

Läheisten kokemuksia peliongelmistä -kortit

Ongelmallinen rahapelaaminen koskettaa pelaajien läheisiä monin tavoin. Tieto- ja tukipiste Tiltin läheistyön tavoitteena on läheisen hyvinvoinnin parantaminen, johon tähdätään muun muassa keskustelujen ja vertaistuen avulla. Vaikka pelaaja ei lopettaisikaan pelaamista, voi läheinen muuttaa omia ajatus- ja käyttäytymismallejaan sekä pitää huolta itsestään.

Keräsimme tähän korttipakkaan pelaajien läheisten henkilökohtaisia kokemuksia siitä, millaisia asioita ongelmallisesta rahapelaamisesta on heidän elämänsä seurannut ja miten läheiset ovat näitä asioita ratkaisseet ja näin parantaneet omaa hyvinvointiaan. Läheinen ei ole kokemustensa kanssa yksin. Oivallus tästä sekä muutoksen mahdollisuudesta voivat antaa toivoa ja auttaa omassa tilanteessa eteenpäin.

Korttien sanat kuuluvat kahteen eri ryhmään: **Seuraukset** ja **Ratkaisut**. Kortit on hyvä erottaa toisistaan eri väreillä esimerkiksi vihreällä seuraukset-kortit ja keltaisella ratkaisut-kortit.

Mukana on myös viisi tyhjää korttia, joita voi käyttää, jos omaa tilannetta kuvaavaa sanaa ei löydy pakasta.

Kortteja voidaan käyttää sekä yksilö- että ryhmätyöskentelyssä. Yksilötyössä kortit toimivat esimerkiksi apuna oman tilanteen hahmottamisessa ja ratkaisujen pohtimisessa.

Ryhmätyöskentelyssä kortteja voi käyttää keskustelun avaamiseen ja kokemusten vaihtamiseen esimerkiksi niin, että jokainen valitsee kortin, joka kuvaa omaa tilannetta parhaiten. Keskusteluissa suosittelimme käyttämään hyväksi havaittuja Tiltin periaatteita.

Tiltissä käytettäviä periaatteita:

Luottamuksellisuus: Täällä kertomaasi ei toisteta näiden seinien ulkopuolella. Voit luottaa meihin.

Nimettömyys: Käytämme täällä etunimiä, eikä nimen tarvitse olla oma.

Suvaitsevaisuus: Kunnioitamme toistemme kokemuksia aina. Myös silloin, kun oma kokemuksemme on erilainen.

Saa kysyä – Ei ole pakko vastata: Vastaaminen on vapaaehtoista. Kerro sen verran kuin haluat ja tunnet tarpeelliseksi.

Anna tilaa: Pidämme huolta siitä, että jokainen saa mahdollisuuden puhua tai olla hiljaa.