhteissa." Teoksessa *Riippuvuus perheessä*, toimittajat Johanna Järvinen-Tassopoulos ja Henna Pirskanen, 13–28. Helsinki: Gaudeamus.
- Poikonen, Heidi. 2019. "Perusoikeussäätelyn vaikutuksista oikeuteen saada päihdepalveluja." Teoksessa *Sosiaaliset oikeudet. Näkökulmia perustaan ja toteutumiseen*, toimittajat Eeva Nykänen, Laura Kalliomaa-Puha ja Yrjö Mattila, 114–137. Helsinki: Terveystieteiden tutkimuskeskus ja hyvinvoinnin laitos.
- Puusa, Anu, Vilma Hänninen ja Kaarina Mönkkönen. 2021. "Narratiivinen lähestymistapa organisaatiotutkimuksessa." Teoksessa *Laadullisen tutkimuksen näkökulmat ja menetelmät*, toimittajat Anu Puusa ja Pauli Juuti, 216–227. Helsinki: Gaudeamus.

- Puusa, Anu ja Saara Julkunen. 2020. "Uskottavuuden arviointi laadullisessa tutkimuksessa." Teoksessa *Laadullisen tutkimuksen näkökulmat ja menetelmät*, toimittajat Anu Puusa ja Pauli Juuti, 189–201. Helsinki: Gaudeamus.
- Raunio, Kyösti. 2010. *Oleellinen sosiaalityössä*. Helsinki: Gaudeamus.
- Ricoeur, Paul. 2005. "Mimesis, viittaus ja uudelleenahmottuminen." Suomentanut Jarkko Tontti. Teoksessa *Tulkinnasta toiseen. Esseitä hermeneutiikasta*, toimittaja Jarkko Tontti, 164–174. Tampere: Vastapaino.
- Rissanen, Päivi. 2021. "Asiakasosallisuus aikuissosiaalityön asiakassuhteessa." Teoksessa *Aikuissosiaalityö. Tieto, käytäntö ja vaikuttavuus*, toimittajat Aila-Leena Matthies, Anu-Riina Svenlin ja Kati Turtiainen, 137–148. Helsinki: Gaudeamus.
- Ronkainen, Suvi. 1999. "Subjektius, häpeä ja syyllisyys parisuhdeväkivallan elementteinä." Teoksessa *Tunteiden sosiologiaa I. Elämyksiä ja läheisyyttä*, toimittaja Sari Näre, 131–154. Helsinki: Suomalaisen kirjallisuuden seura.
- Saaranen-Kauppinen, Anita ja Anna Puusniekka. 2006. "Narratiiviset tarkastelutavat." *KvaliMOTV - Menetelmäopetuksen tietovaranto*. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto.  
<https://www.fsd.tuni.fi/menetelmaopetus/>.
- Salonen, Anne, Heli Hagfors, Kalle Lind ja Jukka Kontto. 2020. "Rahapelaaminen ja peliongelmat – Suomalaisten rahapelaaminen 2019." *Tilastoraportti 8/2020*. Helsinki: THL.  
[https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/139636/Suomalaisten%20rahapelaaminen%20ja%20peliongelmat%202019\\_tilastoraportti%2017.4.20..\\_pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/139636/Suomalaisten%20rahapelaaminen%20ja%20peliongelmat%202019_tilastoraportti%2017.4.20.._pdf?sequence=1&isAllowed=y).
- Salonen, Anne, Kalle Lind, Sari Castrén, Maria Heiskanen, Mika Lahdenkari ja Hannu Alho. 2019. "Peliklinikan asiakkaiden rahapelaaminen, rahapelihaitat ja rahapelien markkinointiin liittyvät mielipiteet Rahapelikyselyn 2016–2017 perustulokset yksinoikeusjärjestelmän uudistuksessa." *Raportti 5/2019*. Helsinki: THL.  
[https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/137805/URN\\_ISBN\\_978-952-343-309-0.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/137805/URN_ISBN_978-952-343-309-0.pdf?sequence=1&isAllowed=y).
- Salonen, Anne, Kalle Lind, Heli Hagfors, Sari Castrén ja Jukka Kontto. 2020. "Rahapelaaminen, peliongelmat ja rahapelaamiseen liittyvät asenteet ja mielipiteet vuosina 2007–2019." *Raportti 18/2020*. Helsinki: THL.  
[https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/140820/RAP2020\\_018\\_Rahapelaaminen%20peliongelmat%20ja%20rahapelaamiseen%20liittyv%c3%a4t%20asenteet...\\_korjattu%202023.pdf?sequence=7&isAllowed=y](https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/140820/RAP2020_018_Rahapelaaminen%20peliongelmat%20ja%20rahapelaamiseen%20liittyv%c3%a4t%20asenteet..._korjattu%202023.pdf?sequence=7&isAllowed=y).
- Samuelsson, Eva, Jukka Törrönen, Chiyoung Hwang ja Naoko Takiguchi. 2022. "The Zone and the Shame: Narratives of Gambling Problems in Japan." *Critical Gambling Studies*, 3(1): 83–95. <https://doi.org/10.29173/cgs112>.
- Schlagintweit, Hera E., Kara Thopson, Abby L. Goldstein ja Sherry H. Stewart. 2017. "An Investigation of the Association Between Shame and Problem Gambling: The Mediating Role of Maladaptive Coping Motives." *Journal of Gambling Studies*, 33: 1067–1079. <https://doi.org/10.1007/s10899-017-9674-6>.

- Syrjälä, Leena. 2018. "Elämäkerrat ja tarinat tutkimuksessa." Teoksessa *Ikkunoita tutkimusmetodeihin 1*, toimittaja Raine Valli, 267–278. 5., uudistettu painos. Jyväskylä: PS-kustannus.
- THL. 2021. "Rahapölääminen puheeksi. Puheeksiotto, tunnistaminen ja lyhytneuvonta." Pelihaitat – tukiaineisto. Helsinki: THL.
- Tietosuoja-asetus EU679/2016.
- Tuomi, Jouni ja Anneli Sarajärvi. 2018. *Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi*. Uudistettu laitos. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- Törrönen, Jukka ja Antti Maunu. 2005. "Kevyet irtiotot ja raskas sosiaalisuus. Alkoholi nuorten aikuisten ravintolailtaa kuvaavissa kertomuksissa." *Yhteiskuntapolitiikka* 70 (2005): 3, 266–282.  
<https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/100352/053torronen.pdf?sequence=1&isAllowed=y>.
- Vastuullinen tiede. "Hyvä tieteellinen käytäntö." Viimeksi muokattu 15.3.2018.  
<https://vastuullinentiede.fi/fi/tutkimustyo/hyva-tieteellinen-kaytanta>.
- Viljamaa, Janne. 2018. *Hirveä häpeä. Suomalainen häpeä ja kuinka siitä pääsee eroon*. Jyväskylä: Atena.
- Viljanen, Valtteri. 2011. "Häpeän filosofiasta." Teoksessa *Irti häpeäleimasta*, toimittajat Jyrki Korkeila, Kaisla Joutsenniemi, Eila Sailas ja Jorma Oksanen, 64–72. Helsinki: Duodecim.
- Vilkka, Hanna. 2021. *Tutki ja kehitä*. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Virkkala, Sari. 2020. "Yhteisöpedagogiksi tulemisen tarinat. Narratiivinen tutkimus pedagogisen osaamisen ja ammatillisen identiteetin rakentumisesta yhteisöpedagogiopintojen aikana." Akateeminen väitöskirja, Jyväskylän yliopisto. [https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/71791/978-951-39-8286-7\\_vaitos09102020.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/71791/978-951-39-8286-7_vaitos09102020.pdf?sequence=1&isAllowed=y).
- Wardle Heather ja Sally McManus. 2021. "Suicidality and gambling among young adults in Great Britain: results from a cross-sectional online survey." *Lancet Public Health* 6: e39–49.  
<https://www.thelancet.com/action/showPdf?pii=S2468-2667%2820%2930232-2>.
- Yi, Sunghwan ja Vinay Kanetkar. 2010. "Coping with Guilt and Shame After Gambling Loss." *Journal of Gambling Studies* 27: 371–387.  
<https://doi.org/10.1007/s10899-010-9216-y>.